

Univerzita Palackého v Olomouci
Fakulta tělesné kultury

**KONZUMACE ALKOHOLU U HRÁČEK EXRTALIGOVÝCH FLORBALOVÝCH
DRUŽSTEV V ČESKÉ REPUBLICE**

Diplomová práce
(magisterská)

Autor: Bc. Dušan Dudešek, Rekreatologie,
Vedoucí práce: Mgr. Michal Šafář, Ph.D.
Olomouc 2013

Bibliografická identifikace

Jméno a příjmení autora: Dušan Dudešek

Název diplomové práce: Konzumace alkoholu u hráček extraligových
florbalových mužstev v České republice

Pracoviště: Katedra společenských věd v kinantropologii

Vedoucí diplomové práce: Mgr. Michal Šafář, Ph.D

Rok obhajoby diplomové práce: 2013

Abstrakt: Cílem diplomové práce je popsat a analyzovat situaci v konzumaci alkoholu a množství prováděné pohybové aktivity u hráček extraligových florbalových mužstev v České republice. K šetření byl použit dotazník konzumace alkoholu podle Losiaka (2008) a modifikace tohoto dotazníku na zjištění množství pohybové aktivity v průměrném týdnu. Výsledky zahrnují množství konzumace alkoholu hráčkami jednotlivých extraligových florbalových družstev v České republice, porovnání množství konzumovaného alkoholu mezi jednotlivými extraligovými florbalovými družstvy v České republice a závislost spotřeby alkoholu na objemu prováděné pohybové aktivity v průměrném týdnu. Získané data jsou porovnány s dostupnými statistickými daty o konzumaci alkoholu v České republice. Celkový počet dotazovaných hráček je 139 z 12 mužstev. Zjištěné formace mohou být použity ke srovnání v dalších šetřeních monitorujících situaci ve spotřebě alkoholu a pohybových aktivitách v jiných ženských kolektivních sportech.

Klíčová slova: alkohol, závislost, sport, florbal

Souhlasím s půjčováním diplomové práce v rámci knihovních služeb.

Bibliographical identification

Author's first name and surname: Dušan Dudešek

Title of the master thesis: Alcohol consumption of players of extra-league floorball teams in the Czech Republic.

Department: Department of Social Sciences in Kinanthropology

Supervisor: Mgr. Michal Šafář, Ph.D.

The year of presentation: 2013

Abstract: The aim of the thesis is to describe and analyse the situation in alcohol consumption and the amount of physical activity of extra-league floorball players in the Czech Republic. The questionnaire of alcohol consumption by professor Losiak (2008) was used to collect the data. A modification of that questionnaire was used to elicit the amount of physical activity in an average week. The results comprise the consumption of alcohol of the players of individual extra-league floorball teams in the Czech Republic, comparison of the consumption of alcohol among individual extra-league floorball teams in the Czech Republic and dependence of the consumption of alcohol on the amount of physical activity in an average week. The acquired data are compared with the available statistical data about alcohol consumption in the Czech Republic. The total number of players questioned is 139, from 12 teams. The data found could be used in the comparison of following investigations monitoring the situation of alcohol consumption and physical activity in other female team sports.

Keywords: alcohol, dependence, sport, floorball

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracoval samostatně pod vedením Mgr. Michala Šafáře, Ph.D., uvedl všechny použité literární a odborné zdroje a dodržoval zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne 25. 2. 2013

.....

Děkuji vedoucímu práce Mgr. Michalu Šafářovi, Ph.D., za pomoc a cenné rady, které mi poskytl při zpracování diplomové práce.

Obsah

1	ÚVOD.....	8
2	SYNTÉZA POZNATKŮ.....	9
2.1	Sport – pojem a vývoj.....	9
2.1.1	Sport v dnešní společnosti.....	11
2.1.2	Kolektivní sporty a jejich specifika.....	12
2.2	Florbal.....	13
2.2.1	Vznik florbalu, jeho rozšíření a progres.....	13
2.2.2	Mezinárodní florbalová federace (IFF).....	14
2.2.3	Významné florbalové soutěže.....	16
2.2.4	Florbal v České republice.....	18
2.2.5	Nástin pravidel florbalu.....	20
2.2.6	Podmínky pro florbal, výstroj a vybavení florbalistů.....	25
2.2.7	Nároky na hráče, předpoklady pro florbal.....	29
2.2.8	Florbal jako neprofesionální sport.....	30
2.2.9	Vyhlídky florbalu do budoucna.....	31
2.3	Sociálně patologické jevy.....	33
2.3.1	Historie drog.....	34
2.3.2	Historie alkoholu.....	35
2.4	Problematika návykových látek.....	37
2.4.1	Druhy alkoholických nápojů.....	43
2.4.2	Vlastnosti alkoholu – ethanolu.....	46
2.4.3	Využití alkoholu – ethanolu.....	47
2.4.4	Metabolismus ethanolu.....	48
2.4.5	Účinky ethanolu na lidský organizmus.....	48
2.4.6	Pozitivní účinky.....	48
2.4.7	Následky nadměrného používání alkoholu.....	49
2.4.8	Závislost na alkoholu.....	50
2.4.9	Prevence závislosti na alkoholu.....	51
2.4.10	Léčba závislosti.....	52
2.5	Alkohol ve sportu.....	53

3	CÍL A ÚKOLY PRÁCE.....	56
3.1	Dílčí cíle.....	56
3.2	Výzkumné otázky.....	56
3.3	Organizace výzkumu.....	56
3.4	Diagnostické metody.....	57
3.4.1	Metoda diagnostiky konzumace alkoholu.....	57
3.4.2	Metoda diagnostiky množství prováděné pohybové aktivity...	57
3.5	Popis zkoumané populace.....	57
3.6	Metoda vyhodnocení a interpretace dat.....	59
4	VÝSLEDKY A DISKUSE.....	60
4.1	Množství konzumovaného alkoholu hráček extr. florbalových družstev..	60
4.1.1	Diskuze k dílčímu cíli a výzkumné otázce č. 1.....	62
4.2	Porovnání množství konzumovaného alkoholu mezi jednotlivými extr. florbalovými družstvy.....	63
4.2.1	Diskuze k dílčímu cíli a výzkumné otázce č. 2.....	64
4.3	Vztah mezi množstvím konzumovaného alkoholu a objemem prováděné pohybové aktivity hráček extraligových florbalových družstev.....	65
4.3.1	Diskuze k dílčímu cíli a výzkumné otázce č. 3.....	67
5	ZÁVĚRY.....	70
6	SOUHRN.....	71
7	SUMMARY.....	72
8	REFERENČNÍ SEZNAM.....	73
9	PŘÍLOHY.....	80

1 Úvod

Alkohol a sport mají na sebe bližší vazbu, než by bylo z hlediska zdravého životního stylu žádoucí. Znalost situace v této oblasti může pomoci optimalizovat působení na chování ve vztahu k alkoholu v průběhu aktivního sportovního života se záměrem minimalizovat rizikové projevy.

Dnešní společností hýbe velké množství fenoménů. Lidé jsou v dnešním uspěchaném světě ovlivňováni prací, shonem, stresem, životem ve městě apod. Na život společnosti působí mnoho vlivů (fenoménů), jako je třeba politika, kultura, média, pop music a mnoho dalších. Mezi tyto fenomény můžeme určitě zařadit i sport a do určité míry i konzumaci drog a návykových látek, k jejichž lehkým formám patří také alkohol. V současné hektické době se mnoho lidí obrací ke sportu jako prostředku rekreace po duševní i fyzické stránce. A obdobnou roli hraje u velké části společnosti i konzumace alkoholu jakožto prostředku odreagování se.

Ve druhé polovině 20. století se lidé začali více zajímat o zdravý životní styl. Životní styl neboli životní způsob je sociologicko-filozofický pojem, charakterizující typické zvláštnosti každodenního života lidí určité společnosti. Spočívá jak v určitých formách životní činnosti, tak v souhrnu životních podmínek, které tyto formy podmiňují a určují (Academia, Praha, 1982).

Faktory ovlivňující životní styl jedince mohou být různé. Od finančních možností, přes zvyky a množství volného času až po rodinu a okolí. Životní styl je mimo jiné rovněž výrazně ovlivněn hromadnými sdělovacími prostředky (Musil, 2005).

Jsou mezi námi lidé, jejichž životním stylem se stal sport v různých formách, ale naopak i lidé, jejichž úděl je úzce spjat s alkoholem. A právě vzájemným působením a prolínáním světa sportu a alkoholu, četností konzumace alkoholu sportovci (konkrétně florbalisty) a vlivem konzumace alkoholu na vztahy v kolektivu a na samotný sportovní výkon se budu zabývat v této práci.

2 SYNTÉZA POZNATKŮ

2.1 Sport (pojem a vývoj)

Pojem „sport“ je anglosaského původu a je patrně odvozen ze starofrancouzského výrazu „desport“ nebo „disport“, V překladu se jedná o něco volného, či pohodového. Má jít o obveselení, rozptýlení nebo únik od práce a od povinnosti k zábavě. Nejstarší definice v anglickém jazyce pocházející z doby okolo roku 1300 říká, že jde o něco, co lidé shledávají veselým, či zábavným (<http://www.etymonline.com/index.php?searc=sport&searchmode>). Podle Rogetova slovníku synonymum jde o aktivitu zabývající se relaxací a obveselením (<http://thesaurus.com/browse/sport>). Definice sportu existuje mnoho. Podle Klimešova slovníku (1983, 5) jde o „... tělesná cvičení, pohybovou činnost a hry prováděné zpravidla organizovaně a soutěživou formou“.

Další z definic sportu podle Rady Evropy (1992) zní „...sport je sociální a kulturní aktivita založena na dobrovolnosti, která podporuje vztahy mezi (evropskými) zeměmi a občany a sehrává důležitou roli v realizaci cílů Rady Evropy tím, že upevňuje svazky mezi lidmi a posiluje uvědomění si evropské kulturní identity“. Je zde tedy zdůrazněn i kulturní a sociální aspekt sportu (http://ec.europa.eu/sport/documents/white-paper/whitepaper-short_cs.pdf). (V originále: sport is a social and cultural activity based on voluntary choice which encourages contacts between European countries and citizens, and plays a fundamental role in the realisation of the aim of the Council of Europe by reinforcing the bonds between peoples and developing awareness of a European cultural identity).

Shrňme-li nejdůležitější atributy sportu, jde o dobrovolné provozování fyzické aktivity, tedy pohybu, které může být více či méně organizované prostřednictvím daných pravidel a ve kterém hraje určitou roli konkurence a soutěživost.

Všechny definice se shodují, že sport je dobrovolná fyzická aktivita. Pokud si tedy odmyslíme aktivity, které v historii člověk pěstoval, aby vůbec přežil (lov, výcvik k boji atd.), můžeme počátky sportu jako takového vypožorovat už ve starověku.

Sport zaujímal významné místo v životě společnosti již v antickém Řecku, kde existovala idea tělesné a duševní rovnováhy člověka, tzv. kalokagathía (z řeckého „kalos“ – krásný a „agathos“ – dobrý).

Řekové tuto ideu podpořili založením Olympijských her. Je doloženo, že starověké Olympijské hry probíhaly po více než jedno tisíciletí od roku 776 př. n. l. až do roku 393, kdy byly dekretem římského císaře Theodosia I. zrušeny. Hry byly brány jako pohanský zvyk a v době rozmáhajícího se křesťanství musely ustoupit novým pořádkům. Vědci, specializující se na starověk se však domnívají, že tradice her sahá hluboko do druhého tisíciletí př. n. l. Antických Olympijských her se mohli účastnit pouze muži a jejich vítězům náležely sláva a obdiv podobně jako dnes, nikoliv však finanční nebo jiné materiální ohodnocení. Zajímavostí je, že během konání her musely být přerušeny všechny probíhající války a spory. Mezi disciplíny v nichž se soutěžilo, patřily například běh, zápas, hod diskem či oštěpem. V kolektivních sportech se ovšem nesoutěžilo (Kösl, 1996).

Myšlenka antického ideálu člověka se vyskytla i v renesanci. Také Jan Amos Komenský navrhoval ve svém díle Všenáprava věcí lidských obnovit olympijskou ideu a hry, ale opravdový rozvoj sportovní myšlenky přichází až v 19. století, kdy i díky osvícenému zákonodárství začínají zejména v Evropě vznikat různé spolky, mezi nimiž jsou i první sportovní družstva a sportovní občanská sdružení. Tak například roku 1857 je v Anglii založen první fotbalový klub na světě - Sheffield F.C. (<http://www.sheffieldfc.com/history>). Dne 16. 2. 1862 proběhla ustavující valná hromada Jednoty pražské, z níž později vznikl Sokol Pražský a Česká obec sokolská (<http://vsesokolskyslet2012.eu/program-oslav-150-let/historie-sokola>). Sokol rovněž vycházel z antické kalokagathie a své členy vedl k všestrannosti. Věnoval se nejen fyzickým, ale i kulturním aktivitám, například divadelní činnosti. Sokolské hnutí inspirovalo k zakládání různých spolků a tělocvičných jednot sportovní nadšence v mnoha dalších (zejména slovanských) zemích. Sokolské spolky byly zakládány např. i českými, slovenskými a polskými emigranty v USA, kde dodnes fungují.

Mezi průkopníky sportu v českých zemích můžeme zařadit jména jako Miroslav Tyrš, Jindřich Fügner, kteří stáli přímo u zrodu Sokola. Dále to byl Josef Rössler Ořovský, nadšený sportovec, který se zasloužil o propagaci mnoha sportovních odvětví u nás, nebo PhDr. Jiří Guth-Jarkovský, který stál i u vzniku Mezinárodního olympijského výboru (MOV) v roce 1894 a který s Ořovským založil roku 1899 Český olympijský výbor. Zajímavostí je, že díky iniciativě těchto osobností vystoupila na Olympijských hrách ve Stockholmu v roce 1912 samostatná česká výprava pod českou vlajkou a názvem Rakousko-Čechy, byť jsme v té době stále byli součástí Rakouska-Uherska. MOV a jeho hlavní představitel, baron Pierre de Coubertin, si dal za cíl propagaci myšlenky olympismu a obnovu Olympijských her, což se mu roku 1896 symbolicky v Aténách podařilo a od tohoto roku se píše novodobá historie Olympijských her. Coubertin byl zastáncem ryze amatérského sportovního zápolení v duchu

antických her. Rovné soupeření mělo přispívat k přátelství mezi jednotlivci a národy. Byl rovněž autorem hesla, které ve známé zkrácené formě zní: „není důležité vyhrát ale zúčastnit se“. Tyto původní vznosné ideje sice nebyly v průběhu času přímo zapomenuty nebo popřeny ale byly odsunuty na druhou kolej v zájmu medializace, komercializace a profesionalizace sportu (Kösl,1996).

2.1.1 Sport v dnešní společnosti

20. století je pak obdobím dynamického rozvoje sportu, vzniku nových odvětví, postupné změny vnímání sportu a nezřídka i jeho profesionalizace. Sport se postupem doby stále více dá dělit na vrcholový a rekreační či amatérský. Vrcholový sport hojně využívá poznatků medicíny i vědy a vyžaduje časově, fyzicky a mnohdy i finančně náročný trénink. Soutěživost zde sehrává velkou roli a důležitá je nejen fyzická činnost, ale i její měřitelný výsledek. Vrcholoví sportovci jsou často vedeni k velmi úzké specializaci na svou disciplínu, což do jisté míry odporuje požadavku rovnoměrného rozvoje osobnosti. Na druhou stranu se stává předmětem zábavy, zájmu masmédií a obdivu širokých mas a špičkoví sportovci jsou pro své kvality uznáváni a adorováni. Jsou často vysoce finančně ohodnoceni a stávají se, jak dnes říkáme, celebrity. Vrcholový sport má ale i svoje stinné stránky. Absence fair play v honbě za vítězstvím a slávou, zdravotní rizika a následky které sportovcům hrozí a v neposlední řadě doping jsou asi těmi nejhoršími z nich.

Rekreační sport je v různých variantách vyhledávanou aktivitou širokého okruhu lidí a lépe vyhovuje původnímu řeckému ideálu rovnoměrného zdokonalování těla i ducha.

Sport se postupem času stal nejen prostředkem relaxace a harmonického rozvoje člověka. Stal se také zdrojem zábavy milionů lidí po celém světě a v neposlední řadě životním stylem. Například sportovní móda si našla cestu do běžného šatníku většiny (i městských) obyvatel, což bylo třeba ještě před několika desítkami let nemyslitelné. Sportovní reklamy jsou k vidění téměř všude a sportovní potřeby a doplňky jsou běžně k dostání a jejich výrobcům vynášejí ohromné zisky.

2.1.2 Kolektivní sporty a jejich specifika

Většina sportovních odvětví je individuálních. V nich se každý jedinec snaží o co nejlepší měřený nebo rozhodčími subjektivně hodnocený výsledek. Vedle nich ovšem existují také kolektivní neboli týmové sporty, pro které je nejcharakterističtějším znakem zápolení dvou kolektivů proti sobě. Pro dosažení společného cíle týmu, kterým je vítězství, je důležitá spolupráce všech jeho členů a plnění rolí, které byly jednotlivcům svěřeny. Trochu odlišná je tu psychologie sportovců i role trenéra a rozhodčích. Velmi důležitou úlohu zde hrají sportovně-technické, ale i osobní vlastnosti členů kolektivu a vztahy mezi jednotlivci. Úlohou trenéra je najít pro jednotlivce v týmu určitou roli, jejíž plnění bude pro tým přínosem a z těchto jednotlivců sestavit co nejlépe fungující celek. Kolektiv je vlastně svého druhu jistý organismus, který je v ideálním případě veden trenérem (Sekota, 2008).

Na rozdíl od individuálních sportů zde také existuje možnost vystřídání sportovců (hráčů) v průběhu hry. Kolektivní sporty jsou také diváky a sportovními fanoušky jinak (dalo by se říct, že intenzivněji) vnímány. Zatímco u individuálních sportů soutěží často sportovec jen sám za sebe, v kolektivních sportech proti sobě soupeří oddíly a kluby, se kterými se lidé sledující sport mohou více ztotožnit. Zvláštní kapitolou je potom zápolení v kolektivních sportech na úrovni reprezentací jednotlivých zemí, které často dovede způsobit mezi obecněstvem doslova sportovní šílenství (Slepička, 2010).

Kolektivní sporty nejsou ovlivněny a ohroženy dopingem natolik, jako sporty individuální. Samozřejmě, že síla, rychlost či vytrvalost, jakožto vlastnosti, které doping pomáhá vylepšit, jsou zapotřebí i v kolektivních sportech. Neméně důležité jsou i vlastnosti jako obratnost nebo šikovnost a hlavně spolupráce mezi jednotlivci, zkrátka týmová souhra. Bez těchto předpokladů jakýkoliv tým nemůže uspět a tyto přednosti se vybudují spíše dlouhodobým společným cíleným tréninkem, nežli užíváním zakázaných prostředků. Zřejmě i proto se dopingové kauzy v kolektivních sportech na nejvyšší úrovni vyskytují v porovnání s individuálními sporty spíše ojediněle (Hnízdil, J. a spol., 2000).

V některých v podstatě individuálních sportech se soutěží i v disciplínách, které již můžeme nazvat kolektivními. Sem bych zařadil například štafetové běhy či plavání, nebo osmiveslice ve veslování. Jinak kolektivní sporty jsou povětšinou sporty míčové, ale není to podmínkou. Mezi olympijské kolektivní sporty patří fotbal, basketbal, volejbal, házená, vodní pólo, pozemní hokej, lední hokej a curling. Mezi další významné kolektivní sporty patří ragby (to bude na programu her v roce 2016), baseball, kriket, lakros nebo americký fotbal.

Do kategorie míčových kolektivních sportů patří také florbal, o němž budu blíže pojednávat na následujících stranách.

2.2 Florbal

Na první pohled poznáme, že slovo florbal pochází z angličtiny a vzniklo spojením slov „floor“ - podlaha a „ball“ – míček. Je jistě zajímavostí, že v každé ze čtyř zemí, v nichž je v současné době florbal nejvíce populární se nazývá docela jiným výrazem. Finský název pro florbal je "salibandy" a švédský "innebandy". Ve Švýcarsku se obecně používá výraz "Unihockey" ale také "Grossfeld" ("gross" – velký, "Feld" – plocha, pole) pro tzv. velký florbal nebo "Kleinfeld" ("klein" – malý) pro florbal na hřištích menšího rozměru a hraný s menším počtem hráčů v nižších švýcarských soutěžích. Setkáme-li se s kterýmkoliv z výše uvedených pojmů bude se jednat o tentýž sport (http://www.cfbu.cz/redakcni_system/index.php?static=cfbu/historie/svet).

2.2.1 Vznik florbalu, jeho rozšíření a progres

Florbal je poměrně mladý, jednoduchý, velmi dynamický a progresivně se rozvíjející sport. Hraje se formou utkání mezi dvěma družstvy. Cílem hry je dosáhnout více branek než soupeř při dodržení ustanovení pravidel. Florbal jakožto halový sport se hraje na tvrdém a rovném povrchu v místě, jež je schváleno řídícím orgánem (http://cfbu.cz/redakcni_system/index.php?static=predpisy/pravidla). Za svou současnou popularitu vděčí i zřejmě i dříve zažitým sportům, jako je lední a pozemní hokej. Florbal je ovšem daleko méně náročný na vybavu i na hrací plochu a koneckonců částečně i na dovednosti hráčů. Paradoxní je, že ač florbal vznikl ve Skandinávii, tak florbalový míček byl vyvinut v šedesátých letech 20. století ve Spojených státech k tréninku nadhozu baseballistů. Kolébkou florbalu je bezesporu Švédsko, kde se "innebandy" začalo hrát počátkem 70. let. Ve Finsku začali s florbalem o několik let později. Pro orientaci uvádím několik důležitých dat. Dne 21.9.1979 byl ve švédském městě Sala založen první florbalový klub - Sala IBK. Ve stejném městě byl 7.11.1981 založen Švédský florbalový svaz (Svenska Innebandyförbundet – SIFB) a od sezóny 1982/83 se hraje pravidelně mužská i ženská florbalová liga. V sezóně 1983/84 se stal SIFB neoficiální sekcí Švédského hokejového svazu, načež se zájem o florbal ještě více zintenzívnil. 24.9.1983 vyšlo první vydání florbalových pravidel. V té době již existovalo

téměř 100 florbalových klubů (oproti původním patnácti, které stály u vzniku SIFB). Nakonec 22.11.1985 se SIFB stal nezávislou asociací v rámci Švédské sportovní konfederace (Skružný a kol, 2005).

Mezitím však došlo ještě k jedné významné události. Dne 28.9.1985 se ve švédské Solentunně odehrálo vůbec první oficiální mezistátní utkání ve florbale. Soupeři byly pochopitelně týmy Švédska a Finska a utkání skončilo výsledkem 13:1 pro domácí. Avšak Finové si přece jeden primát připsali. Pekka Kainulainen vsítil historicky první branku v mezistátních zápasech ([http:// www.innebandy.se/sv/StatistikHistorik/Datum-i-innebandyhistorien/](http://www.innebandy.se/sv/StatistikHistorik/Datum-i-innebandyhistorien/)).

2.2.2 Mezinárodní florbalová federace (IFF)

Obrázek 1. Znak Mezinárodní florbalové federace (www.floorball.org/default.asp)



V té době už se rozmáhal i švýcarský "unihockey", který se ubíral oproti finskému a švédskému pojetí trochu jinou cestou. Hlavní rozdíl byl v onom rozdělení na Grossfeld a Kleinfeld a také v tom, že brankář používal k chytání hokejku. Finská florbalová federace (Suomen Salibandyliitto - SSBL) a Švýcarská florbalová asociace byly založeny shodně v roce 1985. Jako perličku uvádím, že druhou nejstarší národní florbalovou organizací je kupodivu Japonská florbalová asociace. Ta byla založena již v roce 1983. Členem IFF se však Japonsko stalo až v roce 1994 ([http://www.floorball.org/default.asp?sivu=2 &alasivu=25&kie li=826](http://www.floorball.org/default.asp?sivu=2&alasivu=25&kie li=826)). Konečně 12.4.1986 byla ve švédské Huskvarně založena Mezinárodní florbalová federace (International floorball federation – IFF). Zakládajícími členy byli Švédsko, Finsko a Švýcarsko a prvním prezidentem IFF se stal Švéd maďarského původu András Czitrom, který stál i u vzniku SIFB. IFF je vedoucí organizací světového florbalu. Ke konci roku 2012 evidovala již 55 členů, mezi nimiž jsou i tak exotické státy jako třeba Mozambik, Jamajka, Mogolsko, Sierra Leone nebo Filipíny. V těchto 55 státech bylo k 30.9.2012 registrováno 293 088 hráčů v 4 322 klubech. IFF se zaměřuje na tři základní oblasti: marketing, rozvoj

a politika (myšleno na sportovním poli). Vizí IFF pro druhou dekádu 21. století je mít přes 100 stálých členů, které pořádají své vlastní národní šampionáty a 5 kontinentálních konfederací. Dlouhodobým cílem je i prosazení florbalu do programu Univerziády a také do programu Světových her, případně Olympijských her v roce 2020 (<http://www.floorball.org/default.asp?sivu=2&kieli=826>).

Tabulka 1. Vývoj počtu registrovaných hráčů florbalu v členských zemích IFF v posledních šesti letech (<http://www.floorball.org/default.asp?sivu=2&alasivu=205&kieli=826>)

	30.06.2006	30.06.2007	30.06.2008	30.06.2009	30.9.2010	30.09.2011	30.09.2012
Argentina			50	50 *	50 *	50 *	50 *
Arménie	82	82 *	60	92	92 *	92 *	95
Austrálie	202	1043	1707	1846	1800	1965	2070
Rakousko	559	649	737	685	751	733	753
Bělorusko				40	82	90	105
Belgie	142	304	320	741	769	827	979
Brazílie	50	50	50	50	50	50	882
Kanada	730	200	1000	1000	300	840	320
ČR	28291	29253	31147	33152	33576	34052	36642
Dánsko	4097	4797	5144	5384	5384 *	6007	6040
Estonsko	971	1250	1425	1685	1585	1575	1501
Finsko	39105	40879	42159	43056	45480	46991	49422
Francie	155	299	400	500	500	600	604
Gruzie	300	600	600 *	600 *	600 *	600 *	600 *
Německo	3600	4480	5311	5920	8200	8280	9577
Velká Británie	299	630	630 *	630 *	1365	1365 *	1350
Maďarsko	700 *	1320	1320	1350	1510	1500	1400
Island	110	90	90	120	120 *	120	130
Indie	850	2500	850	605	605 *	585	585
Indonésie					20	700	700 *
Írán					28	245	257
Irsko		60	60 *	60 *	75	150	150
Izrael		510	510	510	500	500	580
Itálie	277	292	415	388	404	502	554
Japonsko	312	323	262	315	305	320	2234
Jamajka						102	50
Korea	165	177	202	238	300	1269	1300
Lotyšsko	2033	2136	2013	1978	2430	2783	2783
Lichtenštejnsko	73	86	99	105	120	114	118
Litva					85	85	85 *
Malajsie	110	200	480	480 *	480 *	480 *	480 *
Moldavsko						58	58 *
Mongolsko						82	82 *
Nizozemsko	573	745	905	1041	1050	999	1009
Nový Zéland	30	30 *	30 *	50	28	68	75

Norsko	6512	6843	6490	6508	6602	6432	7496
Pakistán	300	380	400	400 *	400 *	400 *	400
Filipíny						300	200
Polsko	575	1883	1895	1874	1820	1840	1540
Portugalsko			84	84 *	84 *	84 *	84 *
Rumunsko			60	60 *	60 *	60 *	60 *
Rusko	700 *	900	2000	2000	2000	2400	2400
Srbsko		63	65	65	72	82	82
Sierra Leone			50	120	120 *	120 *	120 *
Singapur	436 *	1294	1625	1700	1700 *	1644	1649
Slovensko	2490	2490 *	2490 *	2513	2513 *	3880	4123
Slovinsko	450	450	570	500	500 *	480	520
Španělsko	615	732	779	562	600	592	620
Švédsko	132795	120239 **	118527	122866	124571	121641	118573
Švýcarsko	28967	28866	29270	28919	28310	27898	29751
Thajsko			108	130	130 *	130 *	130 *
Turecko			345	374	374 *	395	400
Ukrajina	300	375	285	510	220	320	520
USA	350	600	920	800	800 *	800 *	800 *
Celkem	258 306	255 964	264 049	272 656	279 621	284 282	293 088

2.2.3 Významné florbalové soutěže

První organizovanou mezinárodní soutěží na úrovni reprezentací států bylo Mistrovství Evropy mužů v roce 1994 ve Finsku, kde zvítězili Švédové. O rok později, tedy v roce 1995 hostilo Mistrovství Evropy mužů a poprvé i žen Švýcarsko a obou těchto šampionátů se zúčastnil i mimoevropský zástupce, a sice Japonsko. Rokem 1995 historie Mistrovství Evropy ve florbale skončila. Nutno ještě dodat, že všech zmíněných mistrovství se zúčastnila také česká reprezentace, jak mužská, tak ženská. Od roku 1996 se pak začala psát historie Mistrovství světa. V sudé roky se konají turnaje mužů a v liché světové šampionáty žen. Mistrem světa se v letech 1996 – 2006 stala pokaždé mužská reprezentace Švédska. Následovaly dva triumfy Finů a v roce 2012 se na trůn opět vrátili Švédové. Z dosavadních osmi ženských světových mistrovství se pětkrát radovaly z titulu Švédky, dvakrát Finky a jednou Švýcarky. České ženy se poprvé mohly těšit z medaile až v roce 2011, kdy ve Švýcarsku vybojovaly bronz (http://www.floorballpro.com/resources/FBP_Floorball.B_rochure.pdf).

Vedle toho se konají ještě Mistrovství světa hráčů do 19 let. U juniorů je to od roku 2001 každý lichý rok a medailová bilance je podobná, jako u šampionátu mužů. Juniorky bojovaly o titul od roku 2004 zatím pětkrát a vedle jednoho vítězství Švýcerek a jednoho

Finek se opět skví tři tituly Švédek. Každý druhý rok probíhá také akademické MS. Na reprezentační úrovni zmiňme ještě tzv. Euro Floorball Tour (EFT), kterou hrají 4 florbalově nejvyspělejší země – Švédsko, Finsko, Švýcarsko a ČR. EFT se hraje formou víkendových turnajů dvakrát do roka, ve kterých se všechny týmy utkávají navzájem. V pořádání těchto turnajů se státy pravidelně střídají. Pro reprezentační trenéry tento turnaj znamená jednu z mála možností pravidelné konfrontace jejich mužstva s ostatními špičkovými týmy (<http://www.cfbu.cz/rdskcnisystem/index.php?static=cfbu/historie/cr>).

Na klubové úrovni začneme u domácích soutěží. Vedle národního poháru, který se hrává play-off systémem je nejdůležitější soutěží domácí liga. Liga je dlouhodobá soutěž, která se ve florbalově vyspělých zemích odehrává zpravidla od září do dubna následujícího roku. Po dlouhodobé základní části, která končí v únoru a ve které se dvakrát střetne každý tým s každým, následuje pro první osmičku play-off na tři nebo na čtyři vítězná utkání. V poslední době se uplatnila ve Švédsku a posléze i u nás myšlenka sehrát finále pouze na jedno utkání. Důvody pro zavedení jednoho rozhodujícího zápasu, který určí vítěze celé dlouhodobé soutěže, byly u nás spíše reklamní a marketingové, nežli sportovní. Zda jde o dobrý tah, ukáže zřejmě až budoucnost. Vítězem mužské nejvyšší české florbalové soutěže, která se hraje od sezóny 1993/1994 se v její devatenáctileté historii staly pouze dva týmy: 15x Tatran Střešovice a 4x 1. SC Vítkovice. Ženská soutěž se hraje až od roku 1999 a po prvním a jediném triumfu Vítkovic se šestkrát umístily první hráčky Liberce a šestkrát hráčky pražské Dědkanky, která se později přejmenovala na Herbadent (Skrutný a kol, 2005).

Vedle nejvyšší soutěže mužů a žen probíhá na národní a regionální úrovni mnoho dalších mužských, ženských, chlapeckých, dívčích i dětských soutěží rozdělených podle kvality a podle regionů. Tyto soutěže se většinou odlišují hracím systémem (hraje se i více utkání v jeden den a ve většině soutěží se nehraje play-off), i hracím časem utkání (ten bývá většinou kratší než 60 minut, které se hrají na nejvyšší úrovni). V nejmladších kategoriích jsou povoleny i menší rozměry hřiště (<http://cfbu.cz/redakcnisystem/index.php?static=predpisy/pravidla>).

Vítězové nejlepších lig (tedy švédské, finské, švýcarské a české) se utkávají v soutěži nazvané Pohár mistrů, jeho předchůdcem byl EuroFloorball Cup. Vítězi se prozatím staly pouze týmy ze Švédska, Finska a Švýcarska. Český tým tuhle prestižní soutěž zatím nikdy nevyhrál.

Od roku 1993 se každoročně v letních měsících v různých pražských halách odehrává zřejmě největší (počtem účastníků) florbalový turnaj na světě – Czech open. Počátky tohoto turnaje jsou spojeny hlavně s osobami bratří Tomáše a Martina Vaculíků či Petra Harapáta,

kteří stáli u počátku florbalového dění v ČR vůbec. Ti se rozhodli po vzoru turnaje pořádaného švédskými týmy v létě 1992 v Maďarsku uspořádat o rok později podobný podnik v Praze. 12.–15.8.1993 se tak uskutečnilo první florbalové mezinárodní měření sil na českém území. Czech open tak vlastně vznikl dříve, než česká florbalová liga. Prvního ročníku turnaje se dohromady v mužské a ženské kategorii zúčastnilo 43 družstev z ČR, Švédska, Německa, Švýcarska a Ruska. Od prvopočátků bylo toto sportovní klání spojeno s bohatým doprovodným programem, což v kombinaci s výhodným termínem mělo za následek jeho expanzi. Postupem času se tak turnaj rozšiřoval a stal se velmi oblíbeným. Pro české týmy určitě hlavně díky možnosti konfrontace se zahraničním florbalem a hosty ze zahraničí jistě na Czech open lákaly i aktivity mimo florbal a cenová nenáročnost Prahy v poměru k cenám např. ve Skandinávii. V poslední době však již u elitních týmů jde zábava stranou. Většinou berou tento turnaj jako důležitý test před nadcházející sezónou a uspět na Czech open je také otázka prestiže. Jubilejního 20. ročníku v roce 2012 se v pěti kategoriích zúčastnilo 258 týmů z 18 zemí a během dosavadní historie tento turnaj navštívily, družstva z tak florbalově exotických států jako jsou Lichtenštejnsko, USA, Velká Británie, nebo Austrálie (<http://www.czechopen.cz/cz/historie/kronika>).

Obrázek 2. Logo turnaje Czech open pro rok 2013 (<http://www.czechopen.cz/>)



2.2.4 Florbal v České republice

V českém florbalovém prostředí je velmi dobře známá historie o tom, jak se florbal dostal ze Skandinávie do našich končin. Vše začalo v roce 1984, kdy na výměnný studentský pobyt přijela do Prahy skupina studentů z Finska a přivezla s sebou první plastové hokejky a florbalové míčky. Ve staré tělocvičně VŠE v Praze se pak konalo první utkání mezi finskými a českými studenty. Finští studenti zde pak hole a míčky zanechali a tak se florbal stal zhruba na jeden rok pravidelnou zábavou studentů VŠE, dokud se většina hokejek

nepolámala. Poté se zde na florbal na nějaký čas zapomnělo. Tato první etapa florbalu u nás je spjata hlavně se jmény Petra Chaloupky a Michala Bauera. Druhý jmenovaný pak stál v roce 1991 u vzniku florbalového oddílu z pražského Chodova a dodnes v jeho vedení aktivně působí. Obnovení florbalu, tentokrát už trvalé, nastalo až počátkem 90. let 20. století. Již dříve zmínění bratři Vaculíkové dovezli florbalové vybavení ze Švédska, v roce 1991 založili vůbec první florbalový klub u nás – Tatran Střešovice a z Maďarska přivezli první florbalové mantinely. 14.1.1992 byla ještě za trvání Československa založena Česká florbalová unie (Čfbu) a Česká republika se v roce 1993 společně s Ruskem stala členem IFF. Dne 18.2.1994 sehrála česká mužská florbalová reprezentace ve Švýcarsku první oficiální mezistátní zápas, ve kterém podlehla domácímu výběru 2:6 (Časopis Floorball 1/2002).

Obrázek 3. Logo Čfbu (http://www.cfbu.cz/redakcni_system/)



Doposud jsem pojednával vlastně pouze o vývoji florbalu v Praze. O něco později a posléze už paralelně se začal rozvíjet florbal i na Moravě a zejména v jeho současné baště, v Ostravě. V roce 1992 se s florbalem seznámila východočeská Jaroměř, kde byli na předsezónním soustředění švýcarští Mettmensstetten Unicorns. Koncem roku 1992 pak přivezl florbalové hokejky z Prahy do Ostravy další florbalový nadšenec Marcel Pudich a společně Miroslavem Kníchalem založili florbalový oddíl 1. SC Ostrava, který se časem transformoval v 1. SC Vítkovice. Pak už se florbal opravdu rychle rozmohl a v dalších letech bylo založeno velké množství klubů. Například v roce 1993 Bulldogs Brno a Dream team Ostrava (později FBC Ostrava), nebo v roce 1995 Torpedo Havířov. Ještě je třeba zmínit, že první florbalové mantinely se k nám dostaly v roce 1993 díky zájezdu střešovických florbalistů do Maďarska a i díky nim bylo vůbec možno odehrát první ročník nejznámějšího a největšího českého turnaje – Czech open-u a první sezónu pravidelné mužské nejvyšší florbalové soutěže (Skružný, 2005, Časopis Floorbal 1/2000).

Zhruba ve druhé polovině 90. let se florbal začal masově pěstovat na základních školách. Stal se oblíbenou alternativou hokeje a získal si velkou oblibu jak u dětí, tak pro svou finanční nenáročnost i u jejich rodičů. V ČR tak tehdy začala vyrůstat první skutečně florbalová generace, tedy generace dětí, které na florbal nepřesedlaly z jiných sportů, ale zvolily si jej hned na začátku jako sport číslo jedna (http://www.cfbu.cz/redakcni_system/index.php?static=cfbu/historie/cr).

2.2.5 Nástin pravidel florbalu

Musím zde dopředu upozornit, že pravidla florbalu a hlavně jejich výklad se přirozeně a stále vyvíjejí. Pravidla a předpisy různých florbalových soutěží se mohou lišit v závislosti na věku hráčů či kvalitě soutěže. Já se zde budu zabývat pravidly florbalu tak, jak jsou stanovena pro florbalová utkání na nejvyšší úrovni.

Jak jsem již výše zmínil, florbal je kolektivní sport, ve kterém proti sobě stojí dva týmy o jednom gólmanovi a pěti hráčích v poli, jejichž cílem je povoleným způsobem dostat plastový míček pomocí hokejek do soupeřovy branky. Za normálního počtu hráčů ve hře jsou dva z hráčů v poli obránci a tři útočníci. Na nejvyšší úrovni je obvyklé, že každý tým odehraje zápas se dvěma až třemi pěticemi hráčů v poli. Tito hráči se ve hře střídají zhruba po 30-ti až 60-ti sekundových intervalech. Střídat lze pouze ve vymezeném úseku. Brankáři se oproti hráčům v poli střídají jen minimálně. Hraje se na rovném tvrdém povrchu zpravidla v halách (v rámci propagace florbalu se různé přátelské a přípravné zápasy odehrály v létě i venku, např. v parcích a na náměstích. Doslova experimentem v tomhle ohledu bylo sehrání turnaje EFT v dubnu 2010 na curyšském vlakovém nádraží).

Hrací plocha je velká zpravidla 40x20 metrů. Hřiště je ohraničeno plastovými mantinely vysokými 50 cm. Jednotlivé díly mantinelů jsou spojeny tak, aby se při nárazu mohly pohnout, ale aby pokud možno zůstaly držet u sebe a nevznikla mezera. V rozích jsou mantinely zaobleny. Florbalová branka je široká 160 cm a vysoká 115 cm. Děrovaný plastový míček musí být jednobarevný, jeho průměr je 72 mm a jeho hmotnost je asi 23 gramů. V míčku je 26 děr o průměru 10 mm. Míčky díky těmto vlastnostem mohou při střelách překonat rychlost až 200 km/h (<http://www.sport.cz/ostatni/ms-florbal/clanek/179559-video-technicky-pokrok-ve-florbalu-micky-uz-letaji-pres-200-km-h.html>).

Obrázek 4. Florbalový míček (http://en.wikipedia.org/wiki/File:Innebandy_boll.jpg)



Nutno podotknout, že veškeré florbalové vybavení (branky, mantinely, hokejky, míčky, atd.) musí být certifikováno Mezinárodní florbalovou federací, alespoň co se oficiálních střetnutí týče.

Florbalová utkání se dělí na třetiny, které trvají 20 minut čistého času, to znamená, že při přerušení hry čas neběží. Hra je přerušena, rozhodne-li o přerušení hry rozhodčí, opustí-li míček hrací plochu a nebo dojde-li k tzv. neobvyklému přerušení (zničení míče, zranění, výpadek osvětlení apod.). Mezi třetinami je desetiminutová přestávka. Při nerozhodném výsledku po 60 minutách hry je možností více. Někdy následuje kratší pauza a prodloužení (obvykle desetiminutové), ve kterém vítězí tým, kterému se podaří poprvé skórovat. V případě, že nepadne branka ani během prodloužení, přicházejí obvykle na řadu samostatné nájezdy, které provádějí 3 anebo 5 hráčů z každého týmu. V nájezdech se pokračuje do rozhodnutí. V některých utkáních je ovšem nerozhodný výsledek možný a v takovém případě se utkání neprodluhuje vůbec.

Florbal byl ve svých počátcích považován za bezkontaktní sport. Postupem doby se ale vlivem zlepšené fyzické vybavenosti hráčů a celkového zrychlení hry určitý kontakt mezi hráči začal tolerovat, takže dnes už florbal za vyloženě bezkontaktní sport považovat nelze. Fyzický kontakt mezi hráči je ovšem například v porovnání s ledním hokejem výrazně omezen. Velkým rozdílem oproti lednímu hokeji je také způsob, jakým je chráněn hráč držící míček, respektive jeho hokejka. Není dovoleno blokovat, nadzvedávat, kopat, držet ani jinak zasáhnout svou holí hůl protihráče, takovéto jednání je klasifikováno jako přestupek vedoucí k volnému úderu (faul) a může vést i k vyloučení hráče na trestnou lavici.

Alfou a omegou florbalu je práce s hokejkou a s míčkem, tím je myšleno zpracování, kličky, přihrávky a střelba na soupeřovu branku. Míček je přípustné zasáhnout hokejkou pouze do výše kolen, což je poměrně vágní pravidlo, jehož výklad se může v jednotlivých případech značně lišit. Hráč v poli nesmí míček úmyslně zasáhnout rukou, paží ani hlavou.

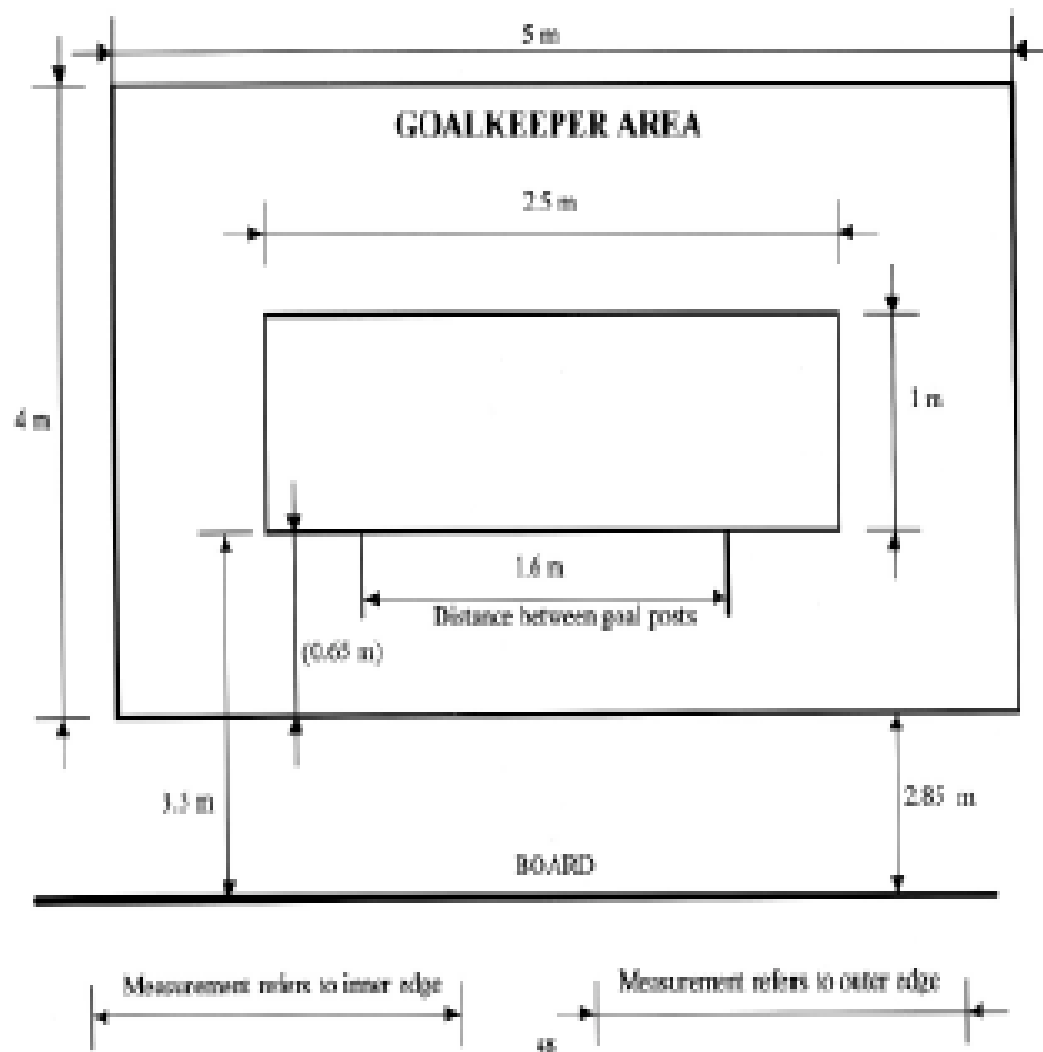
Hrát míček trupem či nohou je přípustné, nejedná li se o nebezpečnou hru, ale není možno nohou úmyslně vstřelit branku ani přihrát spoluhráči.

Brankář je asi nejdůležitější postavou družstva, jako jediný nemá hokejku, má odlišnou výstroj (viz. dále) a může zasáhnout míček kteroukoliv částí těla a výstroje, pokud se dotýká nějakou částí těla ohraničeného prostoru velkého brankoviště. Jeho hlavním úkolem je nepustit míček do branky, ale může také rychlým vyhozením založit útočnou akci svého týmu. Při brankářově výhozu musí míček dopadnout na hrací plochu ještě na brankářově polovině hřiště, v opačném případě následuje volný úder družstva soupeře. Brankář se pohybuje převážnou část hry v kleče.

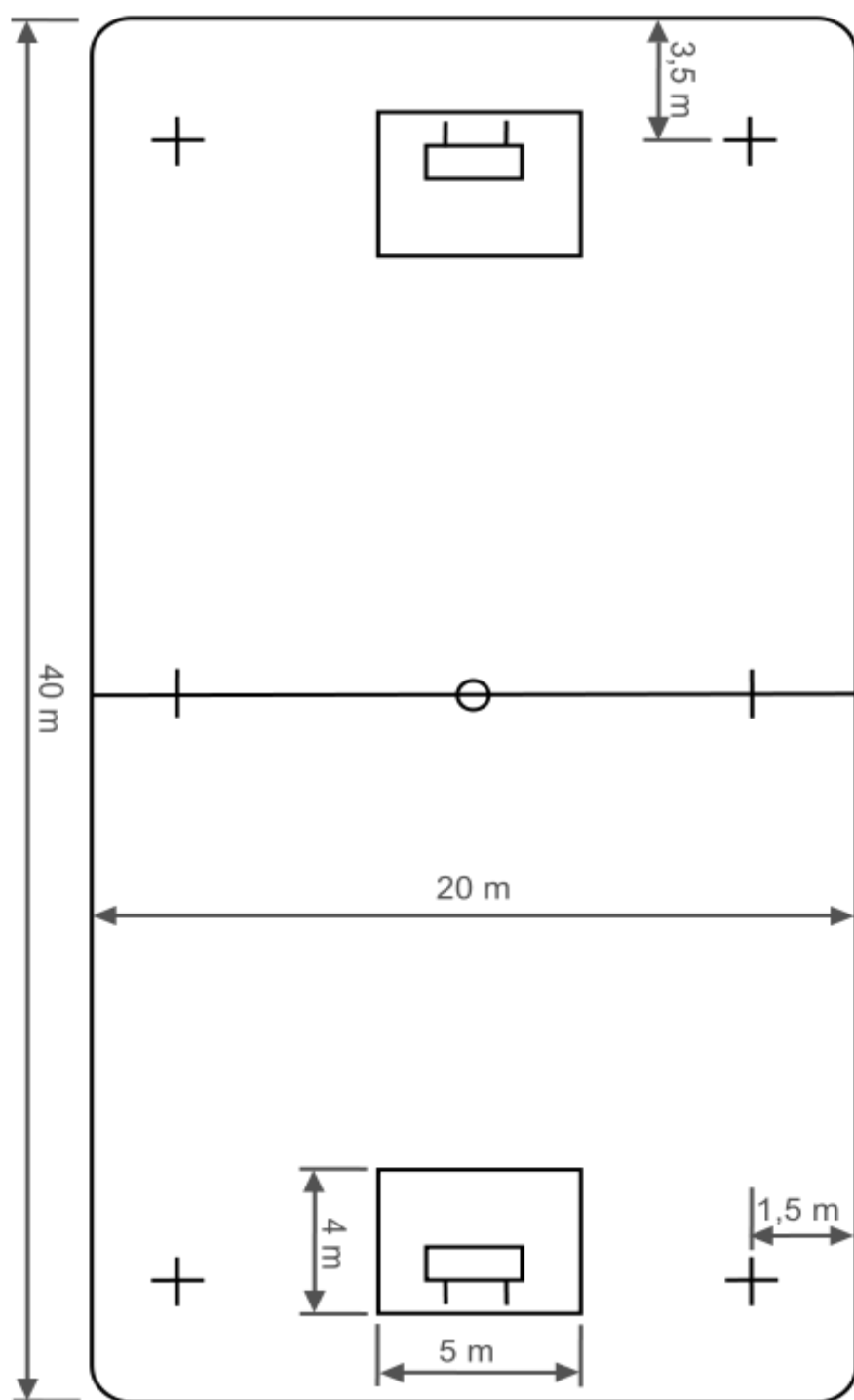
Florbalový zápas je veden dvojicí rozhodčích, ve které oba rozhodčí mají stejné postavení. Rozhodčí především dohlíží na dodržování pravidel a dále pravidla vykládají a aplikují v praxi, tedy ve hře samotné. Rozhodčí hvizdem zahajují a přerušují hru, rozhodují o provedení vhazování a volných úderů, dále rozhodují o uznání či neuznání branky a rovněž udělují tresty hráčům. Tresty, které rozhodčí mohou hráčům udělit, jsou následující: Dvouminutové nebo pětiminutové vyloučení na trestnou lavici, případně osobní trest. Osobní trest lze udělit pouze ve spojení s vyloučením hráče na trestnou lavici a je buď desetiminutový, nebo trvá do konce utkání. Osobní trest do konce utkání má podle závažnosti prohrěšku tři úrovně, které mají pro hráče různý dopad pro další zápasy. Ještě je třeba zmínit, že dvouminutový trest je na rozdíl od pětiminutového ukončen v momentě, kdy soupeř vsítí branku a využije přesilovku (http://www.cfbu.cz/redakcni_system/index.php?static=předpisy/pravidla).

Přesilová hra je ve florbalu statisticky o mnoho větší výhodou než v ledním hokeji. Pro zajímavost: v sezóně 2011/2012 činila v základní části NHL úspěšnost využití všech přesilových her u všech mužstev 17,31%. V téže sezóně v základní části české mužské florbalové extraligy (nejvyšší soutěž) dosáhla celková úspěšnost využití všech přesilových her 35,97%. Některé florbalové kolektivy jsou i dlouhodobě schopny udržet tuto úspěšnost nad 50% (http://www.cfbu.cz/fis/open.php?reportno=4&competition_code=8XM12011/2012&division_code=A).

Obrázek 5. Rozměry florbalového brankoviště (<http://windows3.salibandy.net/Liitetiedostot/Rules%20of%20the%20Game%20Edition%202010.pdf>)



Obrázek 6. Rozměry florbalového hřiště (<http://en.wikipedia.org/wiki/File:Floorballrink1.svg>)



2.2.6 Podmínky pro florbal, výstroj a vybavení florbalistů

Florbal vděčí za svůj nebývalý rozmach několika příčinám. Jednak je to jeho jednoduchost, rychlost, divácká atraktivnost, podobnost s ledním hokejem, ale hlavním důvodem bude zřejmě jeho materiální a finanční nenáročnost. Florbalista v poli si vystačí pouze s florbalovou hokejkou a vhodnou (tedy sálovou) obuví. Tyto propriety se dají pořídit poměrně lacino, slušná obuv a hokejka mohou vyjít na 3 000 Kč. Florbalová hůl se skládá z omotávky, tyčky (ta má kulatý nebo oválný profil) a čepele, která je zahnutá. Hráči si při výběru hokejky zvolí zahnutí, které jim vyhovuje. Hokejka může být různě dlouhá, asi od 60 cm (hokejky pro nejmenší děti) po maximální povolenou délku, ta činí 114 cm. Dospělí hráči nejčastěji hrají s holemi dlouhými 95-101 cm. Hokejky se dále liší tvarem čepele, tvrdostí (pružností) tyčky nebo materiálem, ze kterého je tyčka vyrobena. Nejobyčejnějším materiálem, z něhož jsou hole vyrobeny je plast. Dále se vyrábějí ze skelných vláken, z různých kompozicových materiálů a ty nejlepší a také nejdražší hokejky se vyrábějí ze slisovaných karbonových vláken (<http://www.jednadvacitka.cz/jak-vybrat-florbalovou-hul-/>). Složitější to mají, co se vybavení a financí týče, brankáři. Gólmanova výstroj se mimo obuvi skládá z helmy s mřížkou a výstelkou, z brankářské vesty (ty jsou většinou z polyuretanu), dresu a kalhot a dále z dalších doplňků, jako je suspensor a chrániče kolen a loktů. Někteří brankáři využívají k chytání rukavice, jiní dávají přednost chytání bez nich. Chytání bez rukavic umožňuje lepší cit pro míček. Funkce brankářovy výstroje je především ochranná. Musí dostatečně ochránit brankáře před tvrdými střelami, ale zároveň nesmí omezovat jeho pohyblivost a v případě helmy i viditelnost. Jelikož se brankáři po většinu času pohybují v kleče a potřebují se rychle přesouvat ze strany na stranu, potřebují také obuv, která by po povrchu hřiště trochu klouzala. Někteří to řeší přelepováním obuvi, ale dnes už existuje také sálová obuv určená speciálně pro brankáře (<http://www.florbal.com/brankarske-vybaveni/brankarska-obuv/>).

Speciální kapitolou jsou florbalové haly a tělocvičny. Na nejvyšší úrovni je možno hrát pouze v halách, které mají patřičné rozměry, mantinely, časomíru, zázemí pro diváky apod. Tyto haly musejí být schváleny příslušnými orgány Čfbu. Čfbu se inspirovala fotbalovým projektem "Stadiony", a tak například v sezóně 2015/2016 se budou moci hrát zápasy play-off v české nejvyšší soutěži jen v halách s diváckou kapacitou minimálně 1 000 osob. Podle mého soudu to není příliš reálné, ale je důležité, že existuje nějaký tlak shora, který nutí oddíly své zázemí zlepšovat (předpis soutěže Extraligy mužů pro ročník 2012/2013). Florbalové kluby většinou haly nevlastní, i když existují výjimky. Najímají si je a často se o ně musejí dělit

s vyznavači ostatních halových sportů, což občas vede k termínovým kolizím. Paradoxní je, že třeba dlouhodobě nejlepší český klub – střešovický Tatran - hraje svá domácí utkání v nevyhovujících prostorách bývalého skladu spartakiádních lehátek.

Na rekreační úrovni stačí pochopitelně i menší a mnohem skromněji vybavené prostory. Nutností nejsou mantinely ani branky předepsaných rozměrů. Těchto prostor je u nás dostatek, například na základních školách. Malé tělocvičny jsou také využívány k tréninku dětí a mládeže, kde se v poslední době uplatňuje tréninková hra na menším prostoru s menším počtem hráčů.

Nakonec se zmíním o rozhodčích. Každý oddíl má povinnost nechat vyškolit určitý počet rozhodčích. Tak je zajištěn jejich dostatek pro rozhodování utkání na všech úrovních. Ti pak dostávají za pískání zápasů odměnu, kterou hradí pořádající oddíl. Tyto odměny jsou v řádu stokorun (max. 1 600 Kč) za odpískaný zápas. Rozhodčí se tak jako v jiných sportech rekrutují zpravidla z bývalých hráčů. Není ani výjimkou, že mezi rozhodčími jsou i stále aktivní hráči hrající nejvyšší soutěž.

Obrázek 7. Florbalová hokejka (<http://www.floorballplayer.net>)



Obrázek 8. Brankářské kalhoty (<http://www.floorballplayer.net>)



Obrázek 9. Brankářská maska (<http://www.floorballplayer.net>)



Obrázek 10. Brankářská vesta (<http://www.floorballplayer.net>)



Obrázek 11. Brankářské rukavice (<http://www.floorballplayer.net>)



2.2.7 Nároky na hráče, předpoklady pro florbal

Dnešní rychlost a často agresivní pojetí moderního florbalu klade na hráče velké nároky a to nejen fyzické. Hráč florbalu by měl oplývat nejen tak samozřejmými vlastnostmi jako jsou síla, vytrvalost, rychlost či obratnost, ale měl by být také dobře technicky vybaven, tedy zvládat práci s hokejkou a míčkem. Také by měl mít dobrou prostorovou orientaci a herní inteligenci či zvládat teoretickou přípravu. Jak jsem již zmínil, hráč stráví na hřišti při jednom střídání asi 30-60 sekund, po kterých následuje minuta až dvě odpočinku na lavičce. Z toho vyplývá, že při florbalu hráči uplatňují ponejvíce tzv. rychlostní vytrvalost, což je schopnost vykonávat nějakou pohybovou aktivitu co nejintenzivněji po 20-30 sekund. Místy se už může jednat o vytrvalost krátkodobou (http://www.fotbal-trenink.cz/index.php?option=com_content&view=article&id=34&Itemid=69&limitstart=5).

Co se týká rychlostních schopností, tak ve florbalu je zapotřebí komplexní rychlost, respektive všechny její složky: reakční rychlost, acyklická a cyklická rychlost. Reakční rychlost je spojena se začátkem pohybu, acyklická znamená nejvyšší možnou rychlost jednotlivých pohybů a cyklickou rychlostí rozumíme co nejvyšší frekvenci opakujících se pohybů (např. běh). Dále jsou důležité koordinační vlastnosti, rovnováha a v neposlední řadě orientace v prostoru, která je úzce spojena se schopností periferního vidění (<http://is.muni.cz/elportal/estud/fsps/js07/fyzio/texty/ch04s03.html>).

Rychlost florbalu se projevuje i tím, že lze zvrátit skóre ve velmi krátkém čase. Během jediné minuty mohou padnout třeba 4 branky (je to i jedna z věcí, které činí florbal tak divácky atraktivním). Proto hrají svou roli i psychické vlastnosti hráčů. Kvalita hráče se projeví i tím, že nenechá svůj výkon negativně ovlivnit nepříznivým nebo neočekávaným průběhem střetnutí. Jako v každém kolektivním sportu je i u florbalu důležitá taktická a teoretická příprava hráčů a na druhé straně ochota a schopnost hráče tuto přípravu podstoupit a později zúročit. Dále samozřejmě hrají roli i morálně volní vlastnosti jedinců, jejich herní inteligence a kreativita a také jejich motivace a zkušenosti. Jako téměř v každém sportu, i ve florbale existují rizika zranění. Nejvíce zatěžované jsou dolní končetiny při rychlých změnách pohybu, tudíž nejčastěji postiženými místy bývají kotníky a kolena. Velmi častá jsou také svalová zranění. Méně frekventovaná jsou zranění v horní polovině těla a zranění způsobená při nekontrolovaných pádech nebo neúmyslně hokejkou. U brankářů trpí zejména ruce a prsty, které jsou vystaveny nárazům míčků ve velké rychlosti a také úderům hokejek (Karczmarczyk, 2006).

2.2.8 Florbal jako neprofesionální sport

Záměrně jsem prozatím nezmínil jednu důležitou skutečnost. A sice, že florbal od jeho počátků do současnosti nebyl a není ani na nejvyšší úrovni profesionálním sportem. Donedávna bych se nezdřáhal přímo použít termín "amatérský sport", ale v posledních letech se zejména ve Skandinávských zemích a ve Švýcarsku jisté známky profesionalizace florbalu objevují. Tvrdím, že florbal není profesionální sport, zdaleka nechci říci jen to, že hráči nemají tento sport jako zaměstnání, za které by dostávali zapláceno. Podstatný je především fakt, že si hráči na florbalové aktivity musí vyšetřit značnou porci ze svého volného času a že florbal často musí ustoupit pracovním, studijním nebo jiným povinnostem.

Týmy na špičkové úrovni trénují minimálně třikrát týdně, k tomu připočteme časově (a leckdy i finančně) náročné cestování na zápasy, dlouhou letní přípravu a čas na doplňkové tréninkové aktivity (posilovna, regenerace atd.). Florbalista v dnešních poměrech musí toto všechno vzít v úvahu a najít si na to ve svém programu čas. Navíc se florbalem nejenže materiálně nezabezpečí do budoucna jako v jiných profesionálních sportech, ale ani neužije a často si i sám musí finančně přispívat na vybavení nebo na cestování. Z toho všeho vyplývá, že se florbalu věnují prozatím zejména děti, opravdoví nadšenci nebo třeba studenti s dostatkem volného času. I počet špičkových hráčů, věnujících se tomuto sportu na nejvyšší úrovni je v porovnání s ostatními kolektivními sporty menší (a to i přesto, že v počtu registrovaných hráčů v ČR už florbal většinu kolektivních sportů předstihl). Tohle všechno se ve větší či menší míře týká nejen samotných hráčů, ale samozřejmě i trenérů, rozhodčích, fyzioterapeutů nebo klubových funkcionářů, zkrátka všech lidí, kteří se okolo florbalu pohybují.

V posledních letech se u nás zájem o florbal zvětšil, získal si určitý prostor v médiích a dostal se i do povědomí širší sportovní (i neflorbalové) veřejnosti. S tím je následně spojeno i to, že do florbalu pozvolna přitéká více peněz ze soukromého i veřejného sektoru. Tím pádem se oddíly mohou lépe starat o své hráče a vůbec mohou provozovat florbal na organizačně lepší úrovni. Projevuje se to například lepšími tréninkovými podmínkami, dokonalejší zdravotní péčí nebo lepším materiálním vybavením hráčů. Zlepšuje se také úroveň organizace florbalových soutěží a zápasů nebo zázemí pro florbalové diváky. Musím zde ale hned zdůraznit, že tyto změny jsou opravdu pozvolné a že tato cesta je dlouhá a florbal je teprve v jejich počátcích.

Nejpatrnější znaky profesionalizace florbalu se dají vysledovat ve Švédsku, Finsku a Švýcarsku. Jednak florbal v těchto zemích měl a stále má silnější postavení než v ČR a pak v nejvyšších soutěžích těchto států působí na rozdíl od české mužské nejvyšší soutěže poměrně velké množství cizinců. Například jen v sezóně 2012/2013 zasáhlo do bojů ve švýcarské Mobiliar League, 9 českých florbalistů (<http://www.swissunihockey.ch>).

Oddíly, které stojí o služby těchto krajanů jim pochopitelně musí vytvořit podmínky pro to, aby za ně tito cizinci mohli hrát. Zpravidla to znamená zajistit bydlení a nějaký pravidelný zdroj příjmů (buď klub sežene hráči práci, nebo ho podporuje přímo ze svých prostředků).

Postupná profesionalizace, která je podle vzrůstajícího zájmu o florbal pochopitelná a přirozená se začíná projevovat i v cenách za přestupy hráčů mezi florbalovými kluby. Zatímco dříve hráči odcházeli zadarmo nebo téměř zadarmo, postupem času vznikly přestupní řády a spory řeší arbitrážní komise při národních florbalových svazech. Odvolat se lze i k odvolací komisi u IFF. V létě roku 2012 se uskutečnil zatím vůbec nejdražší florbalový přestup. Spekuluje se, že za Rasmuse Sundstedta zaplatila švédská Storvreta jinému švédskému klubu Caperio Täby až 500 000 švédských korun (téměř 1 500 000 Kč). Na florbal je to ohromná částka odpovídající rozpočtu některých českých extraligových oddílů na celý rok. Srovnáme-li ovšem tuto sumu s částkami za přestupy ve fotbale, hokeji nebo basketbale, uvědomíme si, jak mnoho florbalu ještě schází k tomu, aby se stal plně profesionálním sportem a celospolečenským fenoménem (<http://zahranici.florbal.cz/2012/07/sundstedt-uz-podepsal-storvrete-stal-se-nejdrazsime-hracem-florbalove-historie/>).

2.2.9 Vyhlídky florbalu do budoucna

Florbal se u nás stal v posledních letech po fotbale druhým nejrozšířenějším sportem co do počtu registrovaných hráčů. I když uznávám, že to není zdaleka jediné měřítko popularity a rozšířenosti sportu, o něčem to jistě vypovídá. Už zde dorostla generace hráčů, kteří florbalovou hokejku drží od útlého věku a tito hráči se dále stávají vzorem pro malé začínající florbalisty. Proto jistě na nějaký čas nemusíme mít o osud florbalu obavy. Florbal stále láká mladé naděje, pěstuje se na školách a v kroužcích a zakládají se nové a nové oddíly.

Do budoucna bude také jistě pokračovat medializace a profesionalizace tohoto sportovního odvětví, která se jeví jako nevyhnutelná. Jakým tempem to bude, záleží na mnoha faktorech, například na snaze oddílů přilákat na zápasy širší veřejnost ale třeba i na celkové ekonomické situaci.

Co se týče hry samotné, dá se očekávat vývoj nových materiálů a technologií výroby hokejek, míčků, ale i povrchů, na kterých se florbal hraje. Mění se i design dresů či gólmanských masek. Hra se bude neustále zrychlovat a nejspíše i přitvrzovat s tím, jak se budou dovednosti a fyzická výbava hráčů zkvalitňovat. Samozřejmostí je zdokonalování útočných a obranných strategií a zdokonalování herních vzorců při zahrávání standardních situací a přesilových her.

Florbal v roce 2008 získal prozatímní uznání Mezinárodního olympijského výboru. To znamená, že od roku 2020 může usilovat o zařazení do programu Olympijských her, což by ohromným způsobem zvýšilo jeho sledovanost a prestiž. K tomuto cíli IFF jsem ovšem zatím poměrně skeptický. Za prvé jsou letní Olympijské hry už nyní tak megalomanským projektem, že MOV už dále nehodlá navyšovat počet sportovců na jednotlivých Olympiádách příliš přes 10 500. Z tohoto pohledu se jeví zařazení nového kolektivního sportu jako velmi problematické, náročné a muselo by k němu nejspíš dojít za cenu vyřazení jiného sportu z olympijského programu. Za druhé je třeba přiznat, že ačkoli se florbal úspěšně rozšiřuje do Asie, Ameriky i zemí tzv. třetího světa, tak členská základna a povědomí o tomto sportu vůbec nejsou zdaleka tak masivní, jako je tomu u jiných, tradičnějších sportů. Ovšem další vývoj florbalu samozřejmě nestojí a nepadá s jeho (ne)zařazením do olympijského programu. Florbal jako vrcholový sport i jako rekreační zábava má všechny předpoklady pro další úspěšný rozvoj.

2.3 Sociálně patologické jevy

Za sociálně patologické jevy lze obecně považovat takové chování, které je charakteristické nezdravým životním stylem, nedodržováním nebo porušováním norem, zákonů, předpisů a etických hodnot (Pokorný, Telcová, Tomko, 2003). Rozeznáváme tyto pojmy:

- Agresivita

Agresivní chování lze dle Vágnerové (1999, 266) definovat jako „...porušení sociálních norem, omezující práva a narušující integritu živých bytostí i neživých objektů“.

- Šikana

Násilně ponižující chování jednotlivce nebo skupiny vůči slabšímu jedinci, který nemůže ze situace uniknout a není schopen se účinně bránit (Vágnerová, 2002).

- Záškoláctví

Podle Průchy, Mareše, Walterové (2009, 382) se jedná o jev, „... kdy se žák úmyslně, bez omluvitelného důvodu a bez vědomí, popř. rodičů nezúčastňuje vyučování a zdržuje se mimo domov“.

- Závislost (kouření, alkohol, drogy)

Podle Vykopalové (2005, 59) vzniká závislost na návykové látce „...na základě uskupení behaviorálních, kognitivních a fyziologickým faktorů, které se vytvoří po opakovaném užívání psychoaktivní látky. Syndrom závislosti může vzniknout ve spojitosti se specifickou látkou (tabák, alkohol, káva) nebo skupinou látek (opiody) nebo v souvislosti se skupinou farmakologicky psychoaktivních látek.“

- Netomanie

Netomanií označujeme psychickou závislost na internetu. Jedná se o nedrogovou závislost, kdy charakteristickou je touha po určitém druhu chování, které člověk považuje za příjemné (Mülpachr, 2008).

- **Kriminalita**

Podle Jandourka (2001, 133) se jedná o „...způsob chování porušující normy trestního práva. Je speciálním případem deviace. Protože se různé kultury liší svými hodnotami nebo normami, liší se i to, co je považováno za kriminální čin.“

S ohledem na zaměření diplomové práce se budeme zabývat drogovou závislostí a to zejména závislostí na alkoholu a množstvím jeho konzumování vybranou skupinou sportovců.

2.3.1 Historie drog

Drogy provázejí lidstvo od nepaměti, zpočátku šlo pochopitelně pouze o různém způsobů zpracované přírodní látky. Ty sehrávaly v různých časových epochách a v různých kulturách významnou úlohu.

Některé archeologické nálezy z neolitu nám dávají právo se domnívat, že již tehdejší člověk omamné látky využíval. Na území dnešní Francie se našly zbytky zvláštních nádob o nichž historikové soudí, že sloužily k pálení omamných rostlin. A na Tchaj-wanu byly nalezeny fragmenty keramiky zdobené konopnými provázky, což dokládá využívání konopí již asi před 14 000 lety. Konopí seté, pocházející z Asie je údajně první rostlinou pěstovanou i kvůli svým účinkům na centrální nervový systém. O účincích konopí pak hovoří také starověké osobnosti jako Hérodotos, Plinius, či Epikúros (<http://grower.cz/pestovani/marihuana/téma/t-2297.html>).

Od vzniku prvních civilizací a písma asi 3 000 let př. n. l. už máme přesnější historické prameny a můžeme se tak dovědět s větší přesností i něco o užívání omamných látek v různých kulturách. Tak například víme, že v Egyptě, Mezopotámii nebo v Indii se využívaly omamné účinky rostlin, jako jsou mandragora, blín nebo indické konopí. Tyto se často užívaly ke zmírnění bolesti. Z archeologických nálezů se můžeme domnívat, že v Egyptě se užívalo rovněž opium, získané z makovic, dovážených z Kypru.

Omamné byliny využívali o mnoho později při svých obřadech i staří Keltové a Slované. Tehdy již zřejmě byly známy také halucinogenní účinky námelu. V Evropě se pak také začal užívat alkohol a to v podobě vína, piva a medoviny. Dále lidé objevili také halucinogenní účinky hub. S rozvojem cestování v novověku, přicházely do Evropy nové, dosud neznámé plodiny i drogy, například v 19. století poznala Evropa díky Napoleonovu tažení hašiš.

Zlatý věk drog pak nastal ve 20. století. V průběhu 1. světové války se hojně na frontě a v zázemí využívaly tisíce účinky opiátů a mnoho lidí na ně získalo návyk a závislost. Psychotropní látky byly vyhledávány zejména umělci (prokletí básníci a malíři v 19. století, obliba kokainu ve 30. letech 20. století), kteří v nich nacházeli zdroj své inspirace. A tak můžeme bez nadsázky říci, že mnoho uměleckých děl by nevzniklo, nebýt drog. V 60. letech se staly drogy i běžnou součástí života mladých lidí i díky generaci hippies. Mezi oblíbené drogy tehdy patřily mimo alkoholu zejména heroin a užívání konopí (<http://drogy.doktorka.cz/historie-omamnych-drog>).

2.3.2 Historie alkoholu

Alkohol provází lidstvo již poměrně dlouho. Omamné nápoje různého druhu hrály důležitou úlohu v různých kulturách a často byly označovány za nápoje bohů. O prvním vědomém užívání alkoholických nápojů člověkem máme kusé informace z různých bájí a legend, takže je nemůžeme stoprocentně potvrdit. Serióznější prameny existují až z doby po vynálezu písma. Zmínky o alkoholických nápojích jsou např. v řeckých bájích (bůh Dionýsos) nebo v Eposu o Gilgamešovi. Prvním alkoholickým nápojem, který lidé vyráběli, byla patrně medovina – nápoj připravený kvašením medu. Postupně přišli lidé procesu kvašení na kloub a začali si připravovat nápoje z různých druhů obilí (obdoba piva) a také z ovocných šťáv (vino). To, že z těchto tří možností byla první záměrně vyrobena právě medovina, dovozujeme z etymologických výzkumů. V mnoha indoevropských jazycích se zachovalo slovo obdobné našemu "med" nebo "medovina" a vesměs vždy znamená sladkost, či opojný nápoj (Roueché, 1963).

V Mezopotámii údajně vyráběli 16 druhů pív a alkohol považovali za jídlo, pití i lék, stejně jako u některých afrických obyvatel. V Chammurapiho zákoníku byly stanoveny tresty za nadměrné opíjení. V Egyptě zase bylo pití alkoholu hierarchizované podle toho, do které společenské vrstvy kdo patřil. V Řecku a Římě mělo své významné místo víno, které pily hlavně vyšší vrstvy. Víno se ale nikdy nepilo čisté, nýbrž smíchané s vodou. Přístup k pití zde měli od sebe navzájem odlišný různé filozofické proudy. Existoval zde tzv. apollónský životní princip, který se vyznačoval zdrženlivostí, střídmostí a harmonií ducha a těla. Vedle něj se ale uplatňoval i dionýsovský životní princip – romantika, excese, příjemné stránky života. Stoikové zase byli pro střídme pití vína a dosažení tělesného a duševního klidu. V Číně rovněž existovaly tresty za opilství, nicméně pití jako takové zakázáno nebylo (Řehan. 1994).

Ze zachovalých legend a jiných zachovalých pramenů, jakými jsou písemné památky, archeologické nálezy vyplývá, že užívání alkoholu, mělo rituální charakter (Westermayer, 1986).

Spíše negativní postoj k alkoholu zaujímalí buddhisté, v Indii zase mohly pít alkohol jen některé kasty, jinak byl zakázán ve védách. Islám zakazuje pití v Koránu. Vedle toho existovaly místa, kde lidé alkohol neznali, například domorodci v Pacifiku a v Austrálii a také indiáni na severozápadě severoamerického kontinentu.

Ve středověku se postupem doby pití rozšiřuje do všech společenských vrstev a mnohem později, za doby industrializace se stává životním stylem těch nejnižších vrstev. Ještě se zmíním o carském Rusku, kde byla daň z alkoholu po dlouhou dobu důležitým zdrojem státních příjmů a také politickým nástrojem, neboť panovníci zde razili heslo, že „opilým se lépe vládne“.

Roueché (1963, 168) zmiňuje, že nejstarší zaznamenaný klinický opis intoxikace nám zanechala mezopotamská kultura, stejně jak první pokus o antidotum „... jestli muž požije silné víno postihne to jeho hlavu, zapomene na svoje slova a jeho řeč je zmatená, mysl bloudí a oči mají nepřítomný výraz, na jeho léčbu je potřeba smíchat bob, oleandr, sladké dřívko s olejem a vínem a dát mu to vypít ráno před východem slunce a před tím než ho někdo políbí a on se uzdraví“.

Nakonec se zmíním o nejznámějších prohibičních opatřeních v dějinách. Prohibice znamená ve zkratce zákaz alkoholu (buď jen prodeje, nebo i konzumace). Prohibice se vyskytla například v Římě za doby Punských válek, ještě předtím asi 2 000 let př. n. l. byl zakázán alkohol mezi vojáky v Indii po prohrané válce. V Rusku byla určité náznaky prohibice v letech 1914-1917 a pak také v Sovětském svazu za Gorbačovovy perestrojky. Asi nejvýznamnější prohibicí byla ta v USA mezi lety 1919 a 1933 a v první fázi byla úspěšná, měla za následek pokles kriminality, ale později se rozmohl černý trh s alkoholem a prohibice tak skončila neúspěchem. Nakonec částečnou prohibici jsme zažili i u nás v září 2012, to bylo ovšem z důvodu velkého množství alkoholu ředěného metanolem. Prohibiční opatření bývají často kontraproduktivní nebo nevedou ke kýženému cíli. Dnes je trvalá prohibice pouze v některých zemích blízkého východu (Saúdská Arábie, Katar, Kuvajt atd.).

Historický vývoj potvrzuje, že alkohol, stejně jako oheň doprovází člověka od pradávna a stejně jako oheň mohl být zdrojem dobra a zla. Je tedy samozřejmé, že alkohol s námi tady byl a pravděpodobně se z našeho podvědomí ani v nejbližší době nevymaní (Bútora, 1989, Šedivý&Válková, 1988).

2.4 Problematika návykových látek - vymezení pojmů

Dalším společenským fenoménem svého druhu, kterým se budu zabývat, je i užívání psychotropních látek a vůbec životní styl (móda, hudba atd.), který je s ním spojený. Návykové látky provázely vývoj naší civilizace od samého počátku, a jak uvádí Presl (1994, 9) „...není důvod se domnívat, že by mělo v budoucnu dojít k nějakým zásadním změnám“. Než začnu pojednávat přímo o těchto látkách a alkoholu, je třeba definovat některé základní pojmy, se kterými se na následujících stránkách budeme setkávat.

Droga – aktuálně se můžeme setkat s celou řadou pojmů, které definují slovo droga. V prvotním pojetí lze dle podle Klimeše (1983, 125) chápat drogu, jako „...surovinu rostlinného nebo živočišného původu s farmakologickým účinkem“. Nešpor a Provazníková (1999, 12) uvádějí definici podle Světové zdravotnické organizace (WHO – World Health Organization), kdy drogou „... je jakákoli přírodní nebo syntetická látka, která po vpravení do živého organismu mění jednu nebo více psychických či tělesných funkcí.“

Presl (1994, 9) vymezuje drogu, jako „...každou látku, ať již přírodní nebo syntetickou, která splňuje dva základní požadavky:

1. má tzv. psychotropní účinek, tj. ovlivňuje nějakým způsobem naše prožívání okolní reality, mění naše „vnitřní“ naladění – prostě působí na psychiku.
2. může vyvolat závislost, má tedy něco, co se z nedostatku vhodnějšího pojmenování někdy označuje jako „potenciál závislosti“.

Psychoaktivní (též psychotropní) látka - látka zahrnutá mezi substance vymezené od roku 1971 Úmluvou OSN o psychotropních látkách (Convention on Psychotropic Substances). Za psychoaktivní látku se považuje každá látka, která ovlivňuje psychickou činnost. Některé psychoaktivní látky vyvolávají závislost. Potom mluvíme o látkách návykových, což je každá chemická látka, která mění psychický stav a na kterou se může vytvořit návyk a závislost. Podle Vágnerové (1999) označujeme za psychoaktivní ty látky, které po aplikaci mění psychický stav, obvykle subjektivně žádoucím způsobem.

Zneužívání psychoaktivních látek a závislost na těchto látkách představuje značnou zátěž pro jedince a společnost. Celosvětově platí, že téměř 9% všech onemocnění vzniká v důsledku zneužívání psychoaktivních látek.

Psychotropní látka je pojem se stejným obsahem jako psychoaktivní látka, tj. látka ovlivňující psychiku a duševní procesy. V širším významu lze pojem použít pro jakoukoliv látku, která primárně nebo druhotně ovlivňuje centrální nervovou soustavu (CNS). Někteří autoři používají tento pojem pro látky, jejichž primární užití je v léčbě duševních nemocí – anxiolytika, antidepresiva, neuroleptika. Další význam pojmu se vztahuje na látky, které mají pro své účinky na psychiku vysoké riziko návyku či závislosti – stimulancia, halucinogeny, opiáty a sedativa/hypnotika včetně alkoholu (<http://www.drogy-info.cz/>).

V mezinárodní klasifikaci nemocí MKN-10 jsou jako psychoaktivní látky označeny právě takové látky, které vyvolávají závislost. Uvedený materiál specifikuje psychoaktivní látky, jejichž zneužívání může vést k rozvoji duševních a behaviorálních poruch.

Tabulka 2. Přehled duševních poruch a poruch chování vyvolaných užíváním psychoaktivních látek (klasifikace nemocí MKN – 10)

Kód MKN 10:	Porucha:
F 10	poruchy vyvolané užíváním alkoholu
F 11	poruchy vyvolané užíváním opioidů
F 12	poruchy vyvolané užíváním kanabinoidů
F 13	poruchy vyvolané užíváním sedativ nebo hypnotik
F 14	poruchy vyvolané užíváním kokainu
F 15	poruchy vyvolané užíváním jiných stimulancií včetně kofeinu
F 16	poruchy vyvolané užíváním halucinogenů
F 17	poruchy vyvolané užíváním tabáku
F 18	poruchy vyvolané užíváním organických rozpouštědel
F 19	poruchy vyvolané užíváním několika látek a užíváním jiných psychoaktivních látek

Návyková látka – tento pojem doplňuje dva předchozí pojmy a bývá často používán promiskue jako jejich alternativa. V literatuře najdeme několik definic tohoto pojmu, Marádová (2006, 5) označuje návykové látky „... za látky přírodní i synteticky připravené, které působí na naši psychiku, ovlivňují naše prožívání i chování“. Návykové látky můžeme rozdělit podle převládajícího účinku na (Nekola, 2000):

Tabulka 3. Rozdělení návykových látek podle převládajícího účinku (Nekola, 2000)

Název:	Druh:
canabinoidy	marihuana, hašiš
halucinogeny	LSD, lysohlávky, durman
stimulační látky	kokain, amfetaminy, extáze, fermetrazin
opiáty	kodein, morfin, heroin, opium
tlumící látky	alkohol, sedativa, anestetika, rozpouštědla, barbituráty
anabolika	
tabák	

Tabulka 4. Rozdělení návykových látek podle pravděpodobnosti vzniku závislosti (<http://www.infodrogy.estranky.cz/clanky/alkohol/stadia-opilosti--opojenost--ebrieta-.html>)

.Míra rizika:	Tvrdost:	Zástupci:
vysoká	tvrdé	toluen, aceton, heroin, morfin, durman, crack
vysoká až střední	tvrdé	LSD, lysohlávky, kokain, pervitin
střední	tvrdé	alkohol, extáze, efedrin, kodein
relativně malá	měkké	marihuana, hašiš, kokový čaj
prakticky bez rizika	mekké	káva, čaj

Návyk - je opakováním získaný sklon (schopnost) k vykonávání určité činnosti. Vybavuje se samočinně, automaticky, bez uvažování a rozhodování. Vzniká buď bezděčně prostým opakováním, nebo se utváří záměrně cvikem.

Závislost – závislost definuje Rahn, Mahnkopf (2000, 42) „...závislost zpravidla přivádí postiženého člověka do tělesné, psychické a sociální bída a vede často k předčasné smrti, ničí důstojnost, protože narušuje sebeúctu a rozvrací akceptování takového člověka sociální sítí“. Může být patologická (chorobná) anebo fyziologická (přirozená). V jednom z významů v psychiatrii je patologická závislost nekontrolovaným nutkáním opakovat své chování bez ohledu na jeho dlouhodobé důsledky (Sekot, 2010). Fyziologická závislost je pak popsána jako stav, kdy někdo nebo něco je podmíněno nějakou okolností nebo situací, kterou potřebuje (nebo si myslí, že ji potřebuje) ke své existenci. Švarcová (2009) vymezuje, že nekontrolovatelné chování může vzniknout na :

Tabulka 5. Podněty vzniku nekontrolovatelného chování (Švarcová, 2009)

Podnět:	Popis:
Věci	
Jídlo	poruchy příjmu potravy, mentální anorexie, bulimie
Činnost	práce, televize, nakupování, atd.
Látka	kofein, nikotin, alkohol, léky, těkavé látky, další drogy

Toxikomanie (drogová závislost) – Dle Světové zdravotnické organizace (WHO) je drogová závislost definována, jako „... psychický někdy i fyzický stav charakterizovaný změnami chování a dalšími reakcemi, které vždy zahrnují nutkání užívat drogu opakovaně (ustavičně nebo intermitentně) pro její psychické účinky a dále také proto, aby se zabránilo vzniku nepříjemných stavů vznikajících při nepřítomnosti drogy v organismu“.

Tabulka 6. Klasifikace drogových závislostí (Mühlbacher, 2008)

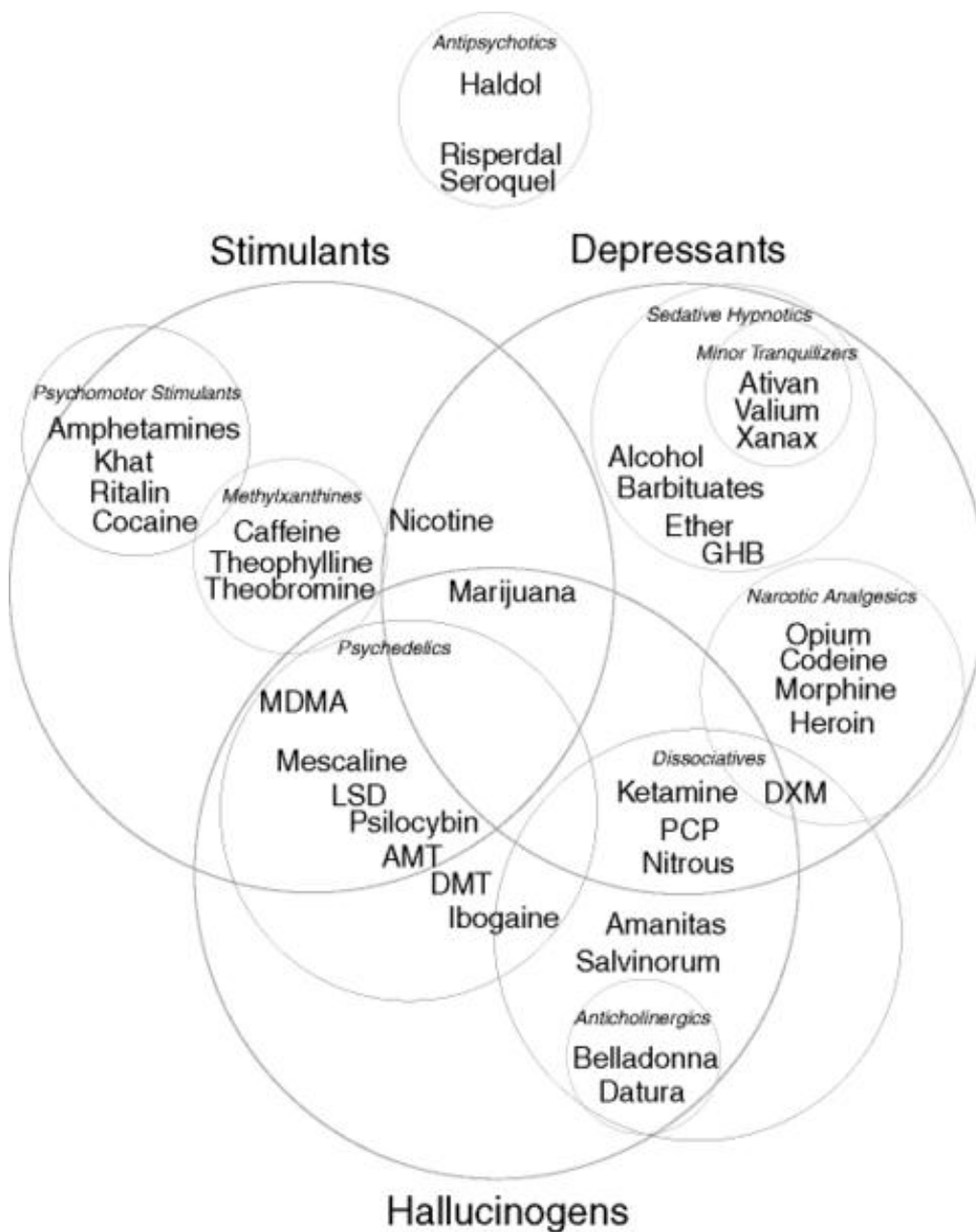
Typ:	Látka:
Alkoholo-barbiturátový typ	alkohol, hypnotika, trankvilizéry, anxiolytika
Amfetaminový typ	psychoton, anorektika, antidepresiva, látky obsahující efedrin – bronchodilatancia, antitustika
Cannabisový typ	látky obsažené v konopí – hašiš, marihuana
Halucinogenový typ	LSD, meskalin, psilocibin
Kathový typ	látky obsažené v listech rostliny catha edulis
Opiátový-morfínový typ	papaverin, morfin, heroin, diolan, Dolsin
Solvenciový typ	toluen, benzín, inhalační narkotika
Tabákový typ	
Kofeinový typ	
Antipyretikový-analgetikový typ	
Neuroleptikový typ	

Pro ilustraci zde uvádím kritéria závislosti na drogách, jak jsou prezentována Americkou psychiatrickou společností (<http://www.vychovakezdravi.cz/clanky/zavislosti.html>):

- látka se používá déle a ve větším množství, než člověk původně zamýšlel,
- přestat užívat látku se daří jen obtížně, nebo se to nedaří vůbec,
- látka se užívá i několikrát za den, aby se dosáhlo očekávaných účinků,

- člověk se musí vzdát některých obvyklých činností, při kterých se látka nemůže, používat, a přesto látku dál užívá,
- člověk látku užívá i přesto, že zná její škodlivé důsledky,
- k dosažení žádoucích účinků potřebuje člověk stále větší dávky,
- při přerušení užívání látky vznikají typické abstinenční příznaky,
- pro překonání abstinenčních příznaků se člověk znovu vrací k užívání látky.

Obrázek 12. Schéma drog rozdělených dle jejich převládajícího účinku na organismus (http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Drug_Chart_version_1.0.png)



Alkohol – slovo alkohol dle Křivákové (1990, 43) „...má svůj původ v arabském slově al-kuhl“, které představovalo výraz pro jemný prášek sloužící k černění očí, později byla takto nazývána v alchymii jakákoli látka získaná destilací či sublimací. Další variantou je, že původním výrazem bylo slovo "al-kahal", které znamená v překladu "jemná substance" (Skála, 1988). I dnes má toto slovo několik významů. V tom nejširším jde o některou organickou sloučeninu vzniklou z uhlovodíku (o některý z hydroxyderivátů alifatických a dalších nearomatických uhlovodíků). V užším smyslu jde o obecný název pro etanol a v nejužším, ale zato nejčastěji používaném se alkoholem myslí opojný lihový nápoj (Linhart, J. a kol., 1997).

Tabulka 7. Pojmy související a týkající se alkoholu (Řehan, 1994)

Pojem:	Obsah:
Abstinence	Jednání, které vede ke zdržení se užívání alkoholu nebo jiné drogy z důvodů zdravotních, osobních, sociálních, náboženských, morálních, právních či jiných.
Abúzus	Znamená nadužívání. Jedná se o nadměrnou konzumaci alkoholických nápojů, přestože si konzument uvědomuje, že tím vyvolá problémy sociální, psychologické, nebo pracovní.
Alkoholická halucinace	Sluchové a zrakové halucinace, které se vyskytují hlavně v noci. Pacient je při nich značně úzkostný. Po odeznění si zhruba pamatuje, co halucinova.
Alkoholik	Je takový člověk, jehož závislost na alkoholu dosáhla takového stupně, že mu to působí zřetelné poruchy a újmu ve společenských vztazích, ve společenské činnosti a na tělesném i duševním zdraví.
Alkoholismus	V současnosti již méně používaný termín pro závislost na alkoholu.
Antabus	Lék užívaný k léčbě alkoholismu.
Bagatelizace	Je jeden z obranných mechanismů, kdy dochází k zastírání, snižování a zlehčování závažných situací.
Delirium tremens	Delirium následkem chronické otravy alkoholem.
Detoxikace	Léčba odvykacího stavu spočívá v korekci elektrolytové rovnováhy, dostatečné hydrataci a farmakoterapii, při které se provádí substituční léčba
Dipsománie	Periodické, několik dní trvající záchvatovité stavy neodolatelné touhy po alkoholu

Halucinatorní psychóza	Podobá se deliriu, ale je při něm jasné vědomí.
Kontrola pití	Jedná se o bio-psychickou kvalitu, znamená přirozené a automatické omezení až vysazení dalšího požívání alkoholu při dosažení individuální optimální hladiny pro dobrou náladu.
Korsakovova (Korsakoffova) psychóza	Ve čtvrtině případů navazuje na delirium tr. alkoholik má vymizelou pamětní vstřípivost – není si schopný zapamatovat, co před chvílí vnímal.
Paranoidní psychóza	Bludy pronásledování a žárlivecký blud.
Racionalizace	Je také obranný mechanismus, obecně se jedná o přesunutí odpovědnosti za vlastní jednání mimo sebe pomocí zdánlivě logických tvrzení, dochází k rozumovému zdůvodnění a ospravedlnění.
Tolerance	Vyjadřuje snášenlivost alkoholu organismem, je individuální a mění se v průběhu rozvoje abúzu.
Úzus	Neboli užití, mírné požívání, znamená to, že alkoholické nápoje jsou požívány v přijatelném množství jedincem v přijatelném věku a s přijatelným zdravotním stavem.
Ebrieta	Je označení pro alkoholickou opilost.
Okénka	Piják nemá vzpomínky na určité období proběhlé opilosti.
Palimpsest	Příznak funkčního poškození paměti v důsledku těžší opilosti.
Kontrola pití	Jedná se o bio-psychickou kvalitu, znamená přirozené a automatické omezení až vysazení dalšího požívání alkoholu při dosažení individuální optimální hladiny pro dobrou náladu.

2.4.1 Druhy alkoholických nápojů

Dle světové zdravotnické organizace rozeznáváme několik typů alkoholu:

- Isopropanol, používá se v průmyslu, jako domácí čistič a pleťové mléko,
- Methanol, používá se, jako průmyslové rozpouštědlo,
- Ethanol, určen ke konzumaci pro jeho intoxikační a mysl měnící efekt.

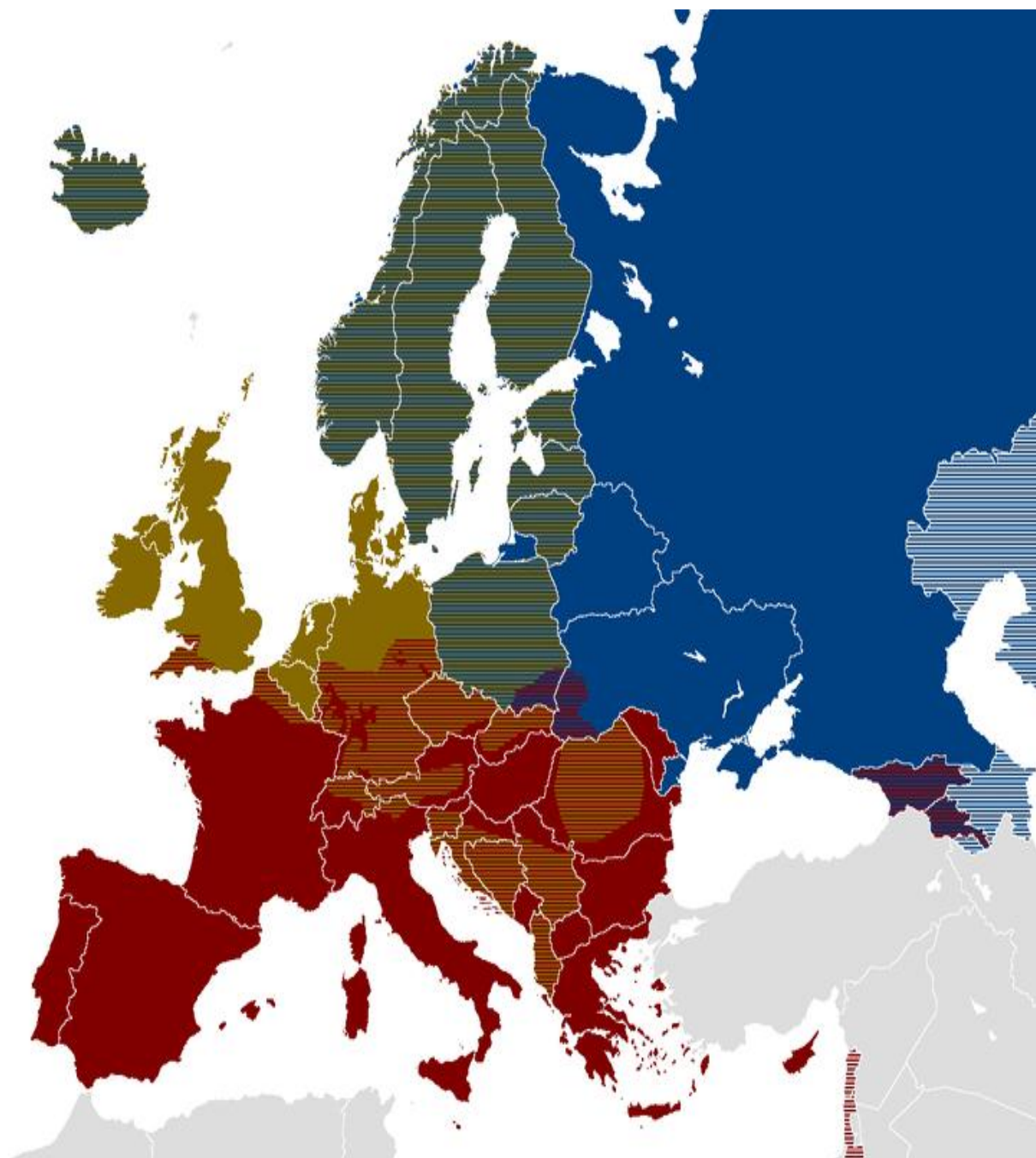
Alkoholické nápoje můžeme dělit podle obsahu ethanolu, podle procesu výroby nebo podle surovin z nichž se vyrábí.

Tabulka 8. Rozdělení alkoholických nápojů dle Světové zdravotnické organizace

Víno	Vyrábí se kvašením moštu z plodů révy vinné. Má okolo 10-12% alkoholu. Podle barvy dělíme víno na bílé, růžové a červené, přičemž postup výroby se u jednotlivých druhů liší. Podle obsahu zbytkového cukru rozlišujeme vína suchá, polosuchá, polosladká a sladká. Dělit můžeme i podle cukernatosti hroznových bobulí, tak klasifikujeme vína stolová, jakostní a vína s přívlastkem.
Pivo	Podle vyhlášky ministerstva zemědělství č. 335/1997 sb. se pivem rozumí pěnivý nápoj vyrobený zkvašením mladiny připravené ze sladu (většinou ječmenného), vody, neupraveného chmele, upraveného chmele nebo chmelových produktů, který vedle kvasným procesem vzniklého alkoholu (ethylalkoholu) a oxidu uhličitého obsahuje i určité množství neprokvašeného extraktu. Finální produkt obsahuje zpravidla 4-5% alkoholu ale nemusí to být pravidlem. Piva dále dělíme podle způsobu kvašení na spodně kvašená, vrchně kvašená a spontánně kvašená.
Whisky	Je vyrobena destilováním a kvašením tekutiny z obilních zrn jako jsou kukuřice, žito nebo ječmen. Skotská whisky byla původně vyrobena ve Skotsku. Slovo „skotská“ se stala synonymem pro whisky dobré kvality.
Rum	Je destilovaný nápoj vyrobený z kvašené melasy nebo cukrové třtiny a zraje nejmén tři roky.
Gin	Je destilovaným nápojem. Je to kombinace alkoholu, vody a proměnlivé chuti.
Brendy	Brendy je destilované z kvašené ovocné šťávy. Brendy obvykle dozrává v dubových sudech. Barva brandy pochází buď ze sudů, nebo z karamelu.
Likéry	Jsou vyráběny přidáním cukru a příchutě jakou jsou ovoce, bylinky nebo květy, do brandy nebo kombinací alkoholu a vody. Mnoho likérů pozůstává z 20-65 % alkoholu. Obvykle se podávají v malých množstvích.

Obrázek 13. Pásky dle typického druhu alkoholu, který se na daném území konzumuje
(http://cswikipedia.org/wiki/Soubor:Alcohol_belt.PNG)

■ - Pás vodky, ■ - Pás piva, ■ - Pás vína



Jednotlivé druhy alkoholu se z těla člověka odbourávají různě dlouhou dobu. Pro představu uvádím data k nejběžněji konzumovaným alkoholickým nápojům (Mlčoch, 2010).

Tabulka 9. Čas potřebný pro odbourání alkoholu vzhledem ke zkonsumovanému množství (Mlčoch, 2010)

Pivo (muž 75 kg)	Víno (muž 80 kg)	Destiláty (muž 80 kg)
1 desítka - 1 hod. 37 min.	2 dcl - 2 hod. 40 min.	1 panák (0.05l) - 2 hod. 12 min.
1 dvanáctka - 2 hod. 3 min.	4 dcl - 5 hod. 20 min.	2 panáky - 4 hod. 24 min.
2 dvanáctky - 4 hod. 7 min.	1 litr - 13 hod. 20 min.	4 panáky - 8 hod. 48 min.
4 dvanáctky - 8 hod. 13 min.	1,5 litru - 19 hod. 40 min.	6 panáků - 13 hod. 12 min.
8 dvanáctek - 16 hod. 26 min.		8 panáků - 17 hod. 36 min.
10 dvanáctek - 20 hod. 32 min.		10 panáků - 22 hod.

2.4.2 Vlastnosti alkoholu - ethanolu

Alkohol je ze všech návykových látek na světě tou nejběžnější a nejužívanější. Podle vyhlášky ministerstva zdravotnictví č. 335/1997 sb. se za nealkoholické nápoje považují nápoje obsahující nejvýše 0,5% ethanolu (měřeno při teplotě 20 °C). Z toho vyplývá, že za alkoholické můžeme považovat ty nápoje, které obsahují minimálně 0,5% ethanolu. Ethanol C_2H_5OH (ethylalkohol, líh) je bezbarvá těkavá kapalina, charakteristické vůně, snadno zápalná s bodem varu 78,4 °C. S vodou se neomezeně mísí. Přípravuje se alkoholovým kvašením jednoduchých sacharidů (cukrů). Výchozími látkami, které se působením mikroorganismů přeměňují na alkohol jsou cukry, zejména glukózy a sacharóza. Mezi mikroorganismy, které se podílejí na přeměně těchto cukrů na alkohol hrají nejvýznamnější roli kvasinky, což jsou jednobuněčné houby, které si pomocí kvasného procesu získávají potřebnou výživu, a energii. Kvašení probíhá za nepřítomnosti vzduchu podle stechiometrické rovnice:



(glukóza) (etanol) (kysličník uhličitý)

Alkoholovým kvašením lze získat zředěný roztok ethanolu o koncentraci 15–20 %. Roztoky vyšších koncentrací se připravují destilací. Velmi nebezpečná může být jeho záměna s methanolem (CH_3OH). Vzhledem a zápachem jsou od sebe těžko k rozeznání, ale methanol je na rozdíl od ethanolu silně jedovatý. Methanol vzniká i při alkoholovém kvašení, nikoliv ovšem v množství ohrožujícím život nebo zdraví. Při požití pak methanol může způsobit závažné a nevratné škody na zdraví (slepota, kóma, závratě) až smrt, kdy jako smrtelnou dávku pro člověka udává Buchar, Doubrava a Liphay (1973) 10-100 ml čistého methanolu. Jako první pomoc při požití methanolu se doporučuje vypít 0,2 l kvalitního 40% alkoholu.

2.4.3 Využití alkoholu – ethanolu

V praxi je využití ethanolu široké. Velké množství se spotřebuje na výrobu alkoholických nápojů. Ethanol se využívá ve farmaceutickém, kosmetickém průmyslu a v chemickém průmyslu, jako surovina k výrobě dalších organických sloučenin (např. kyseliny octové nebo diethyletheru). V některých zemích se směs ethanolu a benzínu používá jako pohonná směs. Pro průmyslové využití se ethanol používá „denaturovaný“ – znehodnocený pro konzumaci.

Skála (1987) dělí alkoholické nápoje na tři základní typy, Buchar et al. (1973) uvádí další využití ethanolu.

Tabulka 10. Využití ethanolu dle Skály (1987) a Buchara et al. (1973)

Skála	Buchar et al.
pivo – obsahuje kolem 5 % alkoholu. K výrobě se používá slad, chmel, kvasnice a voda. Znaky pochutiny dodává pivu zvláště chmel. Díky němu získává pivo hořkost a typické aroma. Mimo to chmel pivo také konzervuje a chrání před infekcí.	základní surovina pro výrobu organických sloučenin – diethylether, chloroform, jodoform, kyselina octová, butadien, různé estery apod.
víno – obsahuje asi 8–18 % alkoholu. Hlavní surovinou pro jeho výrobu je zkvašená šťáva z vinných hroznů.	farmaceutický průmysl – galektika, tinktury, rozpouštědla při výrobě farmak
lihoviny – destilované alkoholické nápoje s obsahem alkoholu větším než 20 %. Základem je zkvašená šťáva. Podle původního kvasného materiálu se vyrábí různé druhy lihovin.	kosmetický průmysl – přípravky vlasové kosmetiky, ústních vod, parfémů
	průmysl barev a laků – mořidla, pryskyřice, nitrocelulátové a akrylátové nátěrové hmoty.

2.4.4 Metabolismus ethanolu

Do organismu se ethanol dostává nejčastěji konzumací. Skála (1987) uvádí, že ethanol se může v organismu vyskytovat i bez zevního přívodu, přirozeně se vyskytuje v těle člověka až v množství 0,2‰. Jinak se do organismu dostává požitím ethanolu ve formě alkoholických nápojů. Ethanol se v organismu ve větší míře neuchovává, nýbrž se vstřebává (hlavně v tenkém střevě) a rozkládá, tedy oxiduje při procesu metabolismu (látkové přeměny). Oxidace ethanolu se odehrává v játrech. Produkty rozkladu ethanolu v těle jsou acetaldehyd, který následně oxiduje na kyselinu octovou. Finálními produkty jsou pak voda, oxid uhličitý (CO₂) a energie. Převážná část přijatého ethanolu v těle metabolizuje, 2-10% je pak vyloučeno z organismu močí, potem nebo dechem.

2.4.5 Účinky ethanolu na lidský organizmus

Lidé se ke konzumaci alkoholu uchylují z různých důvodů. Motivem některých je pouze chuť alkoholického nápoje. Daleko větší skupina konzumuje alkohol z důvodu jeho opojného účinku a pak existují také závislí jedinci, pro které je pití v podstatě nutností. Dále existuje velké množství poměrně nenápadných motivů, které rovněž vedou k užívání alkoholu. Zařadil bych mezi ně například touhu experimentovat, zažít dobrodružství, nebo potřebu splynout s okolím, zařadit se do „stáda“ – tedy motivy sociální nebo interpersonální. Motivem může být i odstranění bolesti, zostření smyslového vnímání nebo může jít o motivaci uměleckou. Shrňme-li již napsané, motivů ke konzumaci alkoholu je nepřeberné množství ale při konzumaci samotné už tolik nezáleží na tom, z jakého důvodu se alkohol pije. Důsledky jsou vždy stejné, nezávisle na příčinách konzumace.

2.4.6 Pozitivní účinky

Je nutno říci, že při rozumné a přiměřené konzumaci alkoholu, má pití i některé blahodárné účinky na lidské zdraví. Dle Jenče (1998) má alkohol příznivý účinek na lidský organismus trojího typu:

- Antiaterogenní – spočívá v prevenci ischemické choroby srdeční a aterosklerózy. Při již probíhající nemoci může způsobit zpomalení jejího postupu.
- Alkohol rozředí krev a omezuje tvorbu krevních sraženin.

- Sociálně psychologický pozitivní účinek se projevuje v mezilidské komunikaci, v odbourávání bariér a ostychu a v lehčím navazování kontaktů. V některých případech může sloužit taky k odreagování psychického napětí a stresu.

2.4.7 Následky nadměrného používání alkoholu

Mnohem důrazněji je však třeba zmínit negativní důsledky požívání alkoholických nápojů, kterých je daleko více, než těch kladných. Jak je obecně známo, hlavním účinkem alkoholu je útlum centrálního nervového systému a mozkových funkcí, tedy účinky zcela neslučitelné s kvalitním sportovním výkonem. Nadměrným pitím alkoholu dochází k narušení rovnováhy zdraví a to ve smyslu fyzického, psychického a sociálního.

- Fyziologické následky – jedná se o funkční a orgánové poruchy oběhové soustavy, jater, ledvin, zažívání a dýchání (Vágnerová, 1999).
- Sociální následky – nadměrné pití alkoholu způsobuje škody zdravotní, národohospodářské, mravní, kulturní Šimša (1950). Vágnerová (1999) pak uvádí za negativní vlivy zejména následky závislosti vedoucí k prioritě pití alkoholu, potlačení rodinného života, negativního přístupu k výchově dětí a celkovému nezájmu o v oblasti společenského života.
- Psychické následky - týkající se nepříznivého vlivu alkoholu na organismus člověka zejména na centrální nervový systém, kdy začnou vznikat různé psychické poruchy, kdy se zejména jedná o alkoholový abstinenční syndrom, alkoholové psychózy a halucinózy, alkoholové amnestické poruchy a demence.

Na každého člověka má alkohol trochu jiný účinek. Záleží hlavně na jeho tělesné konstituci, na tom, jak často alkohol pije a jestli již má vybudovanou nějakou odolnost vůči účinkům alkoholu a také na tom, jaké množství alkoholu je zkonsumováno. Svou roli hrají i dědičné dispozice nebo věk (v nízkém věku vzniká závislost mnohem rychleji). V menším množství alkohol zvyšuje sebevědomí, odbourává stres, napětí a zábrany. Uvádím zde jednotlivá stádia opilosti (ebriety) a jejich typické znaky.

Tabulka 11. Stádia opilsti a typické znaky (<http://www.infodrogy.estranky.cz/alkohol/stadia-opilsti-opojenost-ebrieta.html>)

do 0,99 ‰ – excitační opilost	Dotyčný je hovorný, žoviální, má lepší, povznesenější náladu, stále však v hranici normy. Od 0,80 ‰ výše není řidič schopen bezpečně řídit motorové vozidlo.
1,00 - 1,49 ‰ – mírná opilost	Intoxikovaný je hovorný, euforie, zvýšené sebevědomí a sebedůvěra. Psychomotorika je již ovlivněna alkoholovou intoxikací – reakční čas je prodloužen, pohledový nystagmus (mimovolní pohyby očí).
1,50 – 1,99 ‰ – střední opilost	Psychomotorika je již výrazněji narušena - jsou přítomny poruchy koordinace a zpomalení tělesných pohybů, je snížena pozornost. Afektivita (emoční vyladění) je labilní – nálada se může buď zlepšit, nebo naopak zhoršit a nastupuje celkový útlum až usnutí, možné i kolísání z obou krajních poloh. Deliberace jednání (snížení zábran) - opilecká sebevražednost, agresivita.
2,00 – 2,99 ‰ – těžká opilost	Blábolivá řeč, neschopnost samostatné chůze, psychické poruchy, výraznější poruchy chování (podobně jako výše - opilecká suicidia, agresivita), zvracení.
3,00 – 3,99 ‰ – vážná otrava alkoholem	těžké poruchy vědomí, obluzení, nereaguje na podněty, dýchání je pomalé a mělké, mohou být poruchy srdečního rytmu. Riziko zástavy dechu a oběhu.
nad 4,00 ‰ – riziko smrtelné otravy alkoholem	komatózní stav, letální (smrtelná) dávka asi u 50 % pacientů je 5 ‰ alkoholu v krvi.

2.4.8 Závislost na alkoholu

Alkoholismu patří mezi nejzávažnější a nejrozšířenější formy závislosti. Dlouhodobé užívání alkoholu vybudovává návyk a závislost. Nadměrná konzumace alkoholu u člověka snižuje napětí a úzkost. Má výrazný účinek na centrální nervový systém, vyvolává euforii, ale současně zhoršuje koordinaci pohybů, zpomaluje reakce a ve velkých dávkách může způsobit i silný útlum (Hugo, Vokurka, 1998).

Podle Pacinovské a Hellera (1996) je závislost člověka na alkoholu ovlivněna dispozicemi každého jedince. K popisu cesty od nevinného společenského pití až k chronické závislosti se používá Jellinekova klasifikace, která určuje čtyři stádia:

- Stádium počáteční – jedinec si sám ordinuje dávky, pije kvůli psychotropním účinkům, kdy pod vlivem alkoholu se cítí příjemněji, než ve stavu střízlivém.
- Stádium varovné – jedinec zvyšuje dávky alkoholu, dochází častěji k podnapilosti a opilosti.
- Stádium rozhodné – tolerance k alkoholu roste, jedinec se mění na člověka závislého na alkoholu, začínají se hromadit problémy a alkohol se dostává do centra pozornosti.
- Stádium konečné – projevuje se snížená tolerance na alkohol, jedinec se opije rychleji a častěji než dříve, zdravotní stav se zhoršuje a je doprovázen třes rukou, pocitem strachu, pomočováním atd.

2.4.9 Prevence závislosti na alkoholu

Slovo prevence pochází z latinského "praevenire", což znamená předcházet. Nešpor, Csémy a Pernicová (1999), uvádějí, že se jedná o opatření učiněná předem, včasnou obranu, nebo ochranu. Hartl a Hartlová (2000, 450) prevenci definují jako „...předcházení nežádoucích jevům, nehodám, úrazům, nemocem. Zdůrazňuje se, že prevence je lepší i levnější než samotná léčba návyků a závislostí a likvidace jejich následků. Prevenci závislosti na alkoholu dělíme na primární, sekundární a terciární (Nešpor, Provazníková, 1999).

Nejefektivnější je primární prevence, ta je zaměřena na osoby, které ještě alkoholem nejsou ovlivněny. Jde tedy hlavně o osvětu mladých lidí. Cílem je zabránit vzniku závislosti, poskytnout informace o veškerých hrožících rizicích spojených s užíváním alkoholu a u zvláště mladých osob oddálit začátek konzumace alkoholu (Zábranský, 2003). Forma, jakou je primární prevence uskutečňována může být různá. Od různých informačních programů, přes besedy a přednášky, činnost médií, až po podporu a rozvoj různých aktivit (Nešpor, 2000). Nejdůležitější a nezastupitelnou roli ovšem v primární prevenci hraje rodina a okolí jednotlivce. Preventivní charakter mají i některé státní zásahy. Stát může omezovat nabídku alkoholu i jiných látek (např. léčiva), i když to může někdy být v rozporu s předpisy o volném trhu. Viz např. návrh ministerstva zdravotnictví, aby v pohostinských zařízeních byly k dostání nealkoholické nápoje levnější než pivo. Ještě bych zmínil, že primární prevenci můžeme rozdělit na specifickou, ta se zabývá přímo předcházení užívání návykových látek

a nespécifickou, kterou rozumíme veškeré ostatní aktivity směřující k podpoře zdravého životního stylu (Hartl a Hartlová, 2000).

Sekundární a terciární prevence se zaměřuje na tu část populace, která už má s návykovými látkami své zkušenosti. Sekundární prevence se specializuje na jedince, u kterých se na návykovou látku ještě nestačila vyvinout závislost (Nešpor, 1999). Cílem je samozřejmě vzniku závislosti zabránit, to obnáší včasné zachycení rizikových skupin a jejich terapeutické zabezpečení. I u tohoto druhu prevence je důležité zapojení státních i nestátních organizací, odborné i široké veřejnosti, sdělovacích prostředků, školy a rodiny.

Terciární prevence je pak určena závislým osobám a zaměřuje se spíše na odbourání negativních následků a zabránění recidivě. Důležitou roli zde sehrávají specializované kliniky a centra pomoci závislým osobám (Nešpor, 1999).

Jedním z druhů prevence proti drogové závislosti obecně jsou i sportovní aktivity. Ovšem nikoliv ve smyslu, že stačí jen a pouze sportovat. Sport je vhodným prostředkem a doplňkem při všech druzích prevencí.

Jedním z druhů prevence proti drogové závislosti obecně jsou i sportovní aktivity. Ovšem nikoliv ve smyslu, že stačí jen a pouze sportovat. Sport je vhodným prostředkem a doplňkem při všech druzích prevencí.

2.4.10 Léčba závislosti

Léčba závislosti je prvním krokem pro rozvoj nového způsobu života. Nešpor (1999) uvádí tyto formy léčby:

- Ambulantní léčba – nejčastěji vykonávaná ve specializovaných zařízeních, které mohou poskytovat individuální péči, ale také mohou pracovat s rodinami závislých osob, některé poradny poskytují i anonymní léčbu, člověk tedy nemusí uvádět jméno. Ambulantní léčba je velmi praktická, má ale svá omezení. Jestliže se pití někomu vymklo z rukou takovým způsobem, že i přes upřímnou snahu se mu hromadí problémy a pije dále, měl by uvažovat o ústavní léčbě.
- Ústavní léčba – ústavní léčba bývá potřebná u těžkých zdravotních nebo psychiatrických komplikací v důsledku nadměrného pití alkoholu, délka ústavní léčby bývá v některých zařízeních pevně stanovena, často se na ni, ale tým a pacient

dohodnou a je individuální, léčení probíhá pomocí skupinové terapie, principů terapeutické komunity, relaxačních technik a dalších postupů.

- Denní stacionář – denní stacionář představuje léčbu pacienta v průběhu dne, pacient chodí do stacionáře, jako do práce, většinou bývá v pracovní neschopnosti, denní stacionář je často mezistupněm mezi ústavní a ambulantní léčbou, není vhodný u těžších zdravotních nebo psychiatrických komplikací.
- Noční stacionář – jedná se o způsob léčby, kdy pacient přichází do léčebného zařízení po pracovní době, v zařízení zůstává přes noc a ráno odchází do zaměstnání, takto se dá pomoci lidem, kteří jsou v poměrně dobrém stavu, nemají však kde bydlet nebo mají velké rodinné problémy.

V lékařství se spíše v současnosti užívá rozlišení fází alkoholové závislosti, které jsou nazvány podle prvních písmen řecké abecedy (Skála, 1988).

- Typ alfa – jedinec pije pro potěšení, uvolnění vnitřních konfliktů, jsou mu známe účinky alkoholu a občas toho zneužije. Při tomto typu není změněna schopnost kontroly pití, nevzniká fyzická závislost, zvyšuje se tolerance na alkohol.
- Typ beta – jedná se o příležitostní popíjení motivované nedostatkem zájmů ve volném čase. Nevytváří se psychická ani tělesná závislost na alkoholu, dochází k zdravotním komplikacím, jako jsou polyneuridy, gastritidy, cirhózy.
- Typ gama – jedná se o závislost na alkoholu, ztráta kontroly nad alkoholem. Ztráta kontroly začíná rychle a je spojená s psychickou závislostí, později se přidává závislost tělesná. Jedinec je schopen vynucené abstinence.
- Typ delta – neschopnost abstinence, jedná se o pravidelnou konzumaci alkoholu. Jedinci nepijí nadměrně, proto nedochází k těžkým intoxikacím. Zvyšuje se riziko poškození tělesného zdraví.
- Typ epsilon – alkoholismu s dramatickým průběhem, kdy pravidelně dochází k vícedenním pijáckým excesům, které jsou spojeny se ztrátou kontroly.

2.5 Alkohol ve sportu

V historii se vyskytly případy užívání alkoholu jako dopingu. V antickém Řecku údajně sportovci používali s oblibou alkohol ke zvýšení své výkonnosti. Alkohol zvyšuje

sebedůvěru, podporuje agresivitu a snižuje napětí, což se tehdy mohlo jevit jako prospěšné sportovnímu výkonu. Americký vytrvalec Thomas Hicks zase zkolaboval po požití alkoholu se strychninem při olympijském maratónu v roce 1904 (<http://www.sportvital.cz/sport/vyziva-ve-sportu/alkohol/uvodni-slovo/>).

Dnes už víme, že díky svým výše zmíněným účinkům na organismus člověka není alkohol příliš vyhledávaným prostředkem ke zlepšení fyzického výkonu. Můžeme dokonce říci, že je s vrcholovým sportem neslučitelný. Jeho příjem před sportovní aktivitou jednoznačně nepříznivě ovlivňuje výkonnost jedince. Postupně se rozvíjející snížená hladina glukózy v plazmě, způsobená poklesem její tvorby v játrech, nepochybně zhoršuje zejména vytrvalostní schopnosti sportovce. Alkoholu je vhodné se vyvarovat především u sportovních aktivit, které mají vysokou energetickou náročnost a dlouhotrvající charakter (Nekola, 2000). V historii se ale vyskytly i osobnosti, které podávaly špičkové sportovní výkony navzdory své zálibě v alkoholu. Uvedu například známé fotbalisty George Besta nebo Paula Gascoigna. Je třeba ale říci, že alkohol, byť je sportovcům spíše neprospěšný a z hlediska jisté výchovné funkce sportu je jeho konzumace sportovci nežádoucí, není obecně ve sportu zakázaným prostředkem.

Na druhou stranu ovšem existují i taková sportovní odvětví, kde účinky určitého množství alkoholu mohou do jisté míry sportovci pomoci, jako je zklidnění závodníka, případně udržet nehybnou polohu těla či jeho části. Třeba při lukostřelbě, střelbě, nebo kulečnicku může uklidňující účinek alkoholu dopomoci k lepšímu výsledku (Reilly, 1993).

Svou specifickou roli potom hraje konzumace alkoholu v kolektivních sportech. Zde sehraává konzumace alkoholu (a akce s ní spojené) často roli tmelícího prvku mezi členy kolektivu. Společné akce všech členů týmu jsou do jisté míry nezbytností. Pomineme-li nezastupitelnou roli tréninku, tak poznávání se navzájem i z jiné než sportovní stránky z dlouhodobého hlediska zpravidla vede ke zlepšeným výkonům celého kolektivu. Samozřejmě tím nechci říci, že výkon týmu automaticky roste s množstvím společně absolvovaných akcí ale pozitivní vliv "teambuildingu" zde nelze opomenout. Pochopitelně je zde také více příležitostí k pití než u individuálních sportů (po společném tréninku, na turnajích, soustředěních či celotýmových akcích). Ve větším kolektivu je rovněž obtížnější konzumaci alkoholu odolat (člověk takzvaně "jde s davem").

Ve vrcholovém sportu, kde jsou pro podání co možná nejlepšího výkonu důležité i sebemenší detaily, je vědomé požití alkoholu vědomým rizikem zhoršení vlastního sportovního výkonu, potažmo dosaženého výsledku. I tak ovšem existuje velká řádka vrcholových sportovců, kteří se lákadla alkoholu nedovedou zříci. Někdy jsou i tito sportovci

schopni podávat konstantně výborné výkony a dosáhnout špičky ve svém oboru ale jedná se opravdu spíše jen o výjimky. Koneckonců existují také vrcholoví sportovci, kteří sami o sobě tvrdí, že pijí, aby ukázali, že dovedou špičkově sportovat a zároveň pít alkohol. Ještě bych zmínil rozdíly v užívání alkoholu před a během sportovního výkonu a po něm. Zatímco před výkonem a během něj má alkohol již výše zmíněné negativní účinky, které mohou v některých případech ohrozit i rekreačního sportovce, tak účinky konzumace alkoholu po tréninku či utkání nemusejí příležitostného sportovce zase tolik trápit. Alkohol má negativní dopad na odpočinek, na kvalitu spánku a na regeneraci organismu jako takovou. Místo regenerace svalů a doplňování energetických zásob se tělo primárně zabývá odbouráváním alkoholu. Při častějším pití může být výsledkem, že celý proces regenerace se stále neúměrně prodlužuje a může dokonce nastat situace, že tento stav naruší správný průběh superkompenzace, tzn., jednoduše řečeno se rozhodí celý dlouhodobější tréninkový cyklus a znehodnotí se tak snaha sportovce vedoucí ke zlepšení jeho výkonů

Existuje několik sportovních odvětví, ve kterých je alkohol zakázán, respektive je povoleno pouze určité malé množství ve sportovcově organismu. Důvodem může být již zmíněné získání výhody konzumací alkoholu anebo bezpečnost sportovce a jeho okolí. Pro ilustraci zde uvádím seznam sportů, kde je alkohol zapovězený. Alkohol je v těchto sportech zakázán pouze při soutěži. Detekce se provádí dechovou zkouškou nebo rozbořem krve a hematologická prahová hodnota alkoholu pro porušení pravidel je 0,10 g/l.

Tabulka 12. Sporty se zákazem alkoholu (<http://www.antidoping.cz/documents/svetovy-antidopingovy-kodex2013/zakazane-latky-a-metody.pdf>)

Sport:	Prahová hodnota:
Automobilový sport (FIA)	0,10 g/l
Karate (WKF)	0,10 g/l
Letecké sporty a parašutismus (FAI)	0,10 g/l
Lukostřelba (FITA)	0,10 g/l
Motocyklový sport (FIM)	0,10 g/l
Vodní motorismus (UIM)	0,10 g/l

3 CÍL A ÚKOLY PRÁCE

Cílem DP je popsat, analyzovat a porovnat konzumaci alkoholu u hráčků extraligových florbalových týmů v České republice.

3.1 Dílčí cíle

1. Zjistit, jaké množství alkoholu konzumují hráčky vybraných extraligových florbalových družstev v České republice.
2. Porovnat množství konzumovaného alkoholu mezi jednotlivými extraligovými florbalovými družstvy v České republice.
3. Porovnat množství konzumovaného alkoholu s množstvím prováděné sportovní aktivity.

3.2 Výzkumné otázky

1. Jaké množství alkoholu konzumují hráčky florbalu vybraných sportovních klubů?
2. Existují rozdíly v konzumaci alkoholu mezi jednotlivými extraligovými florbalovými družstvy v České republice.
3. Existuje vztah mezi množstvím zkoumaného alkoholu a objemem vykonané pohybové aktivity?

3.3 Organizace výzkumu

Zkoumanou skupinou byly hráčky extraligových florbalových družstev v České republice v sezóně 2012/2013. Diagnostika hráček proběhla v rozmezí září až prosinec 2012. Vlastní šetření se uskutečnilo se souhlasem vedení jednotlivých týmů, vždy před vlastním soutěžním zápasem vybraného týmu. Šetření bylo anonymní.

3.4 Diagnostické metody

3.4.1 Metoda diagnostiky konzumace alkoholu

Pro diagnostiku množství konzumovaného alkoholu jsme použili dotazník Losiaka (2008). V tomto dotazníku probandi retrospektivně zaznamenávají na jednoduché škále počet konzumovaných sklenic alkoholu v jednotlivých dnech „průměrného“ týdne. Jedna sklenice alkoholu je definována jako 0,5 l piva, 2 dcl vína a 0,5 ml tvrdého alkoholu.

Probandi následně zaznamenávají první myšlenku, jež je napadne při vyslovení slov: Alkohol je...., resp. opilost je....

Výhodou tohoto dotazníku je celková uživatelská přívětivost (jednoduchost, časová nenáročnost, dobrá srozumitelnost).

3.4.2 Metoda diagnostiky množství prováděné sportovní aktivity

Při diagnostice množství vykonávané sportovní aktivity byla zvolena modifikace výše popsaného Losiakova testu množství konzumace alkoholu. Probandi zaznamenají čas věnovaný pohybové aktivitě v každém dni v průběhu uplynulého týdne a následně do tzv. „průměrného“ týdne.

Pro, alespoň částečné, zachycení preferencí sportovních aktivit, probandi zaznamenali, také druhy nejčastěji prováděné sportovní aktivity.

3.5 Popis zkoumané populace

K výzkumnému šetření byly vybrány hráčky extraligových florbalových družstev v České republice. Jedná se o tyto týmy: Elite Praha, Liberec, Jihlava, Bohemians, Brno, Vítkovice, Chodov, Č. Budějovice, Olomouc, Šumperk, Děkanka Praha, Herbadent. Celkový počet probandů je 139. Pro přehlednost uvádím rozdělení zkoumaného souboru (tabulka 13).

Tabulka 13. Zkoumaný soubor

Klub	Počet celkem	Počet zkoumaných	Typ výběru
Elite Praha (1)	25	12	skupinový záměrný
Liberec (2)	23	12	skupinový záměrný
Jihlava (3)	21	10	skupinový záměrný
Bohemians (4)	24	11	skupinový záměrný
Brno (5)	20	11	skupinový záměrný
Vítkovice (6)	25	15	skupinový záměrný
Chodov (7)	24	12	skupinový záměrný
Č. Budějovice (8)	20	11	skupinový záměrný
Olomouc (9)	20	11	skupinový záměrný
Šumperk (10)	20	10	skupinový záměrný
Děkanka Praha (11)	20	12	skupinový záměrný
Herbadent (12)	25	12	skupinový záměrný

Nejvyšší ženská florbalová soutěž se v České republice hraje od roku 1994, v současnosti má 12 družstev, kdy minimálně polovina z těchto mužstev vykazuje značnou herní nestabilitu. Herní nestabilita je u těchto mužstev zapříčiněna převážně nedostačující hráčskou základnou a finanční nestabilitou klubů. V Čechách se ženský vrcholový florbal hraje stále na amatérské bázi a hráčky se tomuto sportu věnují ve svém volném čase po práci, nebo studiu. I tak mladý sport ovšem naráží na generační problémy, kdy hráčky po dokončení střední, nebo vysoké školy, často hledají další motivaci pokračovat v tomto sportu. Je to dáno hlavně poměrně vysokou náročností, která je na hráčky extraligových mužstev kladena, kdy se jedná o náročné cestování k jednotlivým zápasům a množstvím absolvovaných týdenních tréninkových hodin nutných k sportovnímu růstu. Důvodem, proč je respondentů relativně málo, je ten, že ve sloupci „počet celkem“ jsou uvedeny počty dle oficiálních soupisek týmů na sezónu 2012/2013, ale skutečnost týkající se počtu hráček v některých týmech je zcela jiná. Další důvod může být negativní přístup k vyplňování dotazníků.

Důvodem proč, byly vybrány k výzkumnému šetření hráčky florbalu, je skutečnost, že v ženském florbalovém prostředí působím od roku 2005 a s problematikou fungování ženského kolektivu jsem poměrně dobře seznámen.

3.6 Metoda vyhodnocení a interpretace dat

1. Pro získání odpovědi na výzkumnou otázku č. 1 budou uvedeny základní popisné charakteristiky (aritmetický průměr, rozptyl, rozložení četnosti – histogram) týkající se množství zkonsumovaného alkoholu.
2. Pro získání odpovědi na výzkumnou otázku č. 2 využijeme parametrickou variantu analýzy rozptylu (Kruskal-Wallis ANOVA).

Formulace statistické hypotézy:

H0: neexistuje statisticky významný rozdíl mezi srovnávanými družstvy na hladině významnosti $\alpha = 0,05$

H1: existuje statisticky významný rozdíl mezi srovnávanými družstvy na hladině významnosti $\alpha = 0,05$

3. Pro získání odpovědi na výzkumnou otázku č. 3 bude vypočten Spearmanův koeficient pořadové korelace. Ověřena bude pouze významnost podle Chrásky (1993), který uvádí jako prakticky použitelnou závislost minimálně $r = /40/$.

Tabulka 14. Interpretace velikosti korelačního koeficientu dle Chrásky (1993)

Koeficient korelace	Interpretace
1	naprostá (funkční) závislost
1 – 0,9	velmi vysoká závislost
0,89 - 0,7	vysoká závislost
0,69 - 0,4	střední závislost
0,39 - 0,2	nízká závislost
0,19 – 0	nepoužitelná závislost

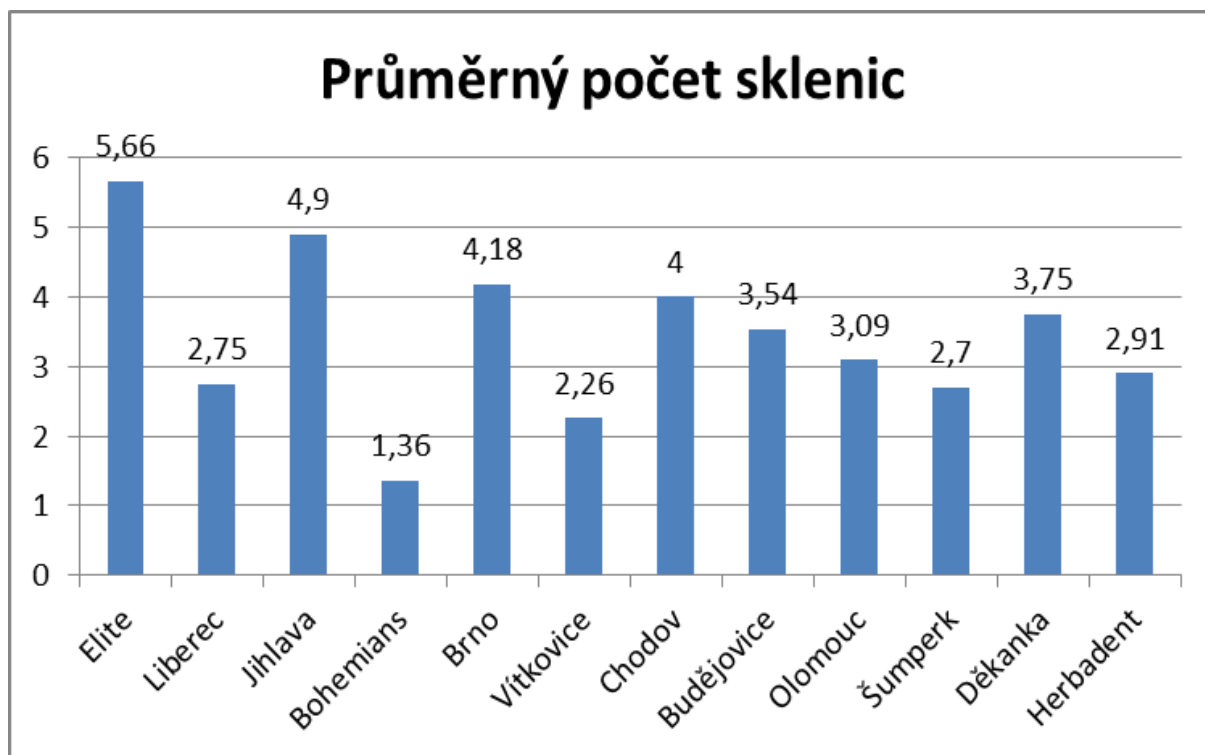
Veškeré výpočty a zpracování dat bylo provedeno v programech MS Excel a Statistica 6.0.

4 VÝSLEDKY A DISKUSE

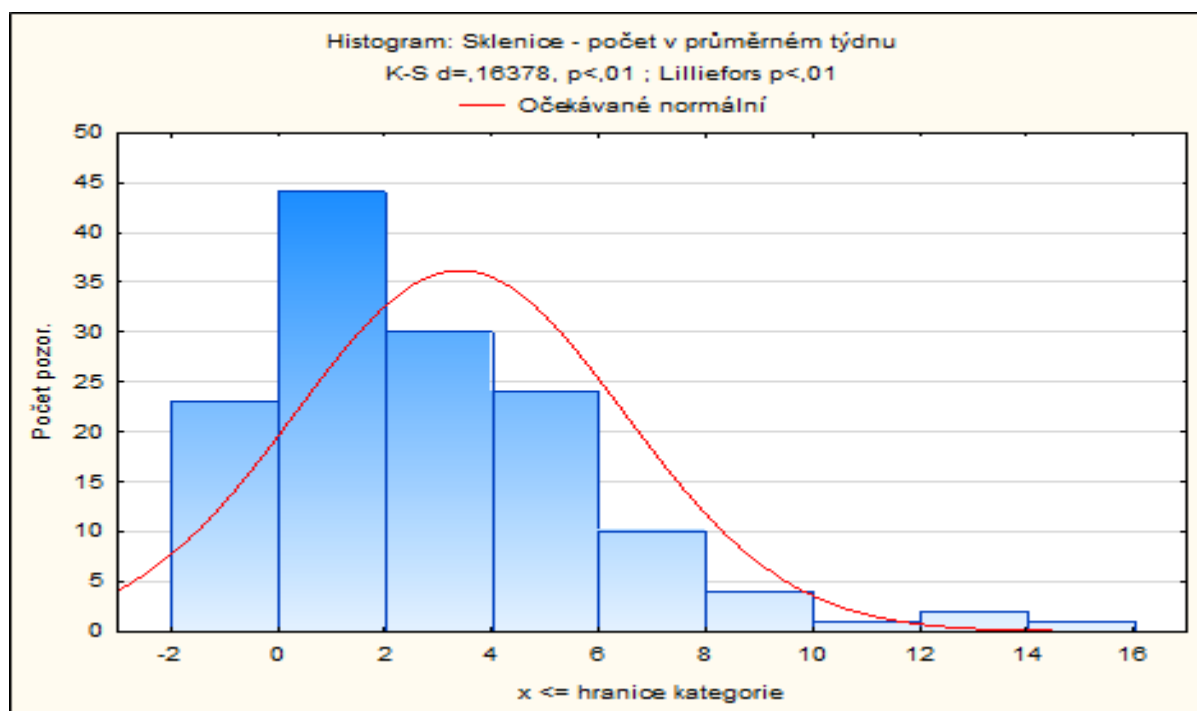
4.1 Množství konzumovaného alkoholu hráčů extraligových florbalových družstev

Pro získání odpovědi na výzkumnou otázku č. 1 uvádím základní popisné charakteristiky souboru (aritmetický průměr, rozptyl, rozložení četnosti – histogram) týkající se množství zkonsumovaného alkoholu. Tyto popisné charakteristiky jsou uvedeny zvlášť pro jednotlivé týmy.

Obrázek 14. Počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu



Obrázek 15. Histogram četnosti (počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu) – hráčky celkem



Vysvětlivky:

Svislá osa označuje počet probandů, vodorovná interval počtu konzumovaných sklenic alkoholu za týden.

Červenou křivkou je označeno očekávané normální rozložení četnosti populace, ze které sledovaná subpopulace pochází.

Uvedené hodnoty v záhlaví grafu vypovídají o porušení normality rozložení četnosti (Kolmogorov-Smirnovův & Lillieforsův test normality).

Tabulka 15. Základní popisné charakteristiky sledovaného souboru

Proměnná	Počet probandů (n)	Průměr (r)	Medián (Me)	Modus (Mo)	Četnost modu (n)	Minimum	Maximum	Dolní kvartil	Horní kvartil	Směrodatná odchylka
Počet sklenice v průměrném týdnu	139	3,402	3	2	26	0,00	16	1	5	3,066

Vysvětlivky:

Min = minimum

Max = maximum

4.1.1 Diskuze k dílčímu cíli a výzkumné otázce č. 1

Z provedeného výzkumu vyplývá, že průměrné množství zkonsumovaného alkoholu je 3,40 sklenic na osobu za týden. Jak jsem uvedl, pro standardizaci bylo použito výrazu standardní sklenice, která odpovídá svým obsahem 0,5 l piva, 2 dcl vína a 0,5 ml tvrdého alkoholu.

Pro porovnání konzumace alkoholu hráčkami s „běžnou“ populací je nutné použít přepočet sklenic alkoholu na gramy čistého alkoholu podle vzorce:

$$0,8 \text{ (hustota etanolu)} \times \text{obsah sklenice/láhve (ml)} \times \text{koncentrace alkoholu (\% obj.)} / 100.$$

Tabulka 16. Koncentrace alkoholu ve standardizovaných sklenicích

Standardní sklenice piva	0,5 l	koncentrace alkoholu 5% = 20 g
Standardní sklenice vína	2 dcl	koncentrace alkoholu 12% = 19,2 g
Standardní sklenice destilátu	0,5 dcl	koncentrace alkoholu 40% = 16 g
Průměrná sklenice alkoholu		= 18,4 g = 0,023 l čistého alkoholu

Tento přepočet je nutný z důvodů uvádění statistických údajů (CSÚ, WHO) v hodnotách gramu nebo litru čistého alkoholu.

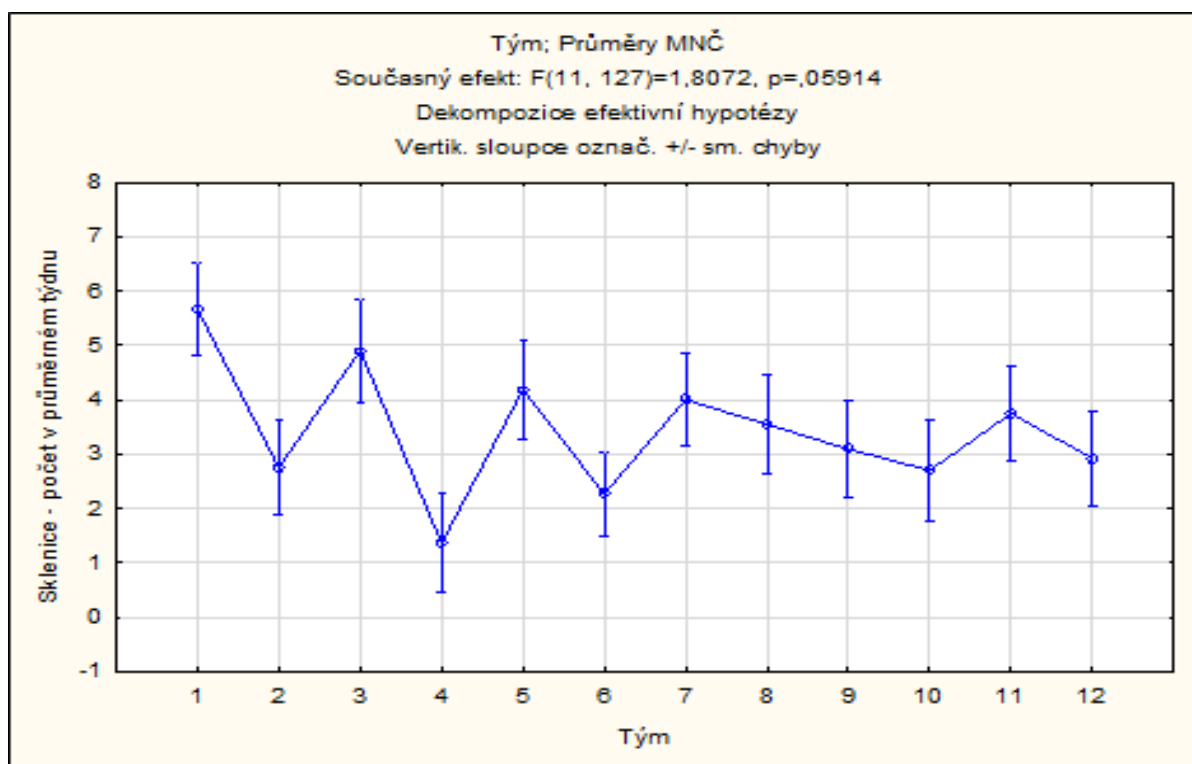
Z oficiálních statistik Českého statistického úřadu vyplývá, že spotřeba alkoholu v Česku klesá. Podle posledních dostupných údajů z roku 2011 činila v přepočtu na čistý líh 9,8 litru na obyvatele a rok, to činí 0,19 l na osobu za týden, což je podle unie nejnižší hodnota od roku 1999. V posledních více než deseti letech přitom spotřeba osciluje právě kolem hodnoty deset litrů na obyvatele za rok.

Po přepočtu na průměrné sklenice získáme hodnotu množství konzumovaného alkoholu v ČR, což je 8,19 sklenice na osobu za týden. Spotřeba alkoholu u hráček extraligových florbalových družstev je 3,40 sklenic alkoholu za týden (0,0782 l). Získaná data a provedené srovnání nám poskytují obraz o konzumaci alkoholu u hráček extraligových florbalových družstev v ČR. Na základě těchto výsledků lze konstatovat, že průměrná hodnota (vyjádřena v počtu zkonsumovaných standardních sklenic za týden) vykazuje nižší hodnotu, než je hodnota získaná za Český populační vzorek. Spotřeba alkoholu u hráček extraligových florbalových družstev v ČR nepředstavuje závažný společenský problém.

4.2 Porovnání množství konzumovaného alkoholu mezi jednotlivými extraligovými florbalovými družstvy v České republice.

V této části práce se zaměřuji na rozdíly v množství konzumovaného alkoholu mezi jednotlivými extraligovými florbalovými týmy v České republice, uvádím grafické znázornění jednotlivých družstev se srovnáním. Dále znázorňuji statistickou charakteristiku zkoumaného vzorku.

Obrázek 16. Grafické znázornění (počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu) – družstva celkem



Pro získání odpovědi na výzkumnou otázku č. 2 bude ověřena statistická hypotéza o existenci rozdílu mezi jednotlivými extraligovými florbalovými družstvy v České republice. Vzhledem k charakteristice souboru bude využit výpočet parametrického testu ANOVA.

Tabulka 17. Výsledné charakteristiky parametrického testu ANOVA

Efekt	Součet čtverců	Stupně volnosti	Průměrný čtverec	Testová stat. F - poměr	P - Value
Abs. člen	1615,927	1	1615,927	182,9349	0,000000
Tým	175,604	11	15,964	1,8072	0,059143
Chyba	1121,835	127	8,833		

Na základě provedeného výpočtu zamítám hypotézu H1, že existuje statisticky významný rozdíl mezi srovnávanými družstvy na hladině významnosti $\alpha = 0,05$. Mohu tedy konstatovat, že platná je hypotéza H0, a to že neexistuje statistický významný rozdíl v konzumaci alkoholu mezi srovnávanými družstvy na hladině významnosti $\alpha = 0,05$.

4.2.1 Diskuze k dílčímu cíli a výzkumné otázce č. 2

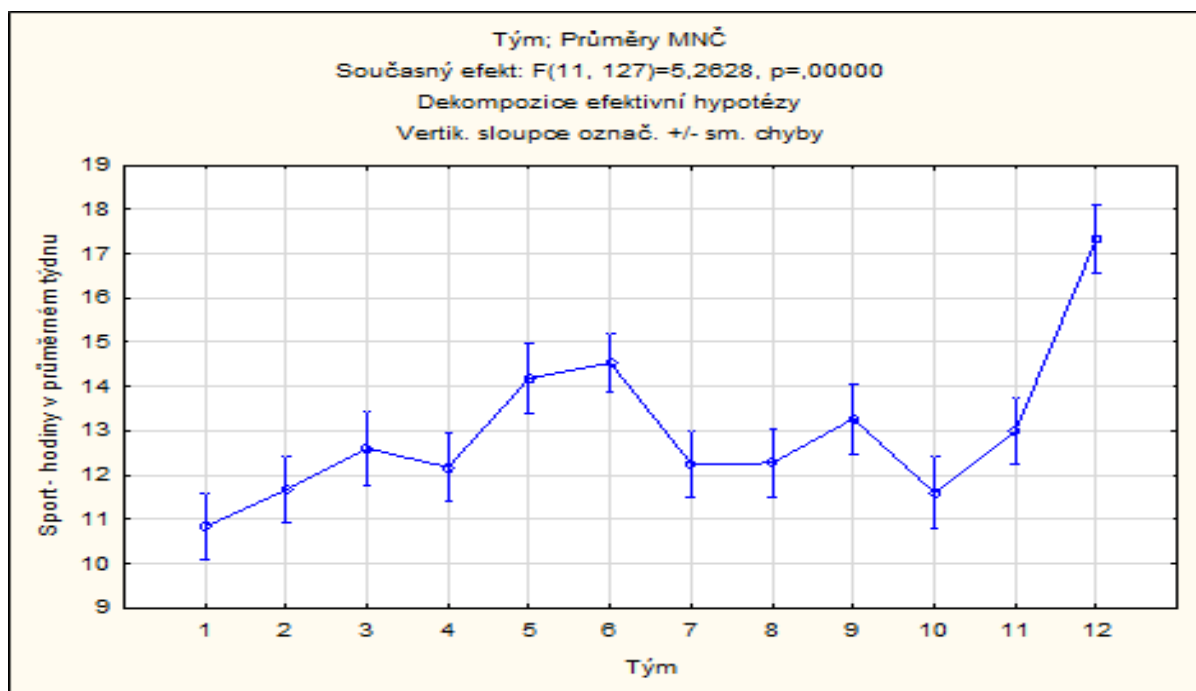
V otázce č. 2 jsem si kladl za cíl zjistit, zda existuje významný rozdíl v množství konzumovaného alkoholu mezi jednotlivými extraligovými florbalovými družstvy v České republice. K podrobnému porovnání byl využit výpočet parametrického testu ANOVA, kdy byla potvrzena hypotéza H0 (neexistuje statistický významný rozdíl mezi srovnávanými družstvy na hladině významnosti $\alpha = 0,05$) a zároveň vyloučená hypotéza H1, která byla opakem hypotézy H0.

Pro porovnání byl stejným výpočtem zpracován rozdíl v množství prováděné pohybové aktivity mezi jednotlivými extraligovými florbalovými družstvy v České republice, kdy byl zaznamenán statisticky významný rozdíl mezi srovnávanými družstvy na hladině významnosti $\alpha = 0,05$.

Tabulka 18. Výsledné charakteristiky parametrického testu ANOVA

Efekt	Součet čtverců	Stupně volnosti	Průměrný čtverec	Testová stat. F - poměr	P - Value
Abs. člen	23162,57	1	23162,57	3391,261	0,000000
Tým	395,40	11	35,95	5,263	0,000001
Chyba	867,42	127	6,83		

Obrázek 17. Grafické znázornění (počet prováděné pohybové aktivity v průměrném týdnu) – družstva celkem



Tato zjištění nejsou překvapující, vzhledem k tomu, že průměrná hodnota (vyjádřena v počtu zkonsumovaných standardních sklenic za týden) konzumace alkoholu hráčkami vykazuje nižší hodnotu, než je hodnota získaná za Český populační vzorek, jsem nepředpokládal statisticky významný rozdíl ovlivňující sportovní úroveň družstev.

4.3 Vztah mezi množstvím konzumovaného alkoholu a objemem prováděné pohybové aktivity hráček extraligových florbalových týmů

Cílem této výzkumné otázky bylo zjistit, zda existuje souvislost mezi množstvím zkonsumovaného alkoholu a množstvím vykonávané pohybové aktivity u zkoumaného souboru respondentů.

Pro ověření korelační závislosti byl použit Spearmanův koeficient (porušení normality rozložení četnosti u sledovaného souboru). Výpočtem byla zjištěna hodnota $r = -0,180177$. Hodnoty korelace se mohou pohybovat v rozmezí absolutních hodnot 0 až 1. Čím je výsledná korelace bližší nule, tím je nižší vzájemná závislost.

Pro doplnění uvádím množství pohybové aktivity u zkoumaných souborů v průměrném týdnu.

Tabulka 19. Počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu

Proměnná	Počet probandů (n)	Průměr (r)	Medián (Me)	Modus (Mo)	Četnost modu (n)	Minimum	Maximum	Dolní kvarti	Horní kvartil	Směrodatná odchylka
Sport	139	13,03	13	12	25	6	21	11	15	3,025

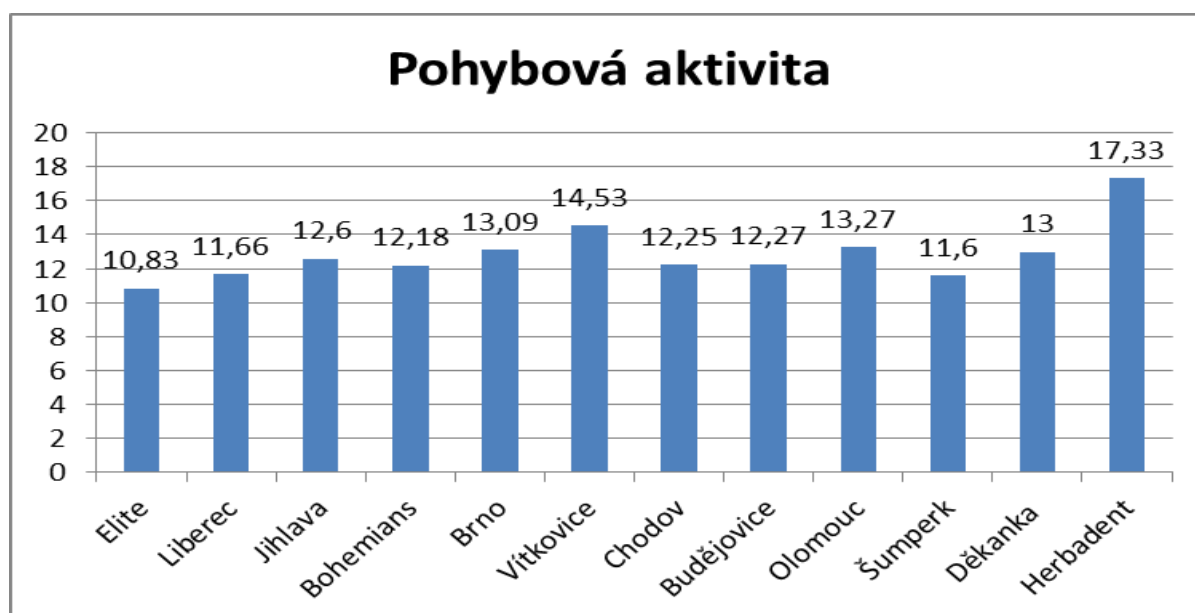
Vysvětlivky:

Pohybová aktivita je uvedena v počtu hodin v průměrném týdnu

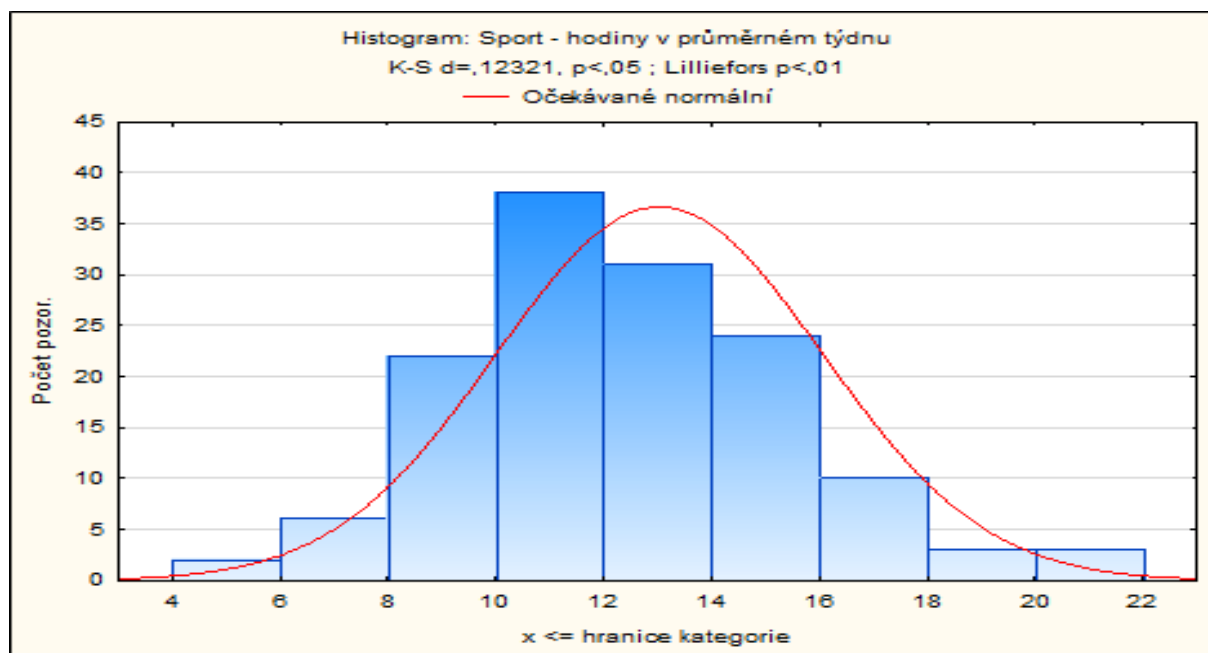
Min = minimum

Max = maximum

Obrázek 18. Počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu



Obrázek 19. Histogram četnosti (počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu) – hráčky celkem



Vysvětlivky:

Svislá osa označuje počet probandů, vodorovná interval počtu hodin pohybové aktivity za týden.

Červenou křivkou je označeno očekávané normální rozložení četnosti populace, ze které sledovaná subpopulace pochází.

4.3.1 Diskuze k dílčímu cíli a výzkumné otázce č. 3

Vztah mezi množstvím prováděné pohybové aktivity a množstvím konzumovaného alkoholu vykázal dle Spearmanova koeficientu v Chrástkově interpretaci nepoužitelnou závislost ($r = -0,180177$).

Z výzkumu můžeme předpokládat, že provádění pohybové aktivity a konzumace alkoholu se navzájem nevylučují. Alkohol je přijímán v celospolečenském měřítku pozitivně a bylo by naivní se domnívat, že ke sportovní populaci nepatří. Nebudeme si nalhávat, že by snad sportovci tedy i florbalisté alkohol nepili. Obecně se traduje, že pivo je dobrým iontovým nápojem a tudíž není špatné si po tréninku na jedno či dvě zajít. I přes své negativní účinky na sportovní výkon jako takový není alkohol ve sportovním prostředí ničím neobvyklým a to zejména v prostředí rekreačního sportu. Budeme-li vycházet ze situace v ČR, kde se konzumuje ve velkém množství hlavně pivo, tak by se dalo možná dokonce říci,

že alkohol u nás k rekreačnímu sportování patří, nebo že se k němu přinejmenším hodí. Tak jednoduché to ovšem není. Hlavně v letních měsících se skutečně můžeme ve velkém množství setkat s pitím piva u rekreačních fotbalistů, tenistů, cyklistů nebo třeba při provozování pěší turistiky. Lidé se chtějí zkrátka odreagovat a sport a alkohol jim to potěšení dopřávají. Ovšem i menší množství alkoholu někdy může skýtat určitá nebezpečí. Alkohol (zde myšleno pivo) je sice zdrojem minerálů, vitamínů a energie, ovšem právě etanol má na organismus neblahé účinky jako jsou: zhoršení odhadu, ovlivnění rovnováhy a orientace, narušení termoregulace a s tím spojená dehydratace organismu a jiné. Asi největší hrozbou je, že kombinace všech nežádoucích účinků alkoholu zvyšuje riziko úrazu prakticky při jakémkoli sportu. Navíc například cyklista je většinou účastníkem silničního provozu a tudíž se na něj vztahují stejná omezení (co se požívání alkoholických nápojů týče) jako na řidiče motorových vozidel. Při horské turistice se může konzumace alkoholu rovněž vymstít. Neznámý těžký terén v kombinaci s konzumací alkoholu daleko od civilizace a rychle se měnící přírodní podmínky již stály nejeden lidský život. Dalo by se shrnout, že při rekreačním sportování a fyzické aktivitě provozované pro zábavu malé množství alkoholu nemusí vadit ale přesto má svá nepopíratelná rizika a proto se rozhodně nedá doporučit. Ve vrcholovém sportu alkohol vítán není. Jeho negativní účinky znevažují tréninkový proces a jakékoliv dlouhodobější nadměrné užívání je neslučitelné s kariérou vrcholového sportovce.

Výzkumem bylo zjištěno, že hráčky extraligových florbalových mužstev se věnují pohybové aktivitě průměrně 13,04 hodin týdně. V praxi to znamená, že hráčky absolvují přibližně čtyři tréninkové jednotky týdně a jeden až dva soutěžní zápasy.

Na závěr dotazníku Losiaka (Čech, 2001) byli probandi vyzváni k uvedení první asociace, která je napadne u pojmů alkohol a opilost. Uvádím zde některé z nich s uvedením věku probanda.

Tabulka 20. Asociace pojmů alkohol a opilost

Věk	Alkohol je...	Opilost je...
26	zlo	fajň
25	skvělý povzbuzovač	špatně
18	metla lidstva	pro radost
24	únik od reality	občas fajň
19	pivo	totálně na sračky
20	drahý	nepříjemná
25	dobří bez kocoviny	hrozná
19	dobří sluha, zlý pán	ztráta zábran
24	zhouba lidstva	do určité míry příjemná
18	oddalovač problémů	nevyzpytatelná
16	legální	jednou za čas únosná
17	kreativní	hnus
22	potřebný	zvláštní stav
24	patří k životu	nežádoucí
20	někdy doktor	někdy potřebná
19	zbytečnost	nezodpovědnost
26	závislost	celkem nechutná
20	v malé míře neškodný	na nic
22	občasná pomoc	nezvládnutí pomoci
28	pracovní záležitost	dobrá a špatná
20	způsob jak se pobavit	u příležitosti oslav
19	Czech open	drahá

5 ZÁVĚRY

Výzkum uskutečněný v této práci splnil požadované cíle. Umožnil nám zjistit, jaká je situace v množství konzumovaného alkoholu a v množství vykonané pohybové aktivity hráček vybraných extraligových florbalových družstev v České republice. Na základě získaných dat a provedených srovnání lze konstatovat, že:

1. Množství konzumovaného alkoholu hráčkami extraligových florbalových klubů v České republice v průměrném týdnu představuje 3,40 sklenic na osobu za týden. Spotřeba alkoholu v ČR činí průměrně 0,19 l. týdně na osobu. Průměrná hodnota sledované skupiny je 0,078 l. týdně na osobu. V porovnání s celorepublikovým průměrem je množství konzumovaného alkoholu hráčkami nižší.
2. Rozdíl v konzumaci alkoholu mezi jednotlivými extraligovými florbalovými družstvy v České republice se ukázal jako statisticky nevýznamný na hladině významnosti $\alpha = 0,05$.
3. Vztah mezi množstvím sportovní aktivity a množstvím konzumovaného alkoholu se ukázal, jako nepoužitelná závislost, to znamená, že není přímý vztah mezi spotřebou alkoholu a objemem prováděné pohybové aktivity. Hodnoty korelace se mohou pohybovat v rozmezí absolutních hodnot 0 až 1. Čím je výsledná korelace bližší nule, tím je nižší vzájemná závislost. Pro korelační koeficient v této závislosti je výsledná hodnota $r = - 0,180177$.

6 SOUHRN

Alkohol patří mezi velmi běžně zneužívané látky ve sportu. V dřívějších dobách byl alkohol používán jako opravdový doping. Příkladem může být staré Řecko, řeční atleti s oblibou používali alkohol ke zlepšení výkonnosti. Dnes už alkohol nepředstavuje ve sportu z hlediska dopingu velkou hrozbu, ale problém nastává s jeho negativním působením na organismus. Dle některých studií patří sportovci k rizikové skupině mající sklon k nadměrnému epizodickému pití alkoholu. Tento jev je možné pozorovat, jak u sportů kolektivních, tak individuálních, lze konstatovat, že důvody jsou zejména psychologické, alkohol obecně snižuje napětí a úzkost.

Cílem práce bylo zmapovat konzumaci alkoholu u hráček extraligových florbalových týmů v České republice. Výzkum se uskutečnil, pomocí dotazníkového šetření v rozmezí měsíců září až prosinec 2012. Diagnostika hráček proběhla v rozmezí září až prosinec 2012

Získaná data a provedená srovnání nám poskytují poměrně plastický obraz o konzumaci alkoholu hráček extraligových florbalových týmů v České republice. Pokud jde o průměrné hodnoty (vyjádřené v počtu zkonsumovaných standardních sklenic za týden), tak celkově (3,40) vykazují hráčky nižší hodnoty, než jsou hodnoty získané za český populační vzorek (ČSÚ – 8,19). Vztah mezi množstvím sportovní aktivity a množstvím konzumovaného alkoholu se ukázal, jako nepoužitelná závislost (Spearmanův koeficient $r = -0,180177$). Při srovnání rozdílů v konzumaci alkoholu mezi jednotlivými extraligovými florbalovými družstvy v České republice (Kruskal-Wallis ANOVA) se neprokázaly žádné statisticky významné rozdíly.

Získané výsledky umožnily zmapovat situaci ve zvoleném sportovním odvětví. Zjištěné formace mohou být použity ke srovnání v dalších šetřeních monitorujících situaci ve spotřebě alkoholu a pohybových aktivitách v jiných ženských kolektivních sportech.

7 SUMMARY

Alcohol belongs among commonly abused substances in sports. In the past, alcohol was used as a real dope. For example, in ancient Greece, the athletes used alcohol to improve their performance. Nowadays, alcohol as a dope is no big threat any more in the field of sports. However, there is a problem with its negative impact on organism. According to some studies, sportsmen/women belong to a high-risk group that tends to drink alcohol excessively and episodically. This phenomenon is to be observed in team as well as individual sports. It can be said that the reasons are mainly psychological – generally, alcohol lowers tension and anxiety.

The aim of the thesis was to map the alcohol consumption among the players of extra-league floorball teams in the Czech Republic. The survey took place by means of a questionnaire within September and December 2012. Diagnostics of the players took place within the same period of September to December 2012. The data found and comparisons made are a source of a relatively plastic picture of alcohol consumption of the players of extra-league floorball teams in the Czech Republic. As far as the average figures are concerned (articulated in the amount of standard glasses consumed weekly), overall (3,40) the data show lower values than the data obtained from the Czech population sample (ČSÚ – 8,19). The relation between the amount of physical activity and the amount of alcohol consumed is an inapplicable dependence (Spearman's coefficient $r = -0,180177$). The comparison of alcohol consumption among individual extra-league floorball teams in the Czech Republic (Kruskal-Wallis ANOVA) did not show any statistically significant differences.

The data obtained enabled to map the situation in the selected field of sport. The data found could be used in the comparison of following investigations monitoring the situation of alcohol consumption and physical activity in other female team sports.

8 REFERENČÍ SEZNAM

Anonymus. *Bílá kniha o sportu*. Retrieved 19.2.2013 from the World Wide Web:
http://ec.europa.eu/sport/documents/white-paper/whitepaper-short_cs.pdf

Anonymus. *Cfbu*. Retrieved 20.2.2013 from the World Wide Web:
http://www.cfbu.cz/redakcni_system/index.php?static=predpisy/pravidla

Anonymus. *Cfbu*. Retrieved 21.2.2013 from the World Wide Web:
http://www.cfbu.cz/fis/open.php?reportno=4&competition_code=8XM12011/2012&division_code=A

Anonymus. *Cfbu*. Retrieved 25.2.2013 from the World Wide Web:
<http://www.cfbu.cz/rdskcnisystem/index.php?static=cfbu/historie/cr>

Anonymus. *Cfbu*. Retrieved 28.2.2013 from the World Wide Web:
http://www.cfbu.cz/redakcni_system/

Anonymus. *Cfbu*. Retrieved 20.2.2013 from the World Wide Web:
http://www.cfbu.cz/redakcni_system/index.php?static=cfbu/historie/cr

Anonymus. *Czech open*. Retrieved 03.3.2013 from the World Wide Web:
<http://www.czechopen.cz/cz/historie/kronika>

Anonymus. *Czech open*. Retrieved 09.3.2013 from the World Wide Web:
<http://www.czechopen.cz/>

Anonymus. *Česká obec sokolská*. Retrieved 10.3.2013 from the World Wide Web:
<http://www.vsesokolskyslet2012.eu/program-oslav-150-let/historie-sokola>

Anonymus. *Český statistický úřad*. Retrieved 10.3.2013 from the World Wide Web:
[http://www.czso.cz/csu/2011edicniplan.nsf/t/53004FB2E1/\\$File/30041102.pdf](http://www.czso.cz/csu/2011edicniplan.nsf/t/53004FB2E1/$File/30041102.pdf)

Anonymus. *Doktorka.cz* . Retrieved 10.3.2013 from the World Wide Web:
<http://drogy.doktorka.cz/historie-omamnych-drog>

Anonymus. *Floorball player net*. Retrieved 10.3.2013 from the World Wide Web:
<http://www.floorballplayer.net>

Anonymus. *Floorball*. Retrieved 15.3.2013 from the World Wide Web:
http://www.floorballpro.com/resources/FBP_Floorball.Brochure.pdf

Anonymus. *Florbal.com*. Retrieved 15.3.2013 from the World Wide Web:
<http://www.florbal.com/brankarske-vybaveni/brankarska-obuv/>

Anonymus. *Florbal.cz*. Retrieved 15.3.2013 from the World Wide Web:
<http://zahranici.florbal.cz/2012/07/sundstedt-uz-podepsal-storvrete-stal-se-nejdrazsimum-hracem-florbalove-historie/>

Anonymus. *Fotbal-trenin.cz*. Retrieved 18.3.2013 from the World Wide Web:
http://www.fotbal-trenink.cz/index.php?option=com_content&view=article&id=34&Itemid=69&limitstart=5

Anonymus. *Grower*. Retrieved 18.3.2013 from the World Wide Web:
<http://grower.cz/pestovani/marihuana/tema/t-2297.html>

Anonymus. *Historie světového florbalu*. Retrieved 18.3.2013 from the World Wide Web:
http://www.cfbu.cz/redakcni_system/index.php?static=cfbu/historie/svet

Anonymus. *Infodrogy*. Retrieved 20.3.2013 from the World Wide Web:
<http://www.infodrogy.estranky.cz/clanky/alkohol/stadia-opilosti--opojenost--ebrieta-.html>

Anonymus. *International Floorball Federation*. Retrieved 20.3.2013 from the World Wide Web: www.floorball.org

Anonymus. *International Floorball Federation*. Retrieved 20.3.2013 from the World Wide Web: <http://www.floorball.org/default.asp?sivu=2&alasivu=25&kieli=826>

Anonymus. *International Floorball Federation*. Retrieved 21.3.2013 from the World Wide Web: <http://www.floorball.org/default.asp?sivu=2&alasivu=205&kieli=826>

Anonymus. *International Floorball Federation*. Retrieved 21.3.2013 from the World Wide Web: <http://www.floorball.org/default.asp?sivu=2&kieli=826>

Anonymus. *Jednadvacitka.cz*. Retrieved 21.3.2013 from the World Wide Web: <http://www.jednadvacitka.cz/jak-vybrat-florbalovou-hul-/>

Anonymus. *Online Etymology Dictionary*. Retrieved 21.3.2013 from the World Wide Web: <http://www.etymonline.com/index.php?search=sport&searchmode=none>

Anonymus. *Pravidla florbalu*. Retrieved 21.3.2013 from the World Wide Web: <http://cfbu.cz/redakcnisystem/index.php?static=predpisy/pravidla>

Anonymus. *Předpisy*. Retrieved 22.3.2013 from the World Wide Web: http://www.cfbu.cz/redakcni_system/index.php?static=predpisy/pravidla

Anonymus. *Seznam zakázaných látek*. Retrieved 22.3.2013 from the World Wide Web: http://www.antidoping.cz/documents/svetovy_antidopingovy_kodex_2013_zakazane_latky_a_metody.pdf

Anonymus. *Sport.cz*. Retrieved 22.3.2013 from the World Wide Web: <http://www.sport.cz/ostatni/ms-florbal/clanek/179559-video-technicky-pokrok-ve-florbalu-micky-uz-letaji-pres-200-km-h.html>

Anonymus. *Sportvital*. Retrieved 22.3.2013 from the World Wide Web: <http://www.sportvital.cz/sport/vyziva-ve-sportu/alkohol/uvodni-slovo/>

Anonymus. *Statistik historik*. Retrieved 22.3.2013 from the World Wide Web: <http://www.innebandy.se/sv/StatistikHistorik/Datum-i-innebandyhistorien/>

Anonymus. *Swiss unihockey*. Retrieved 23.3.2013 from the World Wide Web:
http://www.swissunihockey.ch/spielbetrieb/skorer/?season=2012&leaguecode=111&target-page=%2Fspielbetrieb%2Fherren_nla%2F

Anonymus. Thesaurus.com. Retrieved 23.3.2013 from the World Wide Web:
<http://thesaurus.com/browse/sport>

Anonymus. *Wikipedia*. Retrieved 23.3.2013 from the World Wide Web:
http://en.wikipedia.org/wiki/File:Innebandy_boll.jpg

Anonymus. *Wikipedia*. Retrieved 23.3.2013 from the World Wide Web:
http://en.wikipedia.org/wiki/File:Floorball_rink1.svg

Anonymus. *Wikipedia*. Retrieved 23.3.2013 from the World Wide Web:
http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Drug_Chart_version_1.0.png

Anonymus. *Wikipedia*. Retrieved 23.3.2013 from the World Wide Web:
http://cs.wikipedia.org/wiki/Soubor:Alcohol_belt.PNG

Anonymus. *World first football club*. Retrieved 24.3.2013 from the World Wide Web:
<http://www.sheffielddfc.com/history>

Anonymus. *Výchova ke zdraví*. Retrieved 24.3.2013 from the World Wide Web:
<http://www.vychovakezdravi.cz/clanky/zavislosti.html>

Buchar, E., Doubrava, J., & Lipthay, M. (1973). *Organická chemie pro pedagogické fakulty*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.

Bútora, M. (1989). *Mne sa to nemôže stať*. Martin: Osveta.

Eriksson, A. (2010). The International Floorball Federation. *Rules and Interpretation*, 49-50. Retrieved 23.3.2013 from the World Wide Web:
<http://windows3.salibandy.net/Liitetiedostot/Rules%20of%20the%20Game%20Edition%202010.pdf>

- Hartl, P., & Hartlová, H. (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Portál.
- Heller, J., & Pacinovská, O. (1996). *Závislost známá neznámá*. Praha: Grada Publishing.
- Hnízdil, J. a spol. (2000). *Doping aneb zákulisí vrcholového sportu*. Praha: Grada Publishing.
- Jančík, P. (2007). Vybrané texty. *Fyziologie zátěže*. Retrived 23.3.2013 from the World Wide Web:<http://is.muni.cz/elportal/estud/fsps/js07/fyzio/texty/ch04s03.html>
- Jandourek, J. (2001). *Sociologický slovník*. Praha: Portál.
- Jenč, F. a kol. (1998). *Alkohol jako lék*. Praha: Volvox Globator.
- Krczmarczyk, R. (2006). *Florbal*. Brno. Computer Press.
- Klimeš, L. (1983). *Slovník cizích slov*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Kolektiv autorů (1982). *Ilustrovaný encyklopedický slovník*. Praha: Academia.
- Kolektiv autorů (2002). *Časopis floorbal*. Praha: Weinerger.
- Kolektiv autorů (2000). *Časopis floorbal*. Praha: Weinerger.
- Kulju, M., & Sundqvist, K. (2002). *Salibandykirja*. Helsinky.
- Kösl, J. (1996). *Kronika Olympijských her*. Praha: Fortuna print.
- Linhart, J. a kol. (1997). *Sociální deviace, sociologie nemoci a medicíny*. Praha: Slon.
- Marádová, E.(2006). *Prevence závislostí*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí.
- Mlčoch, Z. (2010). *Alkoholik.cz. Odbourávání alkoholu z krve*. Retrived 23.3.2013 from the World Wide Web: http://www.alkoholik.cz/zavislost/odbouravani_alkoholu/odbouravani_alkoholu_z_krve_pivo_vino_destilat.html

- Muhlpachr, P. (2008). *Sociopatologie*. Brno: Masarykova univerzita.
- Musil, J. (2005). *Sociální psychologie*. Zlín: Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně.
- Nekola, L. (2000). *Drogy a sport*. Praha: Olympia.
- Nešpor, K. (1999). *Jak překonat problémy s alkoholem*. Praha: Sportpropag.
- Nešpor, K., & Provazníková, H. (1999). *Slovník prevence problémů působených návykovými látkami*. Praha: Státní zdravotní ústav.
- Nešpor, K., Csémy, L., & Pernicová, H. (1999). *Jak zůstat fit a předejít závislostem*. Praha: Portál.
- Nilsson, M. & Tysdal, E. (2008). *Innebandy*. Oslo
- Pokorný, V., Telcová, J., & Tomko, A. (2003). *Prevence sociálně patologických jevů*. Brno: Ústav psychologického poradenství a diagnostiky r. s.
- Presl, J. (1994). *Drogová závislost. Může být ohroženo i vaše dítě?* Praha: Maxdorf.
- Průcha, J., Walterová, E., & Mareš, J. (2009). *Pedagogický slovník*. Praha: Portál.
- Rahn, E., & Mahnkopf, A. (2000). *Psychiatrie, učebnice pro studium a praxi*. Praha: Grada Publishing.
- Roueche, B. (1963). *Alkohol in human culture*. New York: Mc Graw-Hill.
- Řehan, V. (1994). *Závislost na alkoholu a jiných drogách*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Sekot, A. (2008). *Sociologické problémy sportu*. Praha: Grada Publishing.

Skála, J. (1988). *...až na dno? Fakta o alkoholu a jiných návykových látkách*. Praha: Avicenum.

Skružný, Z. a kol. (2005). *Florbal*. Praha: Grada Publishing a.s.

Slepička, P. (2010). *Divácká reflexe sportu*. Praha: Karolinum.

Šedivý, V., & Válková, H. (1988). *Lidé, alkohol, drogy*. Praha: Naše vojsko

Šimša, J. (1950). *Alkohol pro – proti*. Praha: Dr. ED Grégr a syn.

Vágnerová, M. (2002). *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál.

Vágnerová, M. (1999). *Psychopatologie pro pomáhající profese*. Praha: Portál.

Vokurka, M., & Hugo, J. (1998). *Praktický slovník medicíny*. Praha: Maxdorf.

Vykopalová, H. (2005). *Sociálně patologické jevy v současné společnosti*. Olomouc: Univerzita Palackého.

Westermayer, H. (1986). *ABC der Lohnverrechnung*. Linde.

Zábranský, T. (2003). *Drogová epidemiologie*. Olomouc: Univerzita Palackého.

9 PŘÍLOHY

Seznam příloh:

1. Dotazník zjišťující počet sklenic alkoholu v průměrném týdnu
2. Dotazník zjišťující počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu
3. Histogramy četnosti porovnávaných týmů

Příloha 1. Dotazník zjišťující počet sklenic alkoholu v průměrném týdnu

Kolik sklenic alkoholu jste vypili v průběhu minulého týdne?

Standardní sklenice piva (0,5 l) = standardní sklenice vína (2 dcl) = standardní sklenice tvrdého alkoholu (0,5 dcl)

Doporučujeme začít s počítáním sklenic zpětně od včerejšího dne, tedy např. pokud je dnes čtvrtek začněte při vyplňování středou, pak úterý, pondělí....

neděle	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....sklenic
sobota	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....sklenic
pátek	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....sklenic
čtvrtek	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....sklenic
středa	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....sklenic
úterý	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....sklenic
pondělí	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....sklenic

Kolik sklenic alkoholu vypijete obvykle v „průměrném týdnu“?

neděle	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....sklenic
sobota	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....sklenic
pátek	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....sklenic
čtvrtek	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....sklenic
středa	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....sklenic
úterý	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....sklenic
pondělí	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....sklenic

Doplňte prosím první asociaci (myšlenku), která Vás napadne:

Alkohol je

Opilost je.....

Příloha 2. Dotazník zjišťující počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu

Kolik hodin jste „sportovali“ v průběhu minulého týdne?

Doporučujeme začít s počítáním hodin sportovní aktivity zpětně od včerejšího dne, tedy např. pokud je dnes čtvrtek začněte při vyplňování středou, pak úterý, pondělí....

neděle	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....hodin
sobota	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....hodin
pátek	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....hodin
čtvrtek	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....hodin
středa	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....hodin
úterý	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....hodin
pondělí	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....hodin

Kolik hodin „sportujete“ obvykle v „průměrném“ týdnu?

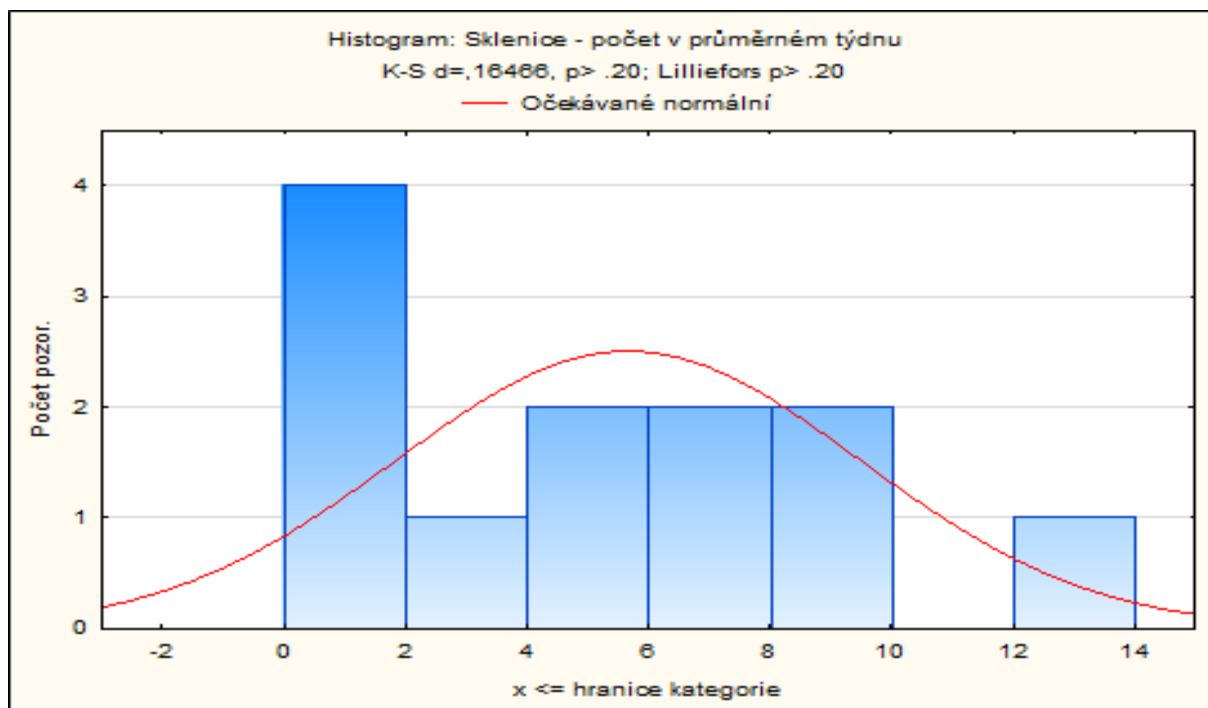
neděle	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....hodin
sobota	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....hodin
pátek	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....hodin
čtvrtek	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....hodin
středa	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....hodin
úterý	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....hodin
pondělí	0 1 2 3 4 5 6 7 8 9 10, více, tak.....hodin

Jakou(jaké)sportovní aktivity nejčastěji provádíte v zimě.....

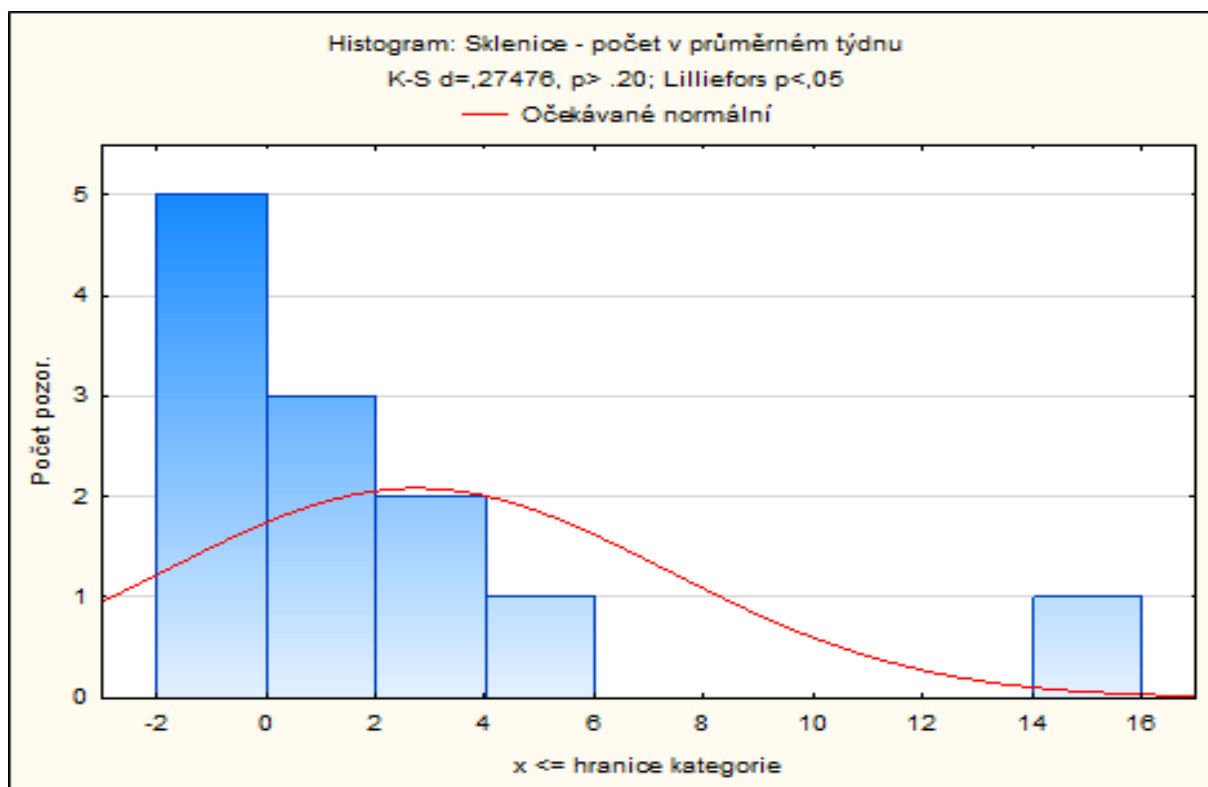
Jakou (jaké) sportovní aktivity nejčastěji provádíte v létě.....

Příloha 3. Histogramy četnosti porovnávaných týmů

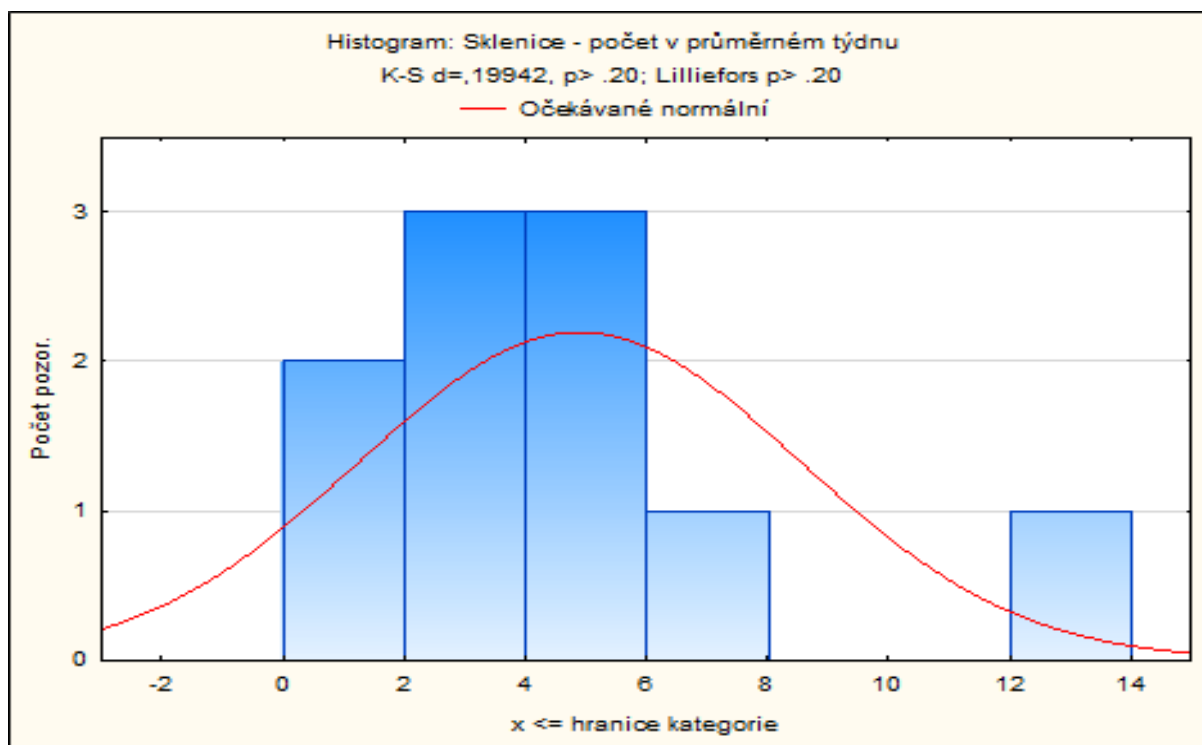
Histogram četnosti Počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu- Elite Praha



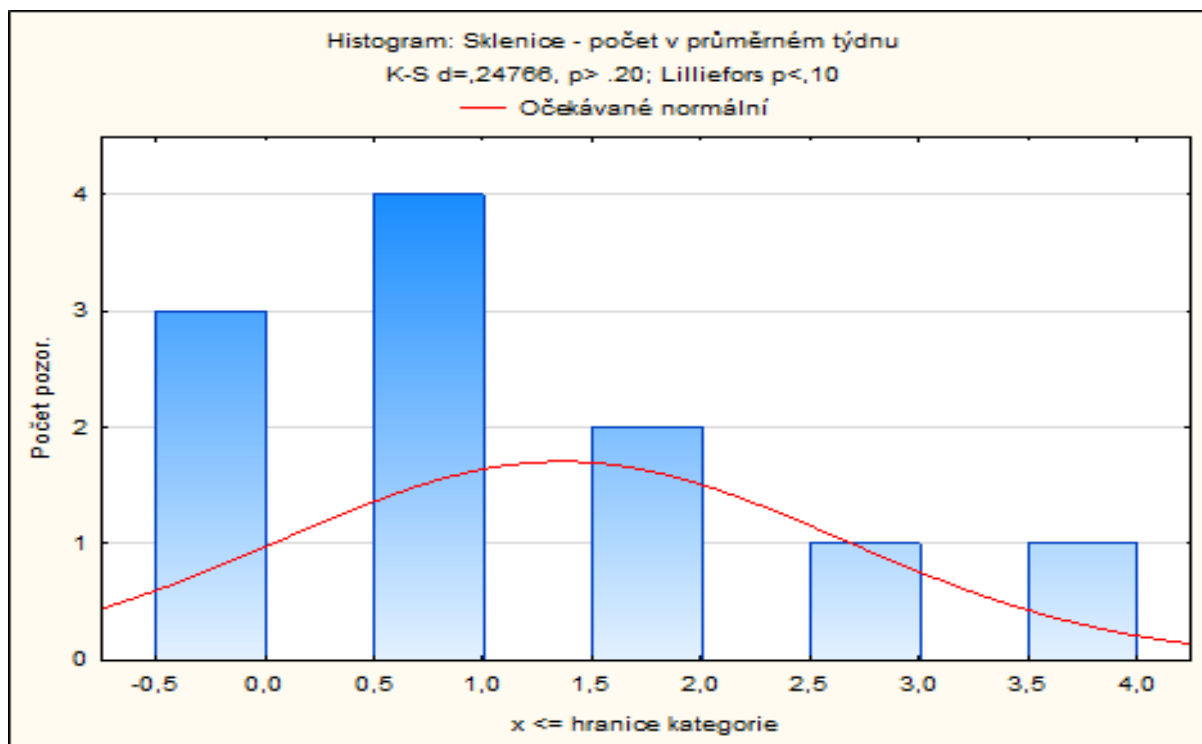
Histogram četnosti: Počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu-Liberec



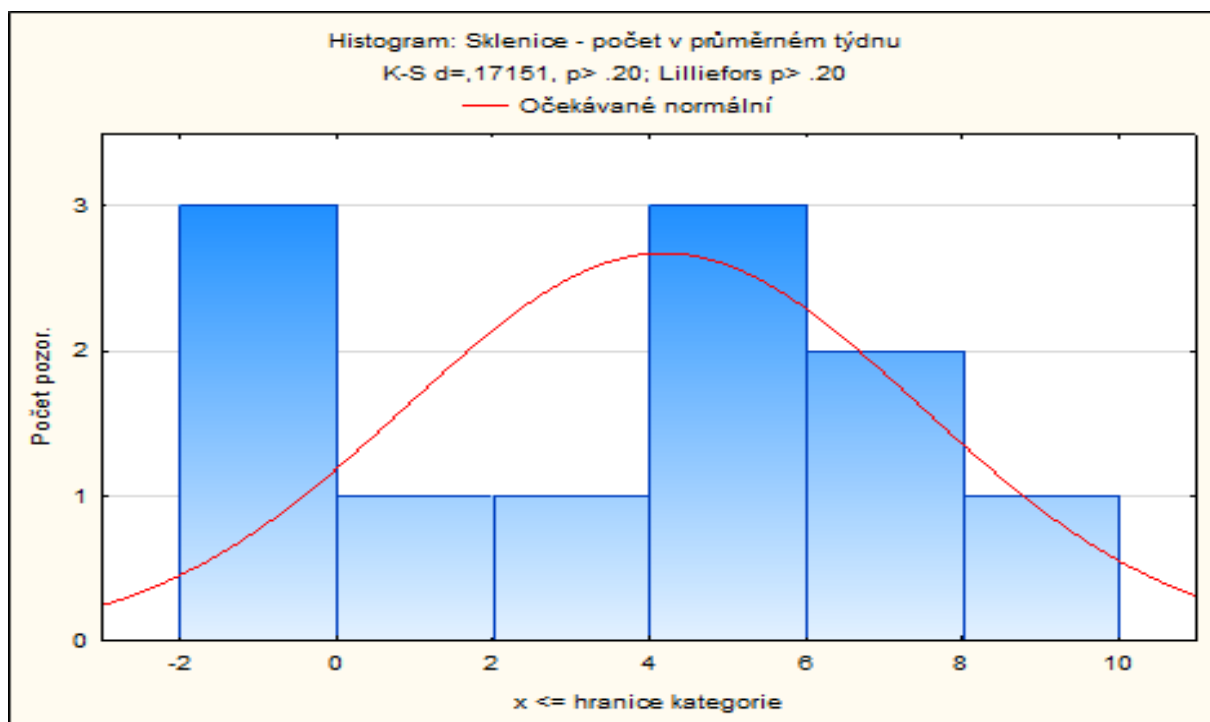
Histogram četnosti: Počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu-Jihlava



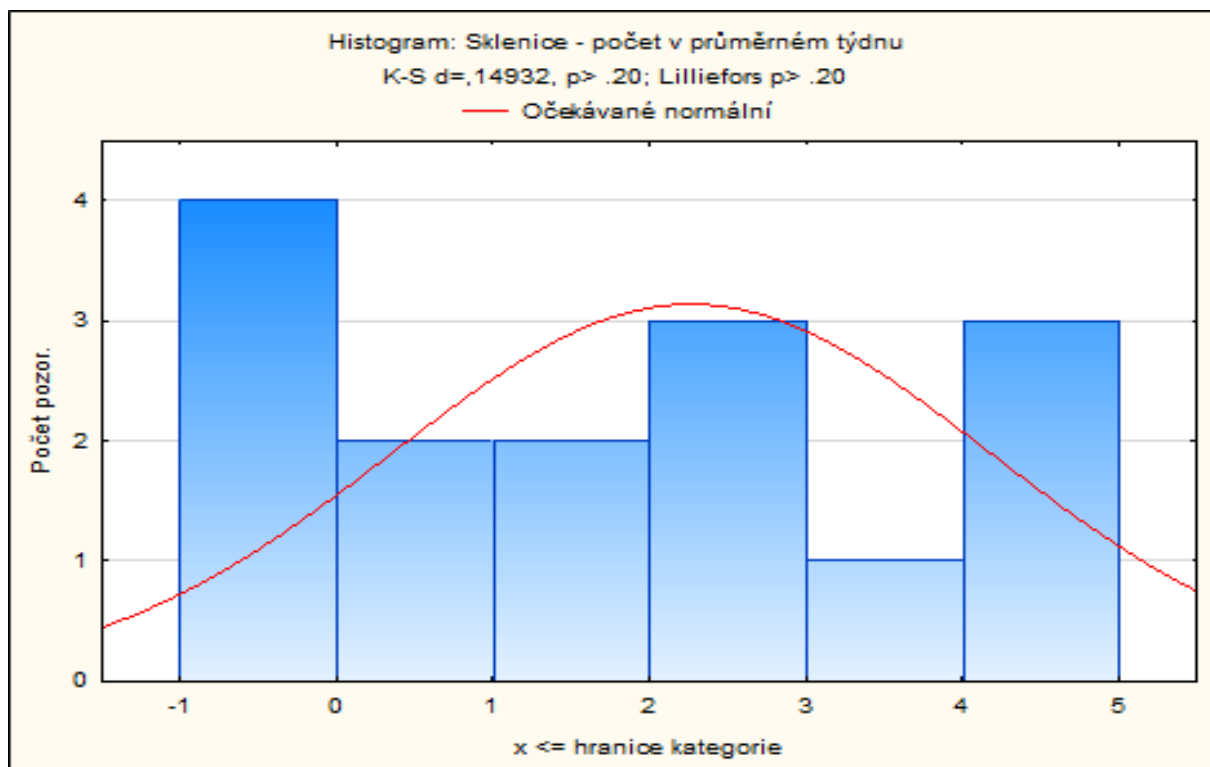
Histogram četnosti: Počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu-Bohemians



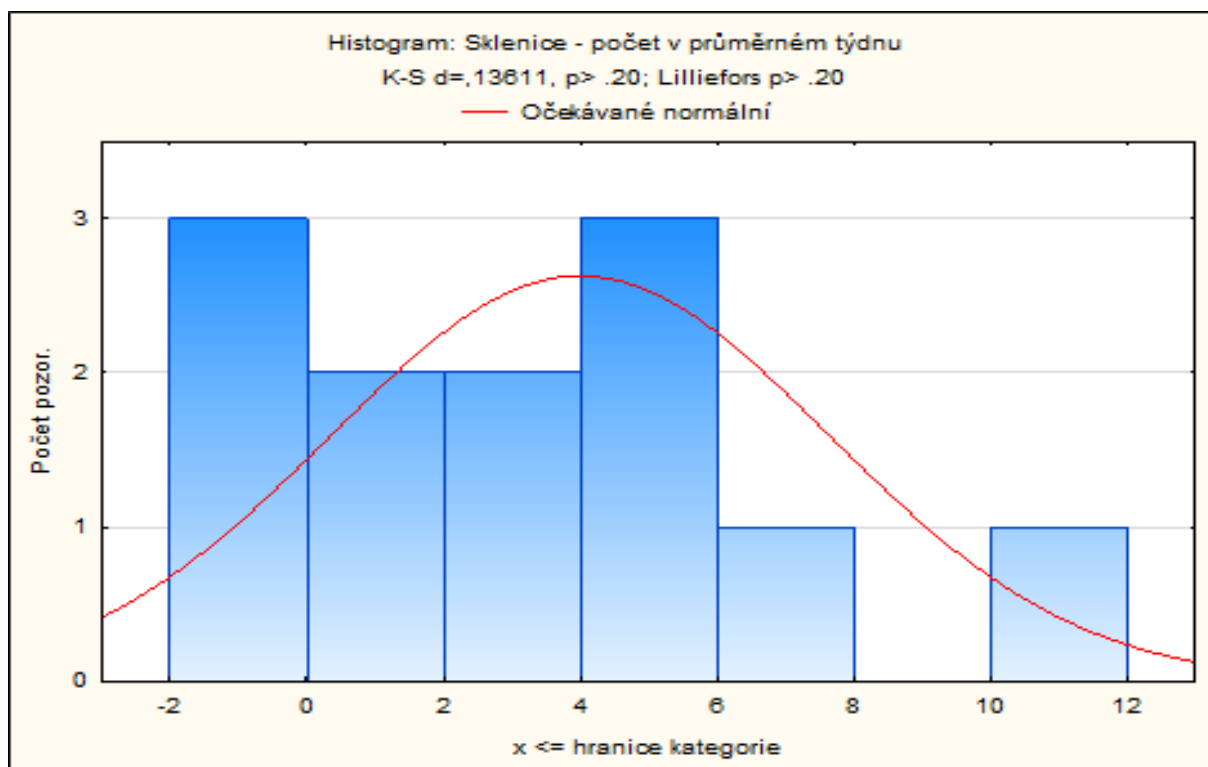
Histogram četnosti: Počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu-Brno



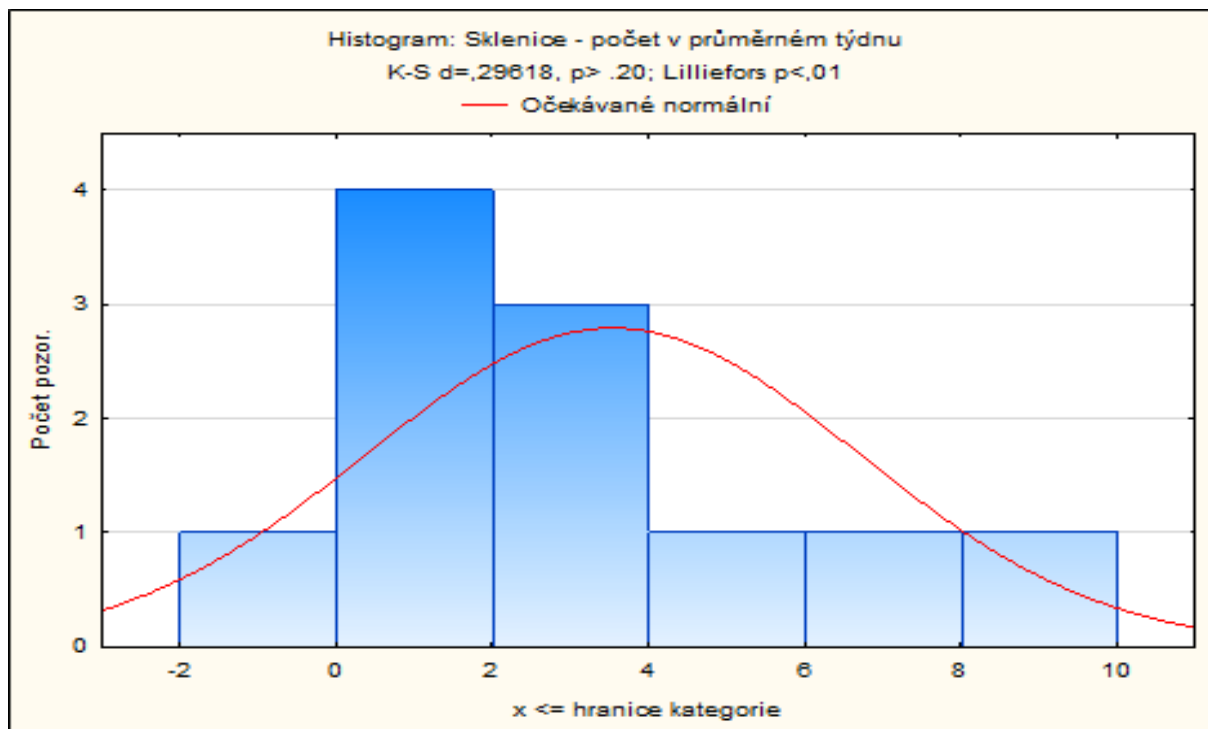
Histogram četnosti: Počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu-Vítkovice



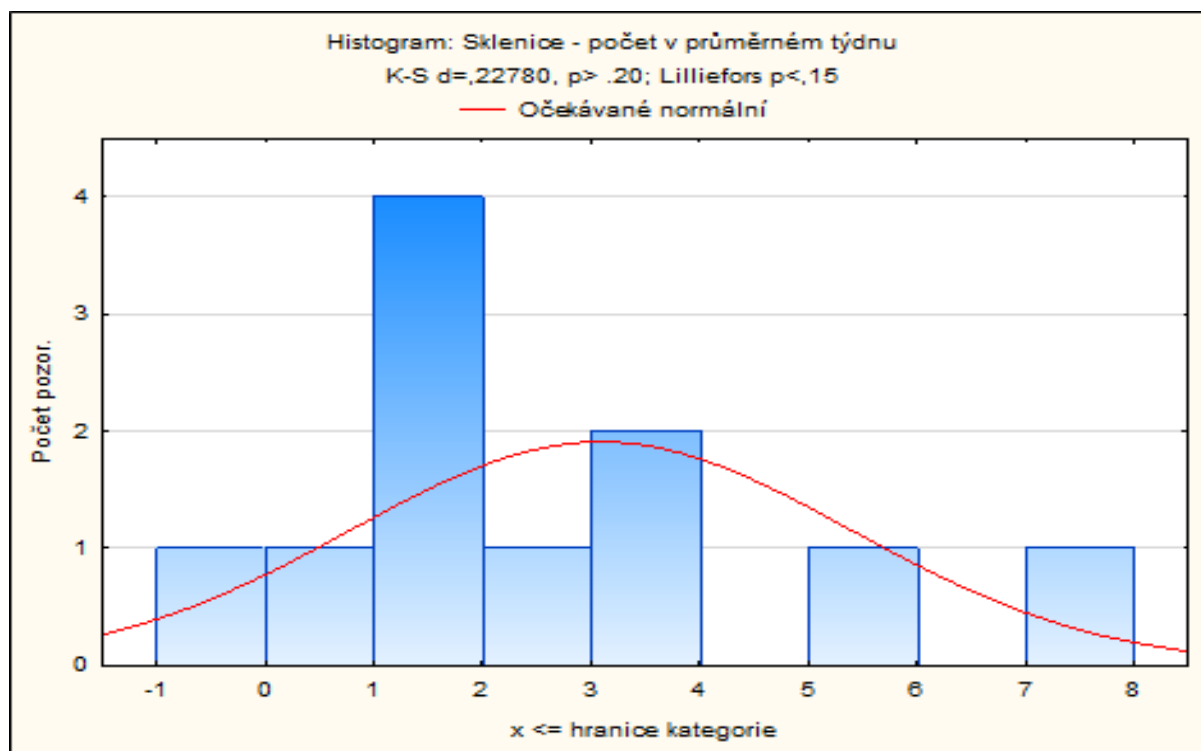
Histogram četnosti: Počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu-Chodov



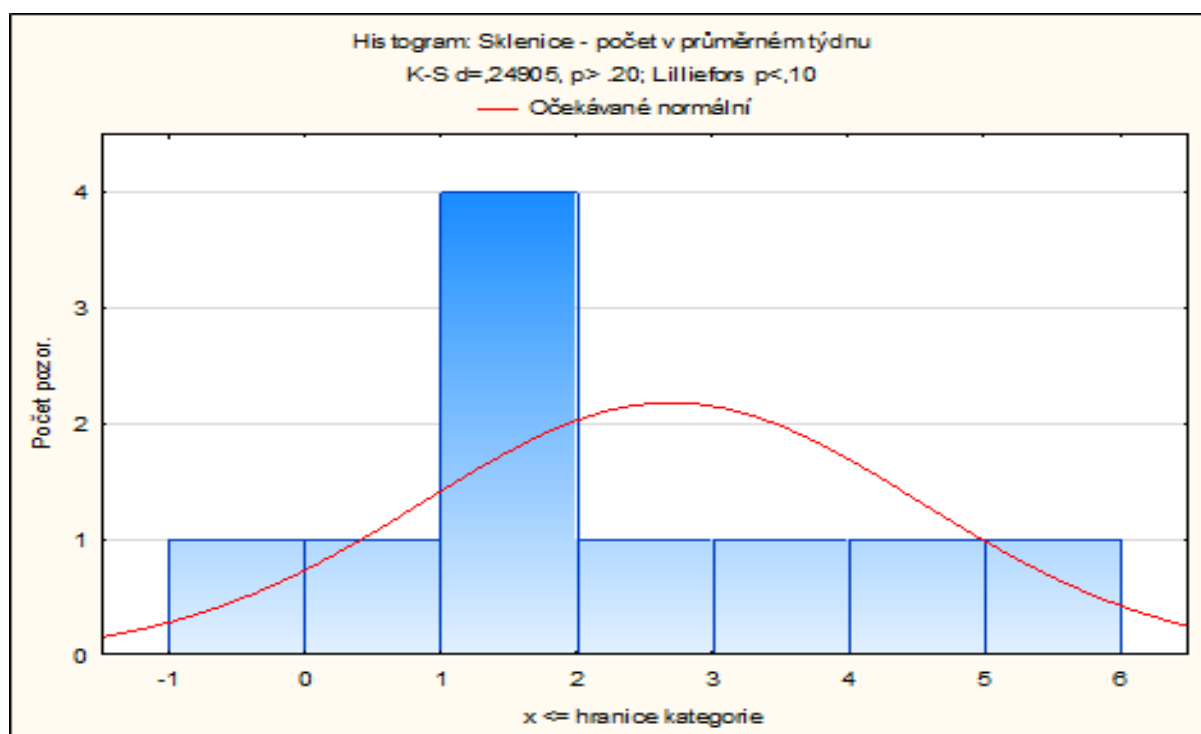
Histogram četnosti: Počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu-Č. Budějovice



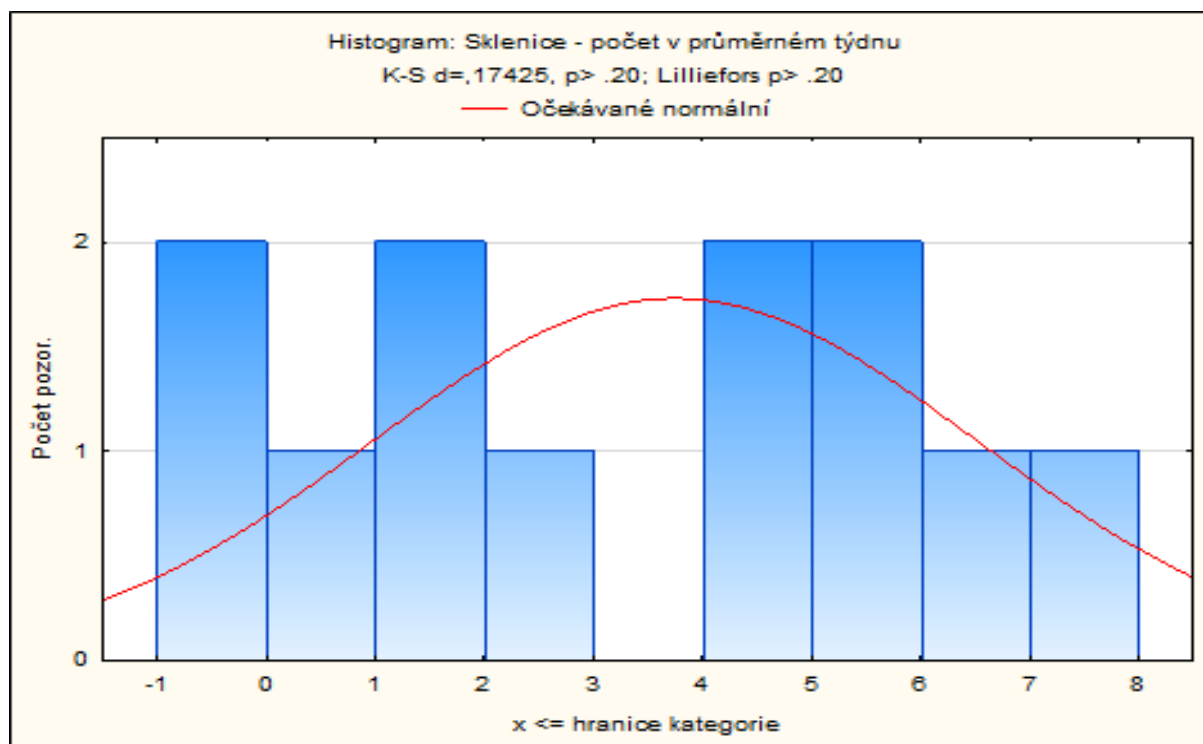
Histogram četnosti: Počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu-Olomouc



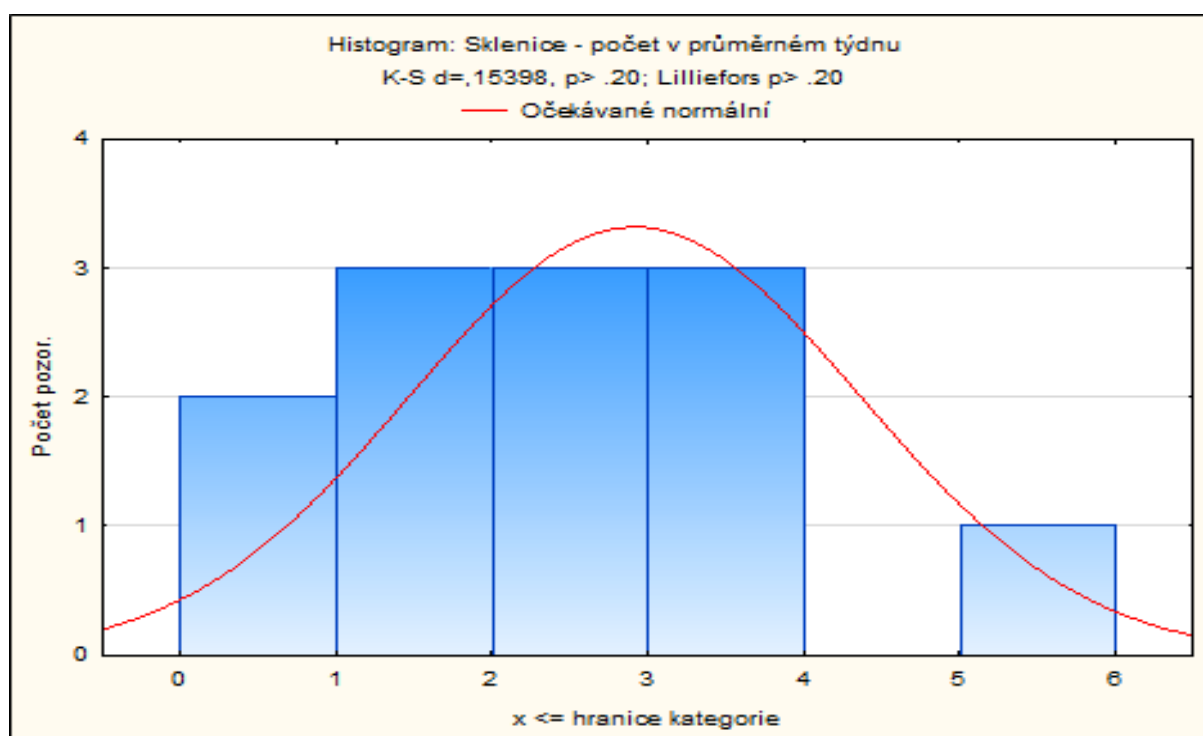
Histogram četnosti: Počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu-Šumperk



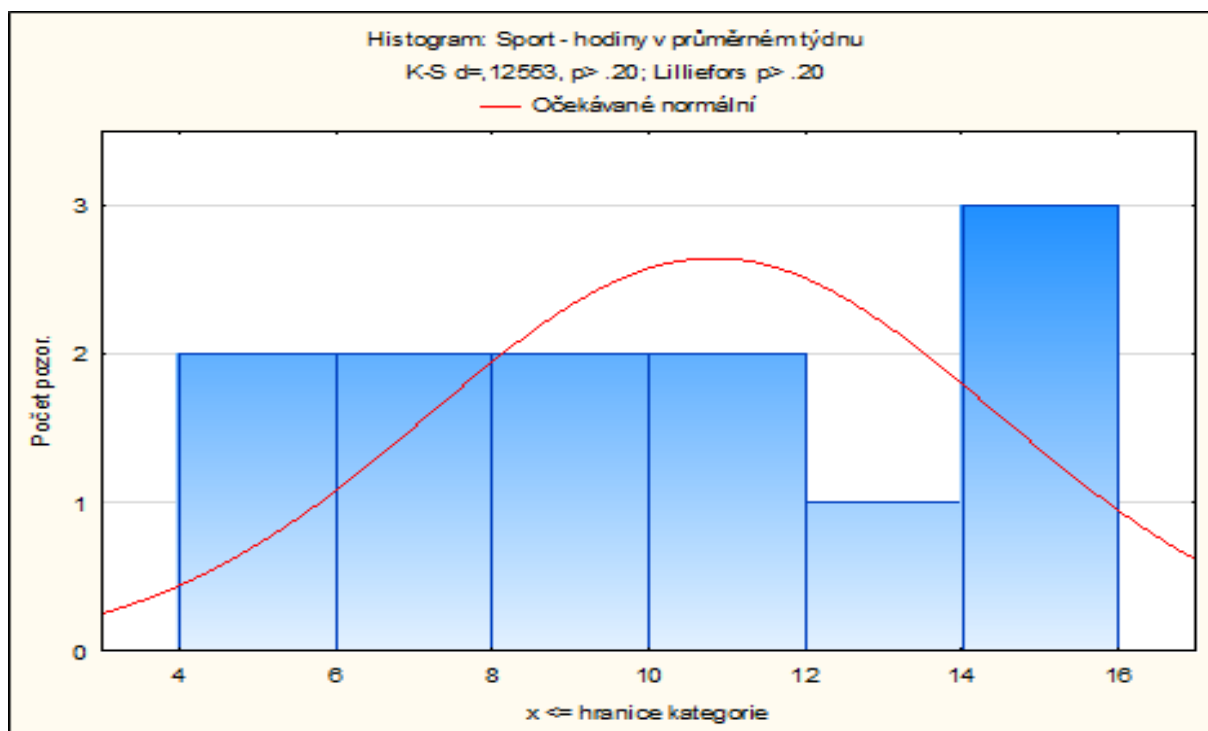
Histogram četnosti: Počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu-Děkanka Praha



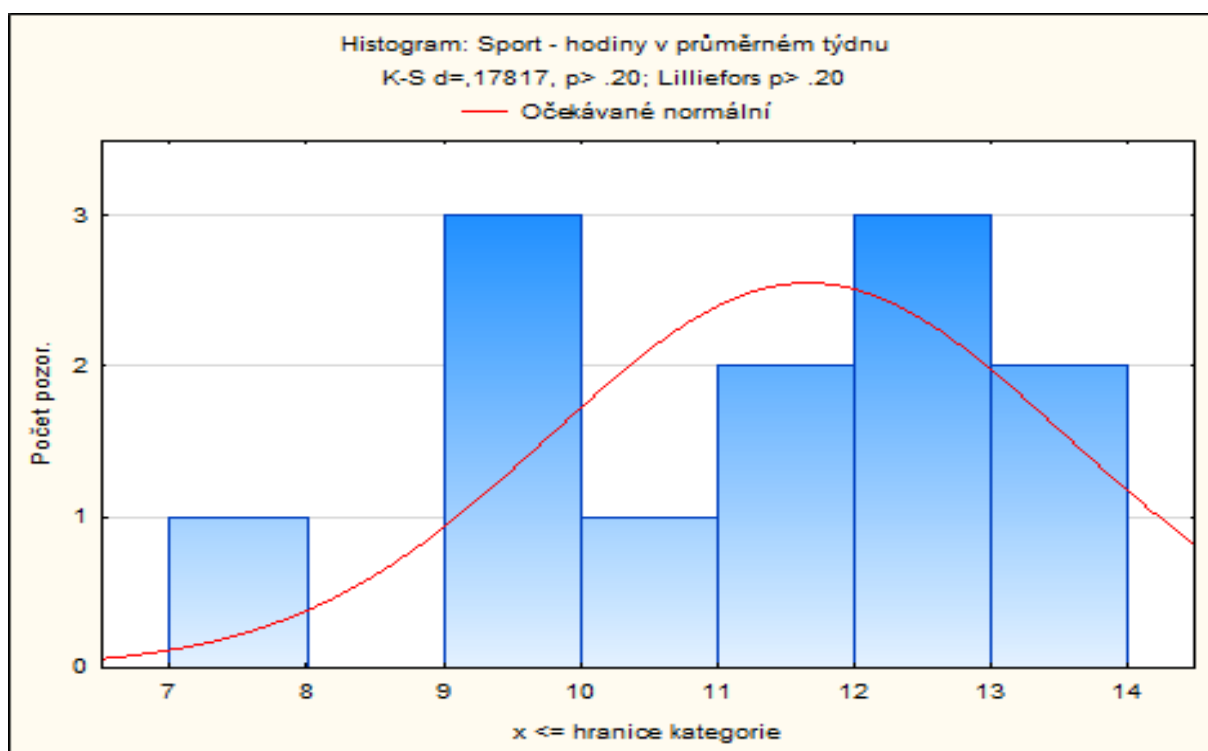
Histogram četnosti: Počet konzumovaných sklenic alkoholu v průměrném týdnu-Herbadent



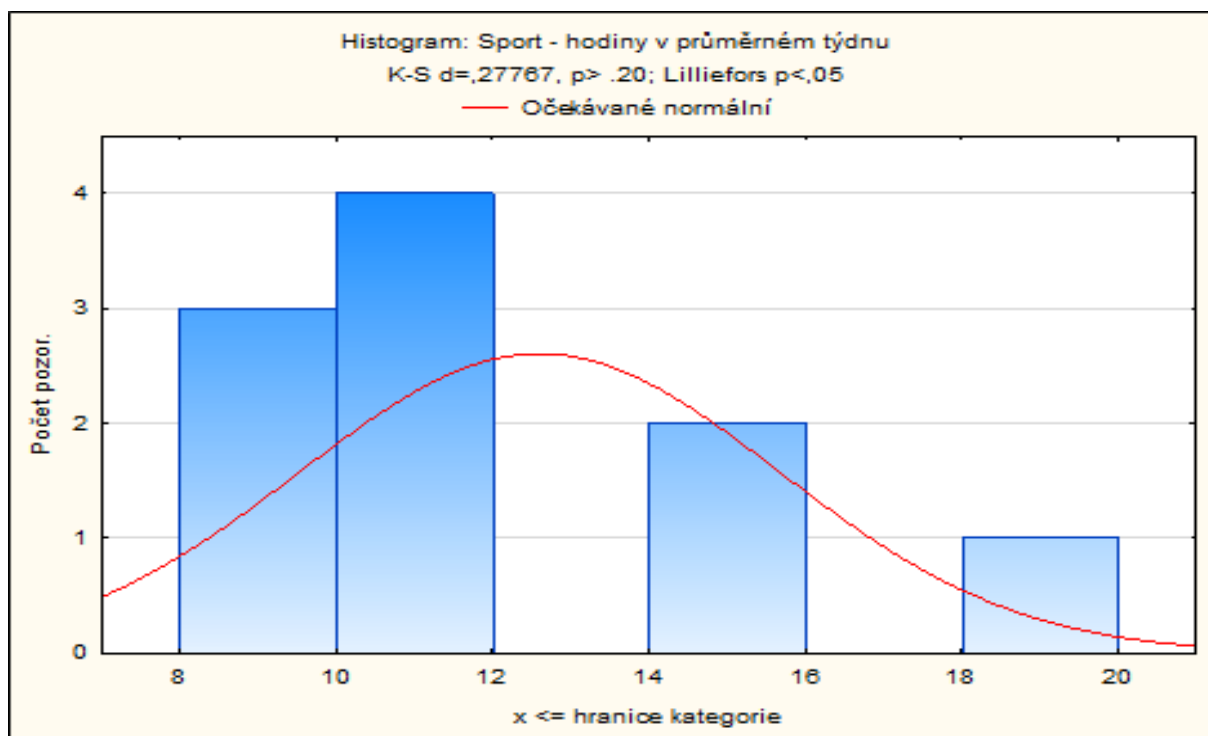
Histogram četnosti: Počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu-Elite Praha



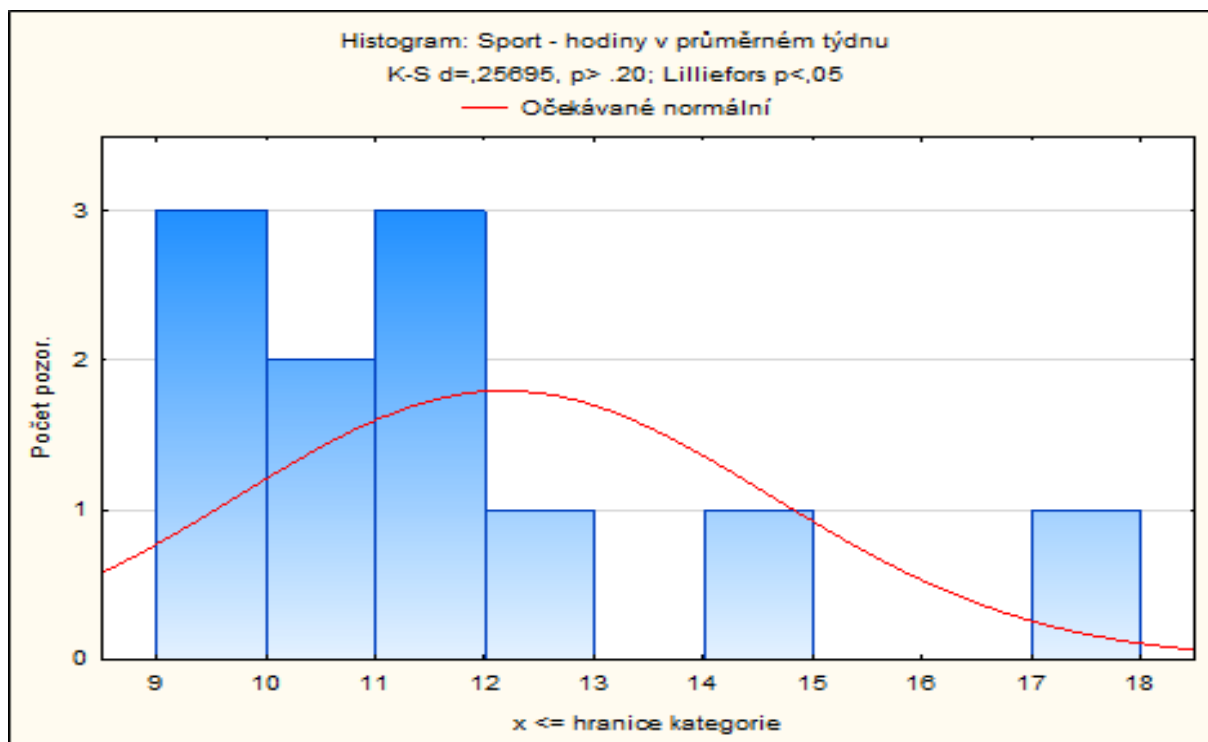
Histogram četnosti: Počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu-Liberec



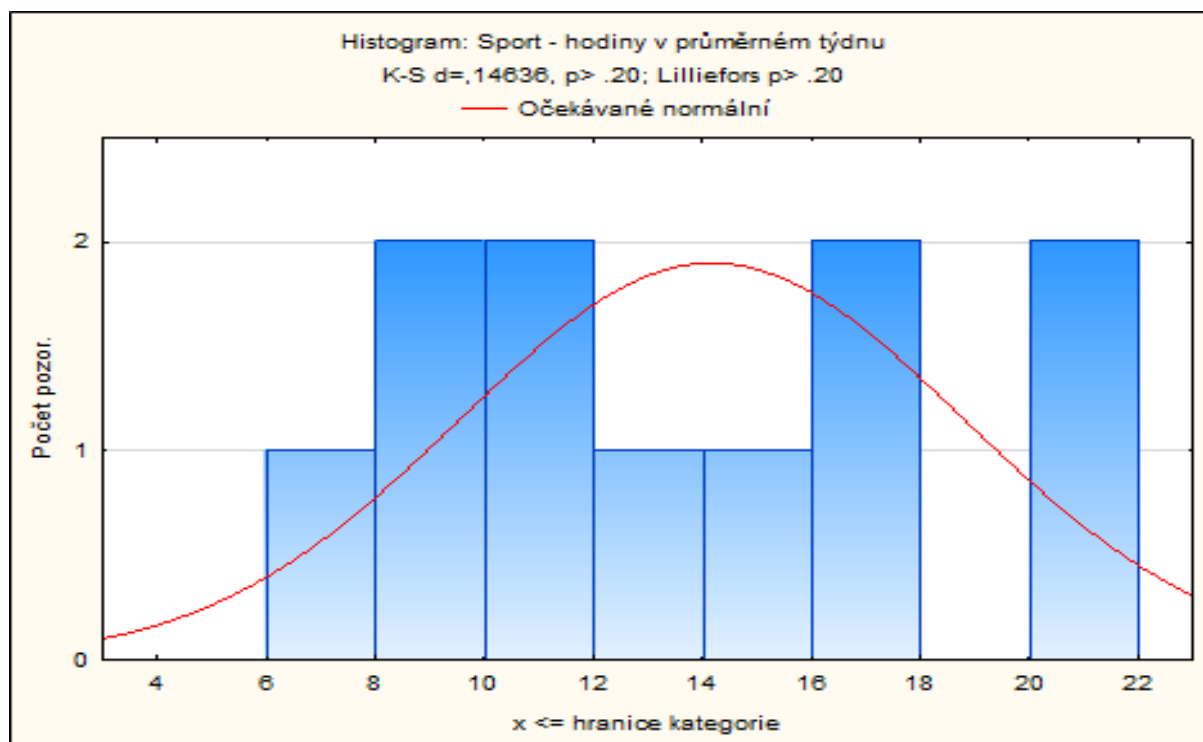
Histogram četnosti: Počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu-Jihlava



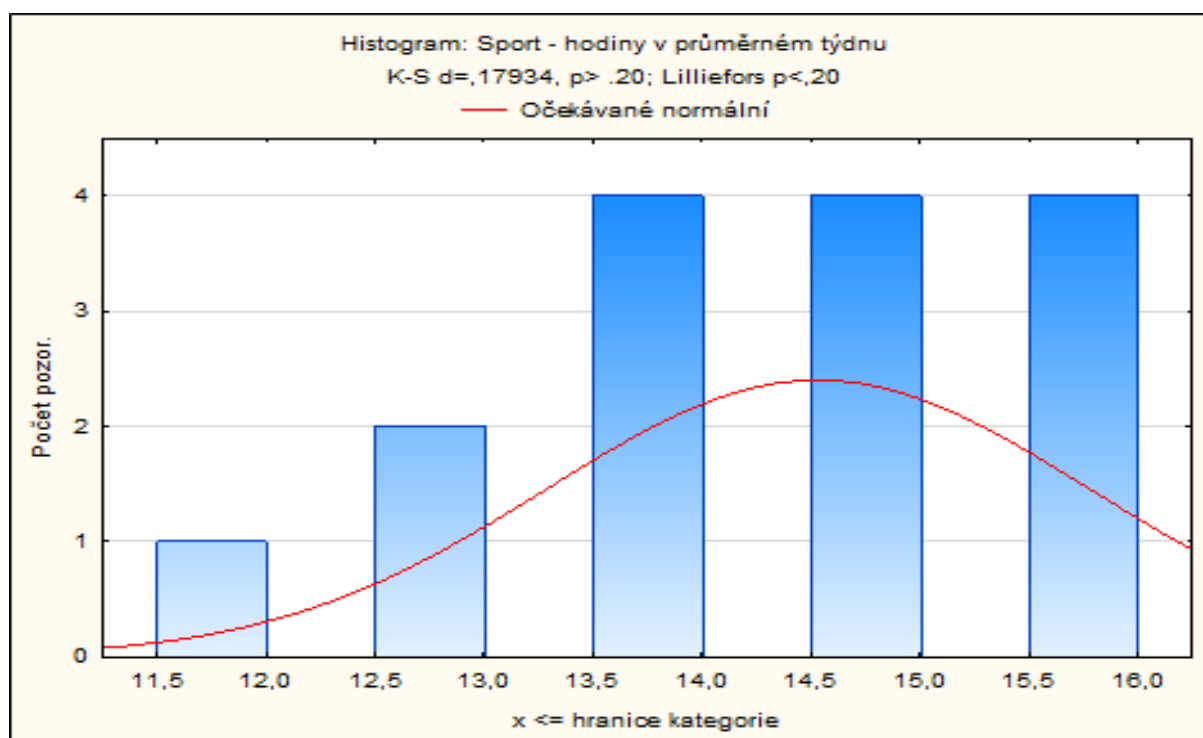
Histogram četnosti: Počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu-Bohemians



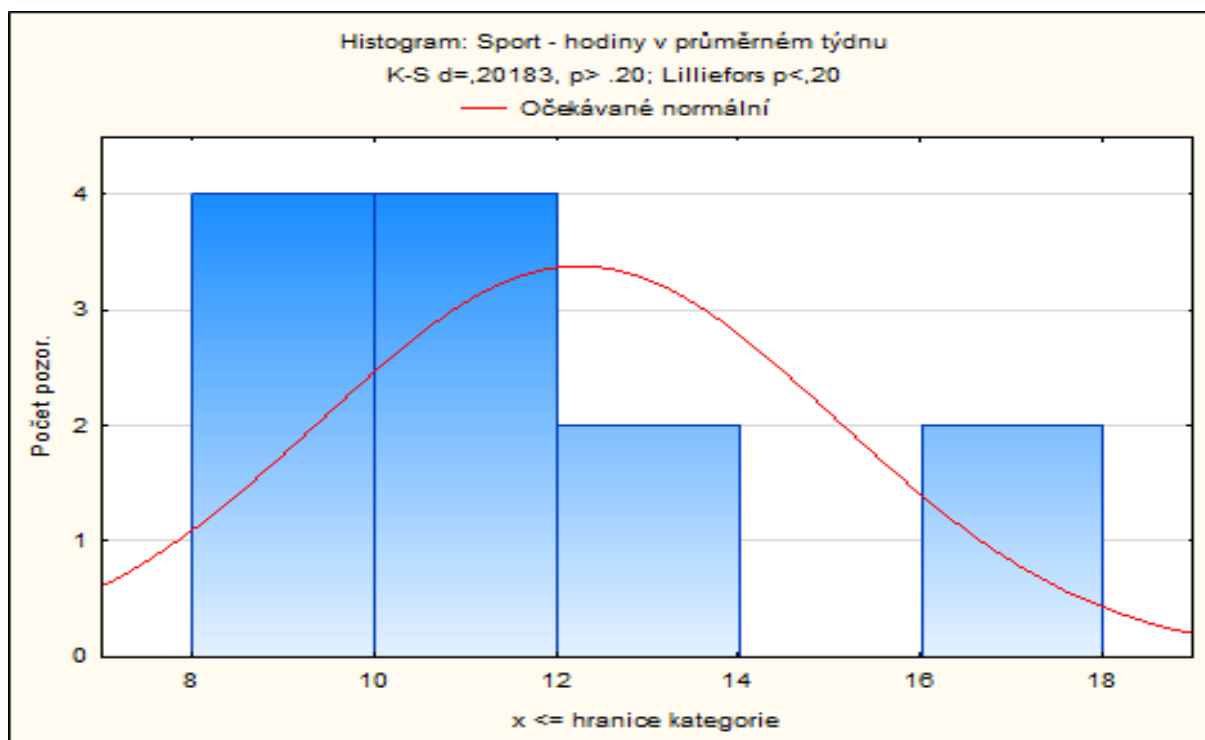
Histogram četnosti: Počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu-Brno



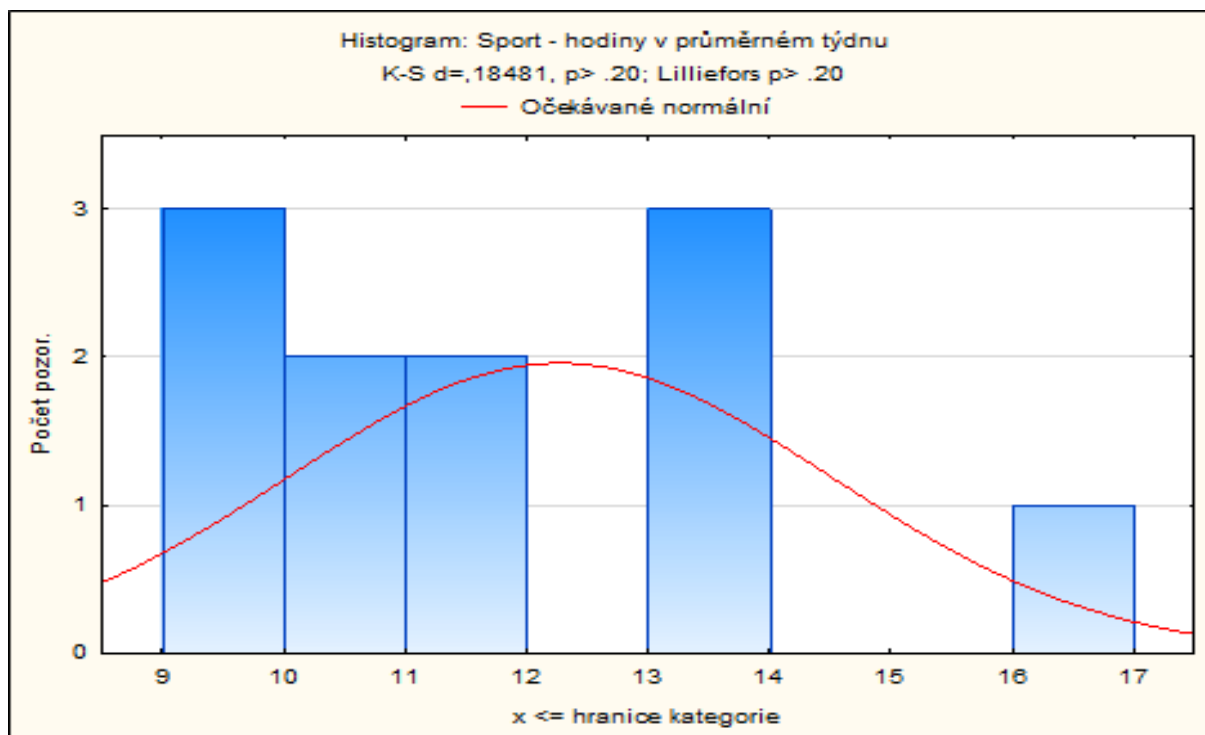
Histogram četnosti: Počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu-Vítkovice



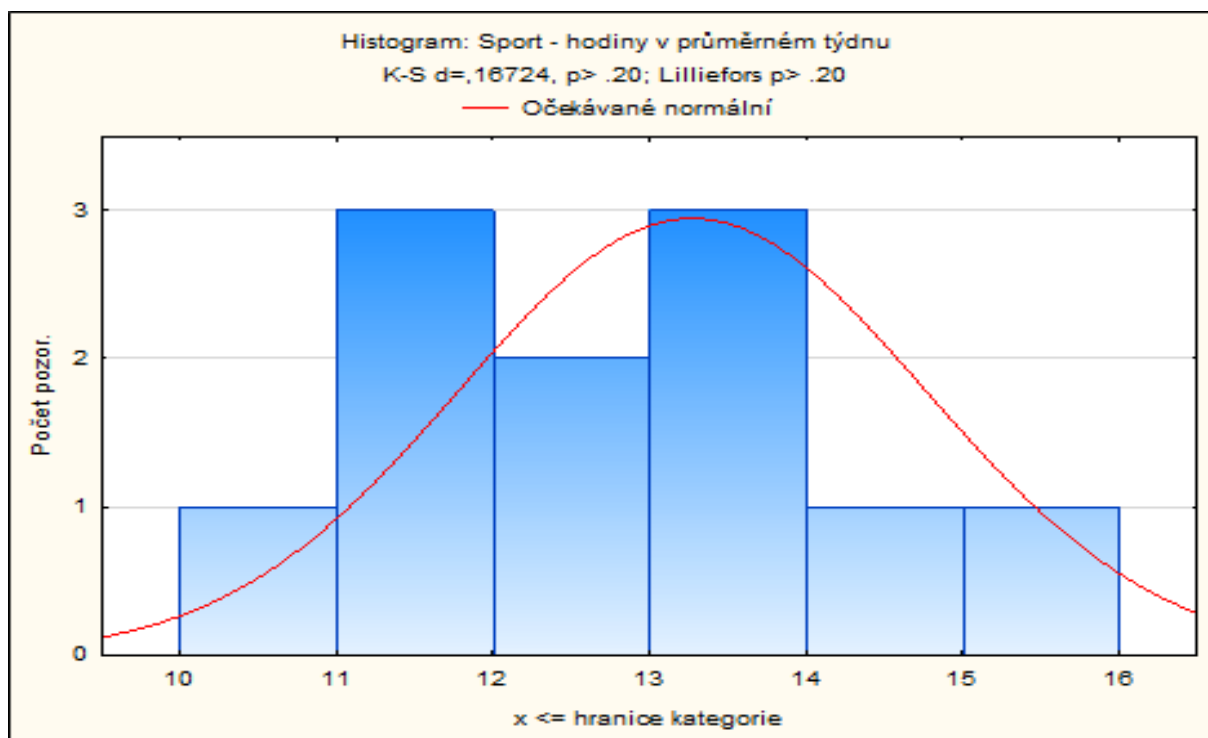
Histogram četnosti: Počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu-Chodov



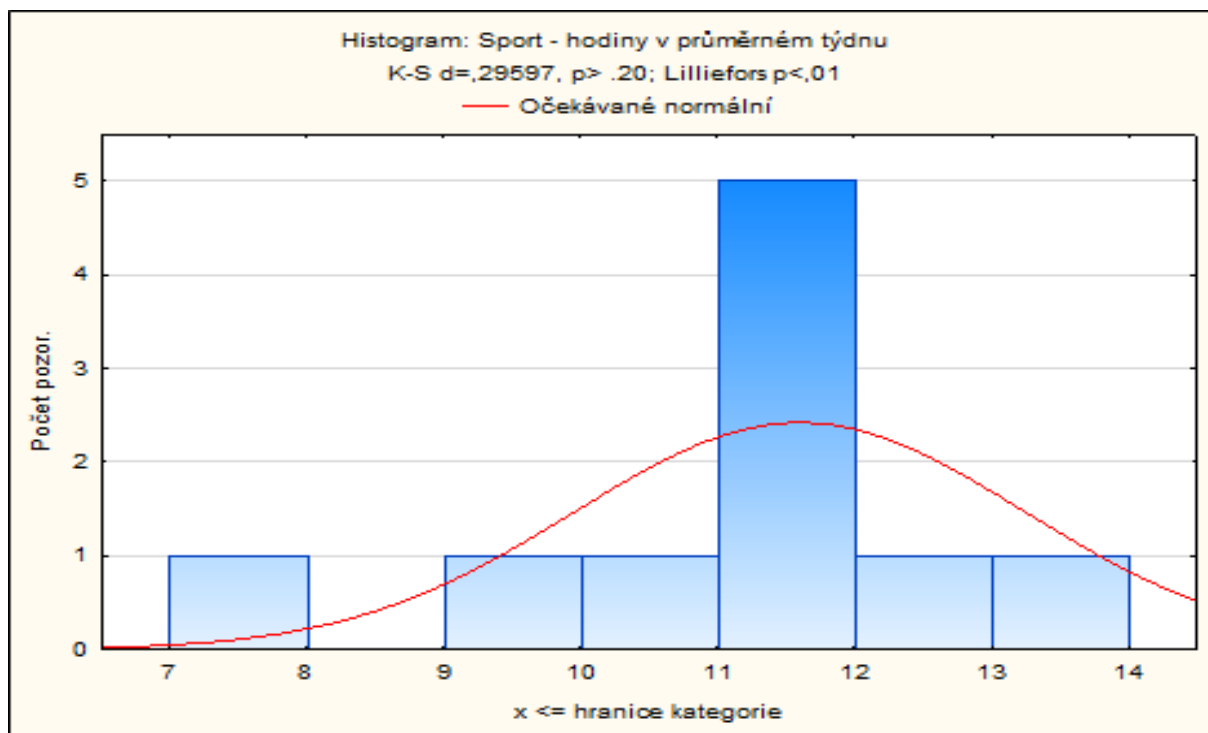
Histogram četnosti: Počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu-Č. Budějovice



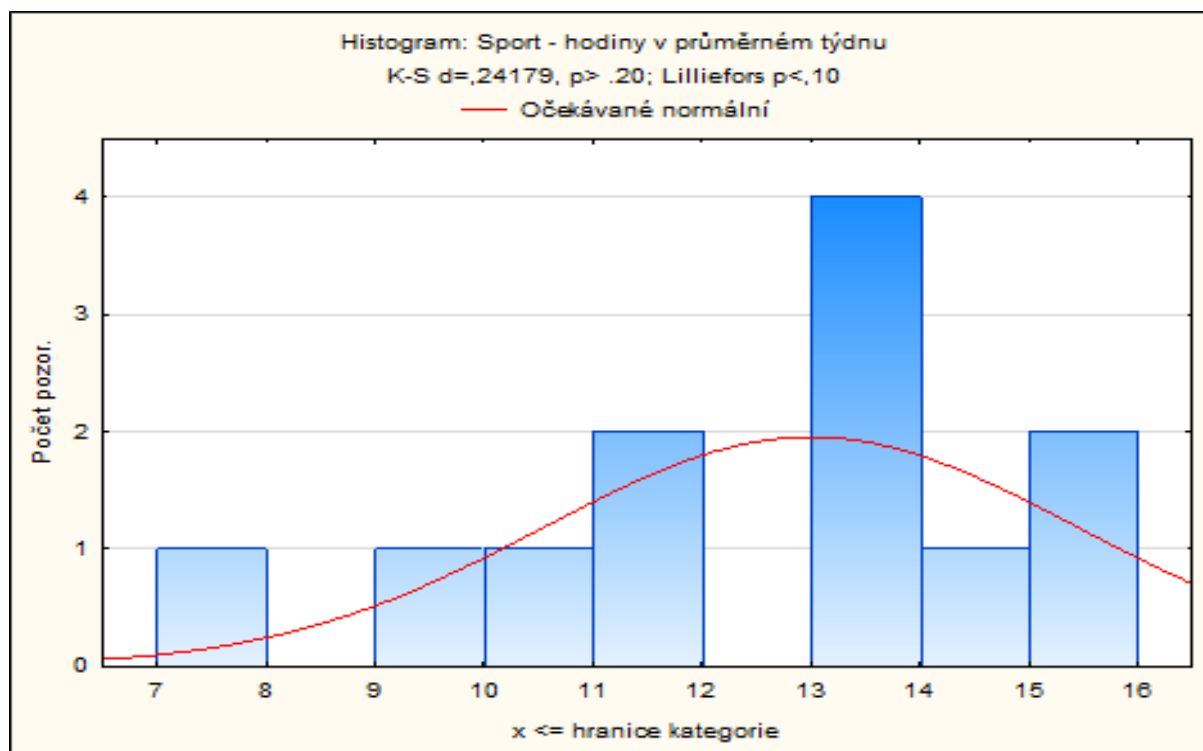
Histogram četnosti: Počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu-Olomouc



Histogram četnosti: Počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu-Šumperk



Histogram četnosti: Počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu-Děkanka Praha



Histogram četnosti: Počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu-Herbadent

