

## HLEDISKA MOTIVACE K ÚČASTI V HROMADNÉ SKLADBĚ PRO SVĚTOVOU GYMNAESTRÁDU

### THE MOTIVATION TO PARTICIPATE IN LARGE GROUP PERFORMANCE FOR THE WORLD GYMNAESTRADA

V. Novotná & I. Holá

Univerzita Karlova v Praze, Fakulta tělesné výchovy a sportu, Katedra gymnastiky

---

#### ABSTRACT

The most important presentations of national Gymnastics for all concepts are large group performances at World gymnaestrada (WG). The aim of the research was to find out what motivates athletes to participate in group performances and what are their expectations. For the 334 czech gymnasts who were preparing for the WG in Helsinki 2015, questionnaire was created, inspired by a set of higher-order needs according to Maslow's hierarchy. The questionnaire contained 12 questions circuits. The overall response rate was 65 %. Responses were expressed at the scale divided into five-year periods by athletes age. Scores were created from the response rate. The most frequent motive was marked by gymnasts for participation: "I like the joint exercises with music, atmosphere suits me with this kind of exercise." The highest score of 4.66 had an answer: "It's a chance to participate in an international event and represent the Czech Republic at the WG". The second highest score of 4.62 had an answer: "I love to practice in large group exercises, I feel good in the nearby collective fellows." The results present that participation in the preparation and final presentation at the WG is for gymnasts not only program of locomotor training, but also fulfill their social needs, enables build friendships and gives a sense of belonging to the selected group. It turns out that a properly formed composition of large group performance can become a motive for physical activity, affect the way of life and bring athletes physical, psychological, social and aesthetic satisfaction of their needs.

**Keywords:** physical activity; gymnastics; motives; needs; physical composition

#### SOUHRN

Na Světových gymnaestrádách (WG) jsou nejvýznamnější prezentací národních pojetí Gymnastiky pro všechny hromadné pohybové skladby. Cílem výzkumu bylo zjistit, co motivuje cvičence a co očekávají při účasti v hromadné pohybové skladbě. Pro 334 cvičenců, kteří se připravovali na WG v Helsinkách 2015, byl vytvořen anketní dotazník inspirovaný souborem potřeb vyššího řádu podle Maslowovy pyramidy. Dotazník obsahoval 12 okruhů otázek. Návratnost dotazníku byla 65 %. Odpovědi byly vyjádřeny na pětibodové škále rozdělené na pětiletá období podle věku. Z četnosti odpovědí bylo vytvořeno skóre. Nejčastěji byl cvičenci označen motiv k účasti: „Mám rád společné cvičení s hudbou, vyhovuje mi atmosféra tohoto druhu cvičení“. Nejvyšší skóre 4,66 měla odpověď: „Je to možnost zúčastnit se mezinárodní akce a reprezentovat ČR na WG“. Druhé nejvyšší skóre 4,62 měla odpověď: „Rád cvičím hromadnou skladbu, je mi dobře v blízkém kolektivu spolucvičenců“. Výsledky prezentují, že účast v přípravě a vlastní veřejné vystoupení na WG je pro cvičence nejen programem pohybového vzdělávání, ale i naplňuje jejich společenskou potřebu, umožňuje navazovat přátelství a dává pocit příslušnosti k zvolené skupině. Ukazuje se, že vhodně vytvořená kompozice hromadné skladby se může stát motivem k pohybové aktivitě, ovlivňovat způsob života a přinášet cvičencům fyzické, psychické, sociální a estetické uspokojení jejich potřeb.

**Klíčová slova:** pohybová aktivita; gymnastika; motivy; potřeby; pohybová kompozice

---

## Úvod

Do oblasti sportu pro všechny patří i program Gymnastiky pro všechny. Nejvýznamnější formou její prezentace na veřejnosti jsou pohybové skladby – hudebně-pohybové kompozice. Hromadné skladby České asociace sportu pro všechny (ČASPV) připravované už přes dvacet let pro Světové gymnastastrády (WG) a Vsesokolské slety jsou vytvářeny jako program pohybového vzdělávání pro dospělé cvičence Gymnastiky pro všechny (Ahlquist, Russell, & Fink, 2010). Světové gymnastastrády, nesoutěžní přehlídky pohybových skladeb různých velikostí, jsou pořádány jednou za čtyři roky. Zúčastňuje se jich přes dvacet tisíc cvičenců z více než padesáti zemí celého světa. Účast v pohybových skladbách si vybírají zejména ženy a muži, kteří mají rádi společné gymnastické cvičení s hudbou. Pro velkou část cvičenců se nácvik pohybových skladeb a jejich prezentace na veřejnosti, případně v mezinárodní konfrontaci, stává opakovaně dlouhodobou pohybovou aktivitou ovlivňující jejich způsob života.

Pro tvorbu nabízeného programu je nutno určit, která hlediska zájmu a motivace přivedou cvičence k této pohybové činnosti. Vytvořený společný program cvičení s hudbou musí být autory vytvořen a realizován tak, aby byl přitažlivý pro všechny věkové kategorie, aby zajímavým způsobem kultivoval pohybový projev cvičenců, naplňoval jejich pohybové, společenské a psychické potřeby, aby jim přinášel určité zdravotní benefity, motivoval je k dlouhodobé pohybové aktivitě (Novotná, Chrudimský, & Čechovská, 2011) a aby celkově pozitivně ovlivňoval kvalitu jejich života (Novotná, Mihule, Brtníková, Feitová, Šimůnková, Hybner, & Chrudimský, 2012).

Příprava na Gymnastastrádu je víceletý proces pohybového vzdělávání a pohybové přípravy s vyvrcholením vystoupení na mezinárodní akci. Čtyřletá příprava mezi gymnastastrádami je zaměřena na osvojování si optimálního obsahu pohybové gramotnosti (Whitehead, 2010), specificky gymnastické gramotnosti (Šimůnková, Novotná, & Vorálková, 2010), přiměřeně věku cvičenců, na nácvik nových gymnastických dovedností a získání potřebné úrovně tělesné zdatnosti.

V průběhu let příprav na gymnastastrády proběhlo, od roku 1991, několik výzkumných šetření zaměřených na výpovědi jak o vlastním hodnocení dlouhodobé přípravy a vystoupení, tak na účinnost pohybového vzdělávacího programu, např. Čechovská, Novotná, Bunc a Zahálka (2006) a Novotná et al., (2011). Výzkum zaměřený na různé aspekty motivace (Gillerová & Buriánek, 1995), k vybrané pohybové aktivitě a vzdělávání, proběhl v rámci přípravy hromadné skladby ČASPV pro 15. Světovou gymnastastrádu konanou v červenci 2015 v Helsinkách.

## Metodika

Pro zkoumání motivů k účasti ve vybraném programu byla zvolena metoda dotazníku. Pro popis zkoumaného souboru byla použita deskriptivní statistika.

Žádný z nabídky používaných standardizovaných dotazníků o pohybové aktivitě pro dospělé populaci neposkytoval získání potřebných konkrétních informací, kterými by bylo možno postihnout specifické motivy k volbě tohoto gymnastického programu. Proto byl vytvořen anketní dotazník, jehož výsledky by mohly být částečně porovnány s předchozími výzkumy (Čechovská et al., 2006; Novotná et al., 2011) a který mohl doložit a posoudit význam jednotlivých komponent motivace k dané činnosti.

Východiskem pro tvorbu otázek se stal vzor potřeb uvedených Maslowově pyramidě na úrovni potřeb vyššího řádu (Maslow, 1943; Maslow, 2014). Otázky byly směřovány v sociální oblasti (Slepička & Pěkný, 2008) na potřebu sounáležitosti a sdílení prožívání pohybové skladby, na fyzické a psychické uspokojení z činnosti a na estetickou seberealizaci. Předpokládali jsme, že vytvořená kompozice, realizace procesu nácviku a samotné vystoupení ve specifickém prostředí WG budou odpovídat životním potřebám cvičenců.

Dotazník obsahoval 12 okruhů otázek. Úvodní otázky byly zaměřeny na identifikaci věku a pohlaví, na počet opakovaných účastí na gymnastastrádách, na způsob nácviku a na finanční nároky účasti. Další 8 otázek bylo vytvořeno aplikací jednotlivých komponent Maslowovy pyramidy (společenské potřeby, potřeba uznání a ocenění, potřeba seberealizace). Ženy a muži byli rozděleni do skupin v intervalu pět let věku. Respondenti odpovídali na jednotlivé otázky podle míry vystihující jejich mínění na pětibodové škále. Nejvyšší souhlas byl označen úrovní 5, nízká významnost úrovní 1, hodnocení 0 znamenalo bezvýznamnost (ve výsledcích nebylo zaznamenáno). Stejně hodnocení mohlo být vybráno u více motivů. V každé skupině byla z četností odpovědí vypočítána průměrná hodnota – skóre, zvlášť pro ženy a muže, dále průměrná hodnota pro všechny skupiny žen a mužů (Tabulka č. 1

a Tabulka č. 2). Pro všechny typy motivů bylo vypočítáno výsledné společné skóre společné pro ženy a muže (Tabulka č. 3).

Jako otázky na motivaci k účasti byla v dotazníku formulována konstatování: Motiv 1. „Reprezentace” – Je to možnost zúčastnit se se aktivně mezinárodní akce, úspěšně reprezentovat ČR na WG. Motiv 2. „Kolektiv” – Rád cvičím hromadnou skladbu, je mi dobře v blízkém kolektivu spolucvičenců. Motiv 3. „Atmosféra” – Mám rád společné cvičení s hudbou, vyhovuje mi atmosféra tohoto cvičení. Motiv 4. „Krása” – Je mi příjemné sdílet řád nácviku skladby, vnímat krásu pohybu a choreografie. Motiv 5. „Seberealizace” – Cvičení skladby mi přináší pohybovou seberealizaci a odreagování od běžných starostí. Motiv 6. „Program” – K účasti mne motivoval nabízený pohybový program, rád se naučím něco nového. Motiv 7. „Nácvik” – Vyhovuje mi způsob a atmosféra nácviků skladby představovaná autory. Motiv 8. „Radost” – Účast v procesu přípravy vystoupení na WG mně přináší většinou radost a hezké zážitky.

## Výsledky

K účasti v hromadné skladbě se přihlásilo 344 cvičenců z celé ČR, ve věku 15 až 80 let, z toho 268 žen a 76 mužů (viz 10. sloupec Tabulky č. 1 a č. 2). Účast ve studii byla dobrovolná a získaná data byla zpracována způsobem, který zajišťoval anonymitu respondentů.

Dotazník vyplnilo 65 % oslovených respondentů rozdělených do věkových skupin (viz 9. sloupec Tabulky č. 1 a č. 2). Všechna průměrná výsledná mínění znamenala vyjádření vysokého souhlasu s konstatováním v jednotlivých otázkách. To znamenalo hodnoty skóre vyšší než 4. Ve dvou věkových kategoriích se vyskytla hodnocení pouze v hodnotě 5.

Tabulka 1./ Table 1.

*Výsledná skóre motivů podle věkových kategorií žen./ Final score of motives by women age categories.*

Motivy ženy – Motives women										
věk – age	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
15 – 19	-	-	-	-	-	-	-	-	0	2
20 – 24	4,57	3,86	3,57	2,57	3,43	4,00	3,71	4,14	7	8
25 – 29	4,86	4,71	3,57	3,71	3,90	3,39	4,43	4,71	7	7
30 – 34	5,00	4,50	5,00	4,50	4,50	5,00	5,00	4,00	2	2
35 – 39	5,00	5,00	5,00	4,00	4,00	4,00	4,00	5,00	1	4
40 – 44	4,50	4,50	4,70	4,20	4,30	4,00	3,60	4,60	10	12
45 – 49	4,73	4,78	4,80	4,40	4,53	4,20	4,13	4,53	15	28
50 – 54	4,42	4,38	4,50	4,03	4,42	4,15	3,49	4,38	26	37
55 – 59	4,43	4,63	4,53	4,37	4,63	4,23	4,26	4,40	30	48
60 – 64	4,60	4,64	4,74	4,51	4,71	4,37	4,31	4,63	51	62
65 – 69	4,52	4,69	4,69	4,43	4,65	4,39	4,43	4,52	22	46
70 – 74	4,56	4,89	4,89	4,78	4,78	4,67	4,89	4,89	9	9
75 – 80	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,	2	3
průměr skóre average score	4,68	4,64	4,59	4,21	4,41	4,29	4,28	4,57	182	268

*Poznámka.* Motivy: 1. „Reprezentace”; 2. „Kolektiv”; 3. „Atmosféra”; 4. „Krása”; 5. „Seberealizace”; 6. „Program”; 7. „Nácvik”; 8. „Radost”. 9. Počet respondentek výzkumu. 10. Počet žen ve skladbě celkem.

Výsledky ukazují určité zajímavé shody a rozdíly v hodnocení významu motivů a očekávání mezi ženami a muži. Největší shodu, skóre 4,62 a 4,60 hodnocení, je možno nalézt u druhého motivu „kolektiv”. Tento výsledek potvrzuje předpoklad, že si danou činnost vybírají zájemci o společné cvičení s hudbou. Jde o vlastní podstatný znak společných pohybových skladeb – sdílení pohybové aktivity a její prožívání v úzké vazbě s ostatními cvičenci. Současně daný výsledek koresponduje s výsledky dalších výzkumů zabývajících se přínosy pohybu pro člověka, a to nalézání nebo upevňování přátelství a kamarádství při sportovní aktivitě.

Tabulka 2./ Table 2.

*Výsledná skóre motivů podle věkových kategorií mužů./ Final score of motives by men age categories.*

Motivy muži – Motives men										
věk – age	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.
15 – 19	4,50	4,50	4,00	3,50	4,50	4,00	4,00	3,50	2	2
20 – 24	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0
25 – 29	-	-	-	-	-	-	-	-	0	3
30 – 34	5,00	5,00	4,00	3,50	4,00	4,50	4,50	5,00	2	3
35 – 39	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	5,00	1	2
40 – 44	3,50	3,50	3,50	4,50	4,00	4,00	3,50	4,50	2	3
45 – 49	-	-	-	-	-	-	-	-	0	0
50 – 54	4,00	5,00	4,00	3,50	3,50	3,50	5,00	5,00	2	9
55 – 59	4,80	4,80	4,40	4,40	4,60	4,60	4,20	4,60	5	8
60 – 64	4,42	4,08	4,33	4,17	4,67	4,50	4,50	4,50	12	14
65 – 69	4,70	4,70	4,90	4,80	4,50	4,10	4,50	4,80	10	19
70 – 74	4,56	4,67	4,67	4,33	4,56	4,00	4,33	4,44	9	11
75 – 80	5,00	5,00	5,00	5,00	4,50	4,50	4,50	4,00	2	2
průměr skóre average score	4,54	4,60	4,34	4,27	4,39	4,63	4,46	4,33	47	76

*Poznámka.* Motivy: 1. „Reprezentace”; 2. „Kolektiv”; 3. „Atmosféra”; 4. „Krása”; 5. „Seberealizace”; 6. „Program”; 7. „Nácvik”; 8. „Radost”. 9. Počet respondentek výzkumu. 10. Počet žen ve skladbě celkem.

Dalším podnětným výsledkem je skutečnost, že si cvičenci věkové kategorie nad 70 let vybírali ve většině případů hodnocení v rozmezí maxima, 4 – 5 nejvyššího souhlasu s obsahem otázky. Tím vyjadřovali spokojenost jak s programem pohybové aktivity, tak se svou účastí. Je tedy nutno pro tuto věkovou kategorii „vstřícných věrných cvičenců” připravovat nadále přiměřený obsah pohybového programu.

Tabulka 3./ Table 3.

*Výsledná skóre společně pro ženy a muže./ Final score of motives for women and men together.*

Číslo motivu – motive number	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.
Výsledné skóre – resulting score	4,66	4,62	4,47	4,24	4,40	4,46	4,33	4,55

## Diskuse

Vedle vlastních výsledků ukazujících daný stav názorů, potřeb a očekávání účastníků výzkumu, je možno výsledky využít jako východisko pro budoucí tvorbu a přípravu pohybové skladby pro vystoupení na další Světové gymnastradě v roce 2019 v Dornbirnu. Současně bude připravována varianta skladby pro Všesokolský slet v roce 2018 v Praze, kde nebude mít význam motiv mezinárodní reprezentace.

Nejčteněji, u 13 skupin celkem, většinou cvičenkami, byl označen 3. motiv „Atmosféra”. Je možno usuzovat, že ženy motivuje už samotná účast v pohybové skladbě, nachází v ní velkou míru naplňování své potřeby sdílení a pohybové spolupráce bez soutěžního porovnávání výkonu.

Druhé nejčtenější vysoké skóre, u 12 skupin, zejména mužů, získal motiv 2. „Kolektiv”. Ve společných hromadných skladbách se neustále snižuje podíl mužů. Při velkém rozšiřování nabídky různých individuálních sportů inklinuje ke společnému cvičení bez sportovního soutěžení jen určitý typ cvičenců. Buď jsou to skupiny a jednotlivci, kteří se věnují pohybovým skladbám dlouhodobě na základě tradice, nebo se nově hlásí společně na nácvik celé koedukované skupiny, které se věnují „v partě” i dalším pohybovým aktivitám. Jsou to většinou mladší věkové kategorie, které si užívají společné zážitky z přípravy i vystoupení a upevňují si své kamarádství.

Nejvyšší společné skóre 4,66 měla odpověď na motiv 1. „Reprezentace“. Váha tohoto motivu v průběhu čtvrt století kolísala. Podle výsledků předchozích výzkumů byla v devadesátých letech velká touha vycestovat do zahraničí, porovnat se v mezinárodním prostředí a reprezentovat pod naší vlajkou. V dalším období nebyl tento motiv už tak výrazný, ale stále zůstávala určitá „hrdost“ být reprezentantem v úspěšném vystoupení. Díky hodnocení zejména mladších věkových skupin získal v současnosti tento motiv opět na významu.

Mezi zajímavé výsledky patří nejvyšší dosažené skóre 4,63 u skupin mužů v motivu 6. „Program“. Ukazuje se, že „naše“ cvičence významně motivuje k účasti ve skladbě konkrétní obsah pohybového programu a způsob jeho nácviku. Proto je nutno pro mužskou roli cvičení přicházet s novými neobvyklými nápady a kvalitním pohybovým obsahem.

Vysoké hodnocení v rámci skupin (první nebo druhé místo u 12 skupin) získal i motiv 8. „Radost“. Uvedená potřeba mít radost ze své činnosti je pro autory i organizátory zavazující okolností. Jak obsah skladby, tak způsob jejího nácviku a přístup k prezentaci tělovýchovného vystoupení na veřejnosti by měl být realizován jako příjemný tělovýchovný program přinášející radost a potěšení, kladnou pohybovou seberealizaci.

Vysoký počet účastí na Světových gymnestrádách WG ukázal, že se někteří cvičenci zúčastnili více Gymnestrád od roku 1991 (Tabulka č. 4).

Tabulka 4./ Table 4.

*Opakovaný počet účastí na Světových gymnestrádách./ Final score of motives for women and men together.*

Účast na WG Participation in WG	6×	5×	4×	3×	2×	1×	0	suma, sum
Ženy, women	7	20	10	18	39	30	17	141
Muži, men	4	7	7	9	2	5	6	40

Znamená to, že si cvičenci opakovaně vybírají nácvik gymnastické hudebně-pohybové kompozice jako svou dlouhodobou oblíbenou pohybovou aktivitu, udržují si sociální sounáležitost v kolektivu, který se jen částečně obměňuje. Jejich motivace je podpořena opakovanou dobrou zkušeností z předchozích úspěšných účastí na Gymnestrádách, pozitivním vnímáním osobních prožitků při cvičení s motivující hudbou a sdíleným prožíváním daných dovedností i celé skladby, jak na ploše s ostatními spolucvičenci, tak s tleskajícími diváky na tribunách. Průběh přípravy vystoupení podněcuje vznik spolupráce a sounáležitosti mezi cvičenci, kteří postupně přijímají skladbu „za svou“. Současně se ujímají společné odpovědnosti za její dobré předvedení. Úspěch skladby vnímá každý cvičenec i jako svůj úspěch, který umocňuje pocity radosti a spokojenosti. Také prožitek národní reprezentace se stává nezapomenutelným zážitkem a je významným podnětem pro účast na další Gymnestrádě.

Na základě vyhodnocení výsledků je možno konstatovat, že účast v přípravě a veřejném vystoupení hromadné skladby na Světové gymnestrádě je pro cvičence nejen programem pohybového vzdělávání, ale i naplňuje jejich společenskou potřebu, možnost navazování přátelství a pocit příslušnosti k zvolené skupině. V rámci spolupráce ve skladbě je mezi cvičenci naplňována potřeba uznání a ocenění, spokojenost s vlastním zvládnutím pohybových úkolů a dovedností. Významný je uváděný souhlas s naplněním potřeby seberealizace a s míněním, že každý cvičenec přispívá k úspěchu vystoupení svým samostatným pozitivním tvořivým pohybovým projevem. Ukazuje se, že vhodně vytvořená kompozice hromadné skladby pro Světovou gymnestrádu a proces přípravy vystoupení, mohou být vhodným motivem k pohybové aktivitě, ovlivňovat způsob života, přinášet cvičencům fyzické, psychické, sociální a estetické uspokojení jejich potřeb.

## Závěr

Poznatky získané z výsledků výzkumu se stanou východiskem pro tvorbu a přípravu hromadné skladby pro další Gymnestrádu v roce 2019. Hlavní pozornost bude zaměřena na volbu originálního nápadu ztvárnění kompozice a výběru náčiní, na kvalitu pohybového obsahu a uplatnění motivů spolupráce a pohybové koordinace mezi cvičenci skladby. Motivy cvičenců k účasti v hromadné

skladbě budou významným podnětem pro tvorbu a rozvoj hudebně-pohybové kompozice na mezinárodní úrovni.<sup>1</sup>

### Literatura

- Ahlquist, S. M., Russell, K., & Fink, H. (2010). *Foundation of Gymnastics*. Ruschkin: Saskatoon.
- Čechovská, I., Novotná, V., Bunc, V., & Zahálka, F. (2006). Ovlivnění životního stylu cvičenců v přípravě na Světovou gymnestrádu 2007. In Blahutková, M. (ed.). *Sport a kvalita života 2006* (pp. 24-35). Brno: Masarykova Univerzita.
- Gillerová, I., & Buriánek, J. (1995). *Základy psychologie, sociologie*. Praha: Fortuna.
- Maslow, A. H. (1943). A preface to motivation theory. *Psychosomatic Med.*, no. 5, 85-92.
- Maslow, A. H. (2014). *O psychologii bytí*. Praha: Portál.
- Novotná, V., Chrudimský, J., & Čechovská, I. (2011). The Performance at the World Gymnaestrada as an Impulse Towards Long-term Physical Activity. *Studia Sportiva*, 5(3), 303-312.
- Novotná, V., Mihule, J., Brtníková, M., Feitová, K., Šimůnková, I., Hybner, M., & Chrudimský, J. (2012). *Gymnastika jako tvůrčí akt*. Praha: Karolinum.
- Slepička, P., & Pěkný, M. (2008). Sportující senioři a jejich hodnotová orientace. *Česká kinantropologie*, 12(3), 9-16.
- Šimůnková, I., Novotná, V., & Vorálková, J. (2010). Struktura složek pohybové gramotnosti pro sportovní odvětví moderní gymnastika. *Studia Kinanthropologica*, 11(2), 110-119.
- Whitehead, M. (2010). *Physical literacy: throughout the lifecourse*. London: Routledge.

**doc. PhDr. Viléma Novotná**

**José Martího 31**

**162 52 Praha 6**

**vnovotna@ftvs.cuni.cz**

---

<sup>1</sup> Příspěvek vznikl jako součást řešení dílčího projektu PRVOUK P 39 realizovaného na UK FTVS v Praze, s názvem Společenskovední aspekty zkoumání lidského pohybu.