

**MASARYKOVA  
UNIVERZITA**

FAKULTA SPORTOVNÍCH STUDIÍ

# **Sexuální chování u hráčů florbalu a jeho vliv na sportovní výkon**

Bakalářská práce

**BARBORA SEDLÁČKOVÁ**

Vedoucí práce: PhDr. Petr Vajda, Ph.D.

Katedra gymnastiky a úpolů  
Program Tělesná výchova a sport

Brno 2022



**MUNI**  
**SPORT**

## Bibliografický záznam

<b>Autor:</b>	BARBORA SEDLÁČKOVÁ Fakulta sportovních studií Masarykova univerzita <b>Katedra gymnastiky a úpolů</b>
<b>Název práce:</b>	Sexuální chování u hráčů florbalu a jeho vliv na sportovní výkon
<b>Studijní program:</b>	Tělesná výchova a sport
<b>Vedoucí práce:</b>	PhDr. Petr Vajda, Ph.D.
<b>Rok:</b>	2022
<b>Počet stran:</b>	57
<b>Klíčová slova:</b>	florbal, sexuální aktivita sexuální chování, sexuální orientace, sociosexuální orientace, sportovní výkon



## Bibliographic record

**Author:** BARBORA SEDLÁČKOVÁ  
Faculty of Sports Studies  
Masaryk University  
Department of Gymnastics and Combatives

**Title of Thesis:** Sexual Behaviour in Floorball Players and Its  
Effect on Sports Performance

**Degree Programme:** Physical Education and Sport

**Supervisor:** PhDr. Petr Vajda, Ph.D.

**Year:** 2022

**Number of Pages:** 57

**Keywords:** floorball, sexual activity, sexual behaviour,  
sexual orientation, sociosexual orientation,  
sport performance

## **Anotace**

Sportovní výkon je často ovlivňován různými podněty a aspekty, mezi které může patřit i sexuální aktivita. Hlavním cílem této práce je zjistit vliv sexuální aktivity nebo naopak abstinence na sportovní výkon u vrcholových florbalistů. Práce se skládá ze dvou částí, teoretické a výzkumné. Teoretická část se zabývá florbalem, sexuálním chováním a jeho možnými dopady na sportovní výkon. Díky dotazníkovému šetření je zkoumán subjektivní dopad sexuálního chování na sportovní výkon jednotlivých hráčů a jejich míra sociosexuality.

## **Abstract**

Sports performance is often influenced by various stimuli and aspects, which may include sexual activity. The main goal of this work is to determine the effect of sexual activity or abstinence on sports performance in top floorball players. The work consists of two parts, theoretical and research. The theoretical part deals with floorball, sexual behaviour and its possible effects on sports performance. Thanks to a questionnaire survey, the subjective impact of sexual behaviour on the sports performance of individual players and their degree of sociosexuality is examined.



## Čestné prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma **Sexuální chování u hráčů florbalu a jeho vliv na sportovní výkon** zpracovala sama. Veškeré prameny a zdroje informací, které jsem použila k sepsání této práce, byly citovány v textu a jsou uvedeny v seznamu použitých pramenů a literatury.

V Brně 27. dubna 2022

.....  
BARBORA SEDLÁČKOVÁ



## **Poděkování**

Ráda bych poděkovala panu PhDr. Petru Vajdovi, Ph.D., za věcné rady a pomoc při zpracování mé práce a paní Mgr. Haně Uhrové za korekturu a skvělý přístup v počátcích mého studia.





## Obsah

<b>Seznam grafů</b>	<b>13</b>
<b>Seznam obrázků a tabulek</b>	<b>16</b>
<b>Seznam pojmů a zkratk</b>	<b>17</b>
<b>1 Úvod</b>	<b>19</b>
<b>2 Syntéza poznatků</b>	<b>20</b>
2.1 Florbal .....	20
2.2 Sexuální chování .....	31
<b>3 Cíle výzkumu a výzkumné otázky</b>	<b>37</b>
3.1 Cíl práce .....	37
3.2 Výzkumné otázky .....	37
<b>4 Metodika</b>	<b>38</b>
4.1 Výzkumná metoda .....	38
4.2 Výzkumný soubor .....	38
<b>5 Výsledky</b>	<b>40</b>
5.1 Popis respondentů .....	40
5.2 Subjektivní vnímání sexuální aktivity na sportovní výkon ....	45
5.3 Sociosexuální orientace, SOI-R dotazník .....	65
<b>6 Diskuze</b>	<b>67</b>
6.1 Subjektivní pociťování změn na sportovní výkon .....	67
6.2 Sociosexuální orientace .....	68
6.3 Limity výzkumu .....	71
<b>7 Závěry</b>	<b>73</b>
<b>Použité zdroje</b>	<b>75</b>
<b>Příloha A – Ukázka použitého dotazníku</b>	<b>81</b>



## Seznam grafů

Graf 1: Soutěžní úroveň výzkumného souboru – ŽENY .....	40
Graf 2: Soutěžní úroveň výzkumného souboru – MUŽI .....	41
Graf 3: Věkové rozložení výzkumného souboru - ŽENY .....	42
Graf 4: Věkové rozložení výzkumného souboru – MUŽI .....	42
Graf 5: Doba hráčské kariéry v letech - ŽENY .....	43
Graf 6: Doba hráčské kariéry v letech – MUŽI .....	44
Graf 7: Sexuální orientace – ŽENY .....	45
Graf 8: Změny v sexuální aktivitě spojené se sportovním zatížením nebo soutěžemi - ŽENY .....	47
Graf 9: Změny v sexuální aktivitě spojené se sportovním zatížením nebo soutěžemi – MUŽI .....	47
Graf 10: Subjektivní sexuální chování v období před soutěží - ŽENY .....	48
Graf 11: Subjektivní sexuální chování v období před soutěží – MUŽI .....	48
Graf 12: Subjektivní sexuální chování v tréninkovém období se zvýšenou tréninkovou zátěží - ŽENY .....	49
Graf 13: Subjektivní sexuální chování v tréninkovém období se zvýšenou tréninkovou zátěží – MUŽI .....	50
Graf 14: Individuální vnímání změn ve výkonnosti spojené se sexuální aktivitou - ŽENY .....	51
Graf 15: Individuální vnímání změn ve výkonnosti spojené se sexuální aktivitou – MUŽI .....	52
Graf 16: Vnímané změny ve výkonnosti spojené se sexuální aktivitou - ŽENY .....	52

## SEZNAM GRAFŮ

---

Graf 17: Vnímané změny ve výkonnosti spojené se sexuální aktivitou – MUŽI .....	53
Graf 18: Individuální vnímání změn v kondiční složce spojené se sexuální aktivitou - ŽENY .....	54
Graf 19: Individuální vnímání změn v kondiční složce spojené se sexuální aktivitou - MUŽI .....	54
Graf 20: Vnímané změny v kondiční složce spojené se sexuální aktivitou - ŽENY .....	55
Graf 21: Vnímané změny v kondiční složce spojené se sexuální aktivitou – MUŽI .....	55
Graf 22: Individuální vnímání změn v psychické složce spojené se sexuální aktivitou - ŽENY .....	57
Graf 23: Individuální vnímání změn v psychické složce spojené se sexuální aktivitou – MUŽI .....	57
Graf 24: Vnímané změny v psychické složce spojené se sexuální aktivitou - ŽENY .....	58
Graf 25: Vnímané změny v psychické složce spojené se sexuální aktivitou - MUŽI .....	58
Graf 26: Dopad sexuální aktivity před sportovním výkonem - ŽENY .....	59
Graf 27: Dopad sexuální aktivity před sportovním výkonem – MUŽI .....	60
Graf 28: Vnímané změny spojené se sexuální aktivitou vzhledem k motivaci k výkonu – ŽENY.....	61
Graf 29: Vnímané změny spojené se sexuální aktivitou vzhledem k motivaci k výkonu - MUŽI .....	61
Graf 30: Změny v úrovni předstartovního stresu spojené se sexuální abstinencí - ŽENY .....	63

Graf 31: Změny v úrovni předstartovního stresu spojené se sexuální abstinencí - MUŽI.....	63
Graf 32: Subjektivní pocíťování výčitek vzhledem k sexuální aktivitě před zápasem nebo soutěží - ŽENY .....	64
Graf 33: Subjektivní pocíťování výčitek vzhledem k sexuální aktivitě před zápasem nebo soutěží – MUŽI .....	64

## Seznam obrázků a tabulek

Obrázek 1: Struktura mužských domácích celorepublikových soutěží (Růžička, 2019) .....	25
Obrázek 2: Faktory sportovního výkonu (Bernaciková a kol., 2010)	30
Obrázek 3: Revidovaný dotazník sociosexuální orientace, SOI-R (Penke a Asendorpf 2008), autor: Věra Pavlíková, 2021.....	36
Tabulka 1: Výsledné hodnoty SOI-R dotazníku .....	66
Tabulka 2: Výsledné hodnoty SOI-R dotazníku z převzaté studie – Vzorek C (Ingrová, et al., 2018).....	70

## Seznam pojmů a zkratek

ATT	– Attitudes, postoje, složka skóre SOI-R
BEH	– Behaviour, chování, složka skóre SOI-R
ČFbU	– Česká florbalová unie
DES	– Desire, touhy, složka skóre SOI-R
IFF	– International Floorball Federation, Mezinárodní florbalová federace
SOI	– Sociosexual Orientation Inventory, Dotazník sociosexuality
SOI-R	– The Revised Sociosexual Orientation Inventory, Revidovaný dotazník sociosexuality





## 1 Úvod

Sportovec se ve svém životě, po dobu své aktivní kariéry, setká s mnoha věcmi, které si musí odpustit a odříci. Nemůže každý večer holdovat alkoholu, nesmí brát drogy, zejména vůči dopingovým testům, ale v druhé řadě, také kvůli péči o své tělo. Měl by si ale sportovec odříkat i naši vrozenou, fyziologickou potřebu, jakou je sex?

Již nějakou dobu se snažím sama sobě odpovědět, zda má sex vliv na sportovní výkon. Několikrát jsem se setkala se skutečností, kdy trenéři zakazovali svým svěřencům pohlavní styk na vrcholných turnajích. Dokonce jsou mezi sportovními hvězdami takoví, kteří se netají tím, že jsou před soutěží či zápasem sexuálně zdrženliví i několik týdnů. Na druhou stranu se ale najdou i tací, co si sex neodepřou ani bezprostředně před očekávaným sportovním výkonem. Náleží ale sexu, který je dokonce jednou z našich fyziologických potřeb, takové postavení na poli elementů ovlivňující sportovní výkon? Sama jsem odpovědi neznala, a tak jsem se rozhodla, že se na ně pokusím odpovědět ve své práci.

Zároveň se ve své práci pokusím srovnat sociosexuální orientaci mezi sportovci a běžnou populací. Sama jsem se setkala s názory, že sportovci jsou více promiskuitní a otevření nezávaznému pohlavnímu styku. Díky dotazníku, jenž zjišťuje právě sociosexuální orientaci, je možné tohle tvrzení potvrdit nebo naopak vyvrátit.

Svůj výzkum jsem zaměřila a směřovala na florbalovou komunitu, jelikož je mi za 12 let, co jsem její součástí, nejbližší.

## 2 Syntéza poznatků

V syntéze poznatků dochází ke shrnutí teoretických východisek potřebných v následujících částech práce. První část je zaměřena na florbal, jelikož byl výzkum prováděn na hráčích florbalu. Druhá část se věnuje sexuálnímu chování a jeho vlivu na sportovní výkon.

### 2.1 Florbal

#### 2.1.1 Definice florbalu

Florbal je kolektivní brankovou hrou, kterou lze nejlépe vystihnout pojmenováním sálový hokej. Právě z hokeje převzal florbal mnoho prvků a pravidel. Ve světě je tato hra známá jako floorball, innebandy, saalibandy nebo unihockey (Nykodým, 2006). Ve florbalu proti sobě nastupují dvě družstva, jejichž cílem je ve vzájemném utkání nastřílet soupeři co nejvíce branek. Základní počet hráčů na hřišti je pět florbalistů v poli, hrajících s hokejkami, a jeden brankář, jenž je bez hokejky, na každé straně (Kysel, 2010). V neoficiálních zápasech, a především pro využití menších tělocvičen, například ve školním prostředí, lze přistoupit na počet tří hráčů a brankáře v jednom týmu (Mikkola, 2011).

#### 2.1.2 Vznik a vývoj ve světě

IFF (2021) uvádí, že pouze malá hrstka lidí ví, že florbal má původně kořeny ve Spojených státech amerických. Konkrétně v továrně na plasty Cosom v Lakeville ve státě Minneapolis, kde roku 1958 představili plastové hole právě pod názvem Cosom, a dali tak vzniknout prvním florbalovým holím. Díky této inovaci se rozšířil i do

dalších států USA a Kanady. Od 60. let minulého století hráli hru s plastovými hokejkami a míčky, která dostala název floorhockey, především studenti. Jedním z největších pořádaných turnajů byl Floorhockey tournament, který se každým rokem odehrával v Michiganu (Kysel, 2010).

Kysel (2010) potvrzuje, že je všeobecně za kolébku florbalu považována Skandinávie, kde se také florbal dočkal svého největšího rozkvětu. Přesněji se nový halový sport dostal do Švédska roku 1968. Nový název pro florbal ve švédštině zní „innebandy“, ten vymysleli hokejisté, kteří zapojili nově objevený sport do své letní přípravy. Florbalu tak dalo za vznik především modifikování z ledního hokeje a jeho přesunutí do dostupnějších tělocvičen. O několik let později se přidalo také Finsko a florbal zde nazvali „saalibandy“. Již od počátku udávaly tyto dvě země směr vývoje a pokroku ke světovému florbalu. Švédsko se také značně zasloužilo o organizaci prvních mezinárodních zápasů a turnajů. I díky tomuhle počínu můžeme Švédsko nazývat, obdobně jako například Anglii spojenou s fotbalem, za kolébku florbalu (Nykodým, 2006).

Vlastním směrem se vyvinul florbal ve Švýcarsku, kde se tomuto sportu říká „unihockey“. Po dlouhou dobu bylo pro Švýcarsko charakteristické, že hrál brankář, po vzoru ledního hokeje, s hokejkou v ruce. Kvůli mnohaletné základně, zájmu o florbal, ale i nedostatečného počtu velkých hal se ve Švýcarsku začala prosazovat hra na dvou různých velikostech hřiště (Skružný, 2005). Družstva hrající na menším prostoru nastupují pouze ve třech hráčích s brankářem. Tuhle obměnu můžeme dodnes vidat v nižších švýcarských soutěžích, kdy se tomuhle systému přezdívá „Kleinfeld“. Klasický florbal o pěti hráčích v poli a s jedním brankářem se ve Švýcarsku označuje jako „Grossfeld“ (Kysel, 2010).

Když se florbal začal postupně dostávat do podvědomí stále více zemí, tak se podle Skružného (2005) stalo jejich motivem vytvořit organizaci, která by zastřešovala jednotlivé národní florbalové svazy. Mezinárodní florbalová federace, anglicky International Floorball Federation, vystupující pod zkratkou IFF, byla založena národními florbalovými asociacemi Švédska, Finska a Švýcarska 12. dubna 1986 ve švédské Huskvarně (IFF, 2021).

Mezi další členské země se postupně zařadili v roce 1991 Dánsko a Norsko, o rok později se přidalo Maďarsko a v roce 1993 i Česká republika společně s Ruskem (Skružný, 2005). Rok 1993 je také spojován s první mezinárodní akcí většího formátu. Uskutečnily prvotní ročníky Europacupu (dnešního Poháru mistrů), kdy ženy změřily své síly ve finských Helsinkách a muži ve Stockholmu (Nykodým, 2006). IFF (2021) uvádí, že se v roce 1994, kdy se připojily federace Japonska, Estonska, Německa, USA a Lotyšska, uskutečnilo první mistrovství Evropy. Rok 1996 představuje pro florbal velký milník. Ve švédském Stockholmu se totiž uskutečnilo historicky první mistrovství světa. Finálové klání sledovalo v aréně Globen přes 15 000 diváků (Kysel, 2010).

### **2.1.3 Vznik a vývoj v České republice**

Florbal začal do České republiky postupně pronikat několika směry. Úplně prvním českému kontaktu napomohl výměnný pobyt studentů helsinské univerzity KY. Po uskutečněné výměně darovali Finové pražským studentům v roce 1984 dvanáct hokejek a míčky, jelikož si všimli, jak se jim finský florbal – saalinbandy, zalíbil. Plastová výbava se ale postupem času začala lámat, a tak přišlo nechtěné odloučení od florbalu v Čechách (Kysel, 2010).

Další kontakt českého sportu s florballem se stal v roce 1991, kdy do Prahy přivezl ředitel švédské pobočky cestovní kanceláře, a také velký florbalový nadšenec, Benqt Holmquist na ukázkou florbalové hokejky. Dalších 100 holí darem obdrželi, na propagaci florbalu v Česku, bratři Vaculíkovi, od známé firmy Unihoc, v roce 1992. Díky tomuto počínu se mohl florbal v Praze rozvíjet mnohem efektivněji. Zásluhou bratrů Vaculíkových se podařilo téhož roku účastnit se na světovém turnaji v Budapešti, odkud si odvezli – opět darem, první florbalové mantinely. Vzhledem k nově nabytému vybavení bylo možno uspořádat první mezinárodní turnaj i v Praze. V roce 1993 se tedy uskutečnil první ročník, dnes již tradičního světového turnaje, Czech Open (Skružný, 2005).

Třetí cesta, kterou florbal do Čech pronikal, je spojena s východočeskou Jaroměří. Právě zde totiž v roce 1992 absolvovali své letní soustředění švýcarští hráči uhihockeye, kteří dostali florbal do podvědomí místních. Do Ostravy přivezl první vybavení Marcel Pudich. Na začátku devadesátých let byl tedy florbal rozprostřen již po celé republice (Český Florbal, 2020).

Postupným rozvojem soutěží a klubů vznikala potřeba jednotné organizace, která by český florbal zastupovala na mezinárodní úrovni. Na tento podnět byla založena roku 1992 Česká florbalová unie vystupující pod zkratkou ČFbU. Jejím prvním prezidentem se stal Martin Vaculík (Nykodým, 2006).

#### **2.1.4 Současnost ve světě**

V současnosti, k roku 2020, je podle Českého Florbalu (2021) počet členských zemí v mezinárodním florbalu 74. V roce 2019 byl počet licencovaných hráčů okolo 362 tisíc, zatímco odhadovaná četnost rekreačních hráčů sahá až k téměř třem a půl milionu. Nejvyšší

návštěvou na utkání se může pyšnit mužská švédská nejvyšší soutěž, kdy na finálové utkání dorazilo do stockholmské Tele2Areny přes 18 tisíc diváků.

Mezinárodní florbalová federace sídlí v Helsinkách a jejím cílem je především celosvětový progres florbalu. Mistrovství světa se koná jak v seniorských, tak v juniorských kategoriích každý rok. Liché roky patří na jaře šampionátu juniorů a na konci roku ženám. Juniorky hrají své mistrovství na jaře a muži nejčastěji v prosinci sudých let (Kysel, 2010).

Champions Cup, dříve známý jako European Cup, v česku zvaný Pohár mistrů, je dnes již tradičním každoročním střetnutím čtyř nejlepších mužských i ženských celků ze čtyř neprestížnějších evropských soutěží – švédské, finské, české a švýcarské. Ten se pravidelně hraje od roku 1993. Od roku 2000 se odehrával jednou za dva roky, v roce 2008 se ale znovu navrátil ke každoročnímu rytmu (Český Florbal, 2020).

Mezinárodní florbal se dočkal úspěchu v roce 2011, kdy se v jihoafrickém Durbanu rozhodlo o tom, že se stane florbal plnohodnotným členem Mezinárodního olympijského výboru (MOV). Členství v MOV je nezbytné pro možnou účast na Světových hrách nebo univerziádě a samozřejmě také na Olympijských hrách. V roce 2017 se florbal poprvé účastnil, jako oficiální sport, díky rozhodnutí z roku 2014, Světových her v Polsku (Český Florbal, 2020).

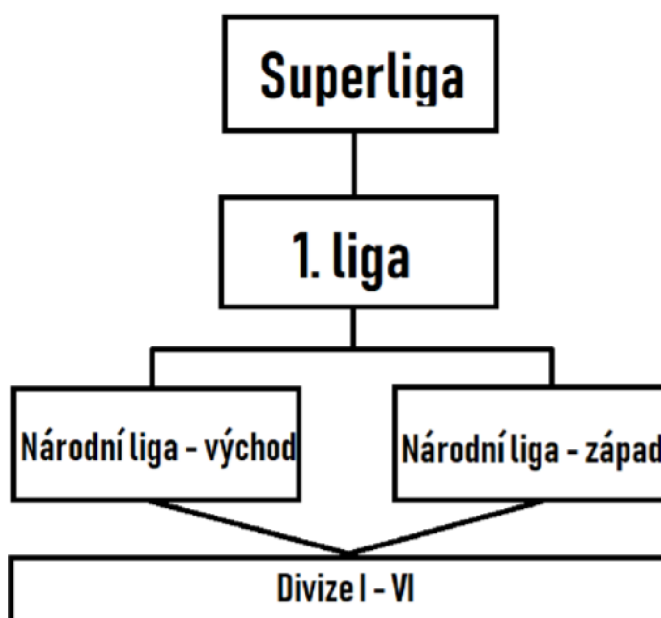
### **2.1.5 Současnost v České republice**

Popularita florbalu v Česku roste a začíná být konkurentem pro mnoho tradičnějších sportů s delší historií. Hlavními pozitivy jsou finanční

nenáročnost a jednoduchost, což dělá z florbalu ideální školní a volnočasový sport (Český Florbal, 2020).

Obrovskému rozvoji florbalu v Čechách pomohlo pořadatelství Mistrovství světa mužů v roce 1998 v Praze a Brně. Taktéž důležitým rozvojovým momentem bylo stálé a časté zařazování florbalu do školní výuky a vznik prvních školních soutěží. Od roku 1998, kdy ČFbU tvrdilo, že se jejich soutěží účastní 4,5 tisíce hráčů, se do dnešního dne počet rapidně zvýšil. Největší zastoupení mají tradičně kategorie dětí a mládeže (Kysel, 2010).

Domácí mužská soutěž je rozvrstvena až do 9 úrovní (Český florbal, 2021). První čtyři jsou celorepublikové, ostatní už spadají pod jednotlivé regionální sekretariáty (Růžička, 2019). Graficky znázorněno na Obrázku 1. Ženské soutěže se hrají na dvou celorepublikových úrovních a podle počtu družstev v regionech jsou obsáhlé nižší soutěže.



**Obrázek 1: Struktura mužských domácích celorepublikových soutěží (Růžička, 2019)**

### 2.1.6 Základní pravidla

Dle Karczmarczyka (2006) se florbal odehrává nejčastěji na hřišti o rozměrech 40 x 20 metrů, nejmenší povolené rozměry odpovídají 36 x 18 metrů, naopak největší hřiště již nesmí přesáhnout 44 x 22 metrů. Hrací plocha je pravoúhlá a obehnaná 50 centimetrů vysokými umělohmotnými mantinely, které jsou v rozích zaobleny. Florbalové branky odpovídají rozměrům 160 x 115 x 40/65 centimetrů, všechny tyče jsou kulaté a mají zaoblené rohy. Branka je obehnaná brankovištěm, vyznačeným jasně viditelnou barvou, jehož rozměry jsou 4 x 5 metrů (Nykodým, 2006), které vyznačuje pole, kde smí brankář ujmout míček do rukou. Vně něj se nachází ještě malé brankoviště o rozměrech 2,5 x 1 metr, kde smí pouze brankář (Kysel, 2010).

Normální hrací doba je 3 x 20 minut se dvěma desetiminutovými přestávkami mezi třetinami. Hrací čas je čistý, tudíž je zastaven při každém signálu od rozhodčího. Každý tým má právo na jeden 30 sekundový time-out, který může využít při přerušení hry. Při nerozhodném stavu se utkání prodlužuje. Délka prodloužení je maximálně deset minut a hraje se do té doby, dokud jeden z týmů neskóruje. Pokud se nerozhodne ani při prodloužení, následují nájezdy, vždy po pěti hráčích na každé straně (Skružný, 2005).

Utkání je řízeno dvěma rozhodčími s rovnocennou autoritou. Zodpovídají za chod utkání, při němž aplikují pravidla a trestají přestupky. Od hrajících družstev musí být barevně odlišeni. Mimo dění na hřišti odpovídají také za správnost vyplnění zápisu o utkání. Rozhodčí jsou na hřišti rozmístěni tak aby se těžiště hry nacházelo vždy mezi nimi a měli vždy o všem přehled. Na ploše se vzájemně vyměňují podle potřeby a hry (Kysel, 2010).



Každé družstvo smí pro jeden zápas využít a mít na své soupisce pouze 20 hráčů. Hráči, kteří nejsou uvedeni v zápise, se nesmí utkání zúčastnit ani se pohybovat v prostoru pro střídání. Minimální počet hráčů je 5 v poli a jeden brankář v odpovídající výstroji, pokud toto není splněno, soupeř vyhrává kontumačně 5:0. Střídání hráčů se může konat kdykoliv během zápasu a není nijak početně omezeno. Provedeno musí být ve vyznačeném prostoru pro střídání (Karczmarczyk, 2006).

Tresty jsou ve florbalu buď dvouminutové, pětiminutové, nebo desetiminutový osobní trest. Při hrubém porušení pravidel může dojít k vyloučení do konce utkání (Nykodým, 2006). Hráč si svůj trest odpykává na trestné lavici a jeho družstvo hraje v oslabení. Naopak soupeř může svou přesilovou hru využít gólem (Kysel, 2010). Nejčastějším řešením prohřešků na hřišti je ale volný úder, který přichází po menších přestupcích (Skružný, 2005).

Základními florbalovými rolemi hráčů jsou brankář, obránce, střední útočník a křídelní útočník. Brankář je velmi specifickou pozicí. Nemá k dispozici hokejku a smí používat své ruce, ale to pouze ve vymezeném prostoru velkého brankoviště. Obránci jsou zpravidla na hřišti dva a operují převážně na své obranné polovině. Střední útočník neboli centr, je často mozkiem útočné řady a působí na ose hřiště. Křídelní útočníci bývají obvykle dva, každý na své straně a pohybují se primárně na soupeřově polovině (Český Florbal, 2019).

### **2.1.7 Florbalové vybavení**

IFF vydala rozhodnutí o povinnosti testování veškerého florbalového vybavení (hole, mantinely, míčky, helmy, branky), které má za úkol chránit florbalisty. Testování je prováděno za velmi přísných podmínek, které dbají především na zdravotní nezávadnost a

technické provedení. Výrobci, kteří obdrží certifikační známku, odvádějí určitou částku mezinárodní florbalové federaci, která tyto prostředky používá na rozvoj florbalu po celém světě (Skružný, 2005).

Nejdůležitějším florbalovým vybavením je pro hráče jednoznačně florbalová hůl, mezi florbalisty zvaná jako „florbalka“. Tábořský (2005) uvádí, že je hůl vyrobena ze syntetického materiálu, je rovná s hladkým povrchem a zaoblením po stranách. Na jejím vrchním konci se nachází ochranná zátka. Většina holí má v místě úchopu omotávku velmi podobnou té tenisové. Délka je jedním z hlavních parametrů hole. Hráči by měla sahat někam do oblasti břicha, těsně nad pupek (Mikkola, 2011). Další charakteristikou florbalky je její pružnost. „Flex“ hole, jak je mezi florbalisty často užíváno, se udává v milimetrech průhybu hokejky při vytvořené síle cca 30 kilogramů. Čím je číslo pružnosti nižší, tím je hůl tvrdší a její majitel musí být o to silnější. Čepel je vyráběna nejčastěji z polyethylenu ve třech stupních tvrdosti. Jsou již z výroby vykrojeny a částečně zahnuty, díky tomu již není potřeba jakýchkoli úprav. Podle pravidel nesmí zahnutí čepel překročit 30 milimetrů (Kysel, 2010).

Mikkola (2011) uvádí, že florbalový míček je vyroben z plastu a je lehký a dutý. Jeho váha se pohybuje přibližně okolo 23 gramů, jeho průměr je 72 milimetrů a na jeho povrchu se nachází přesně 26 otvorů. Florbalová čepel je navržena tak, aby na ni míček perfektně doléhal. Díky jeho malé hmotnosti jej lze vypálit rychlostí sahající až k 200 kilometrům za hodinu bez toho, aby vzniklo nějaké závažnější zranění. Míčky se vyrábějí v nejrůznějších barevných provedeních. V mezinárodních zápasech jsou ale povoleny jen míčky bílé nebo světle oranžové barvy (Skružný, 2005).

Nejvhodnější obuví pro florbalisty je ta, která má protiskluzovou podrážku a tvar, který zabezpečí potřebnou stabilitu a přilnavost s

povrchem. Ideální florbalová bota je mixem házenkářské a volejbalové obuvi. Důležitou je její šířka, která zabezpečí stranovou stabilitu při náhlých změnách směru a brždění (Kysel, 2010). Pro brankáře jsou již nutností speciální boty, které jsou ideálně přizpůsobeny pohybu v brankovišti.

Dalšími nezbytnostmi brankářského vybavení jsou maska, rukavice, chrániče, dres a kalhoty. Brankářská maska je vyrobena z laminátů a akrylátů různých tvarů. Součástí helmy je mřížka, která musí brankáři umožňovat co nejlepší výhled, ale zároveň chránit obličej a hlavně oči. Brankářské rukavice poslouží jako ochranný prvek, ale také snižují cit pro míček. Z toho důvodu je mnoho brankářů vůbec nepoužívá. Dres a kalhoty jsou speciálně upraveny a vyztuženy především pro ochranu těla před tvrdými střelami (Skružný, 2005).

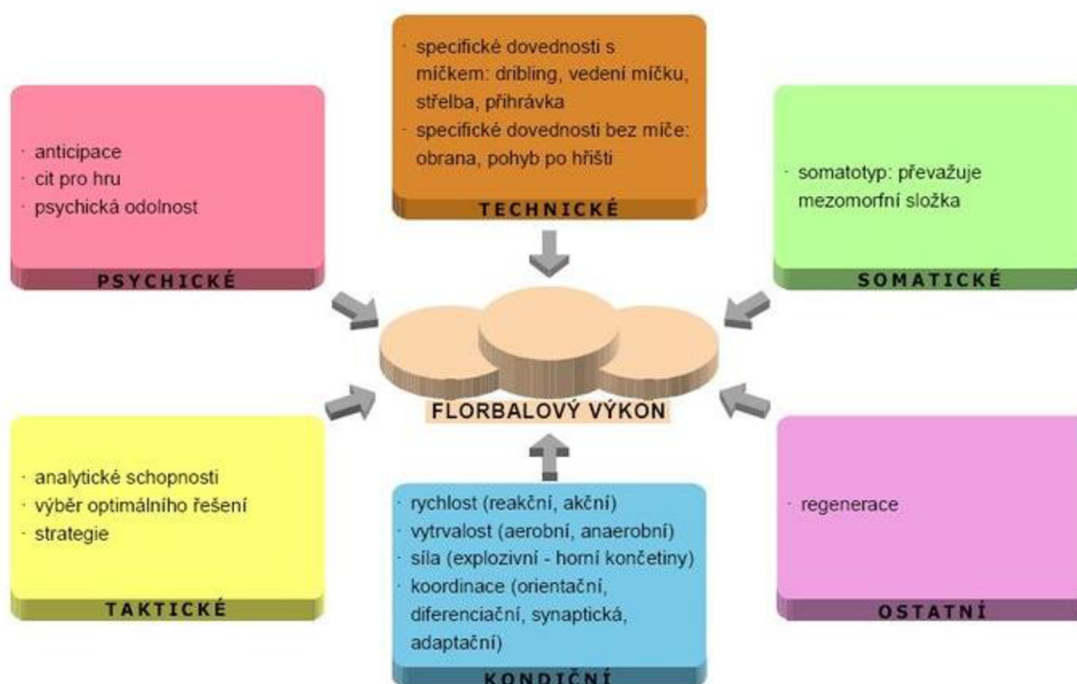
### **2.1.8 Fyziologické predispozice florbalového hráče**

Dle Bernacikové a kol. (2010) se ve florbalu jedná o intervalovou zátěž se střídavou intenzitou, kdy dosahující intenzita atakuje střední až maximální hranici. Trvání výkonu spočívá v tom, jakou dobu je hráč na hřišti, a jakou dobu naopak stráví na střídačce. Hrací doba na hřišti se pohybuje mezi 40 až 70 sekundovými intervaly, které jsou proložené až 140 sekundovým odpočinkem. Takovéto nasazení trvá po celou hrací dobu, jež představuje 3 x 20 minut čistého času. Hráči naběhají během zápasu zpravidla 4 – 7 kilometrů. Základním pohybem je běh, jenž může být s míčkem nebo bez něj, a který se střídá s osobními souboji, střelbou a přihrávkami.

Právě svým střídavým maximálním zatížením je florbal velmi podobný lednímu hokeji. Heller (2018) zmiňuje, že přerušovaný intervalový typ zatížení, jakým je lední hokej, nebo florbal, vyžaduje

velké spektrum rozhodovacích, reakčních a motorických schopností, souhru a kvalitu smyslů, a mimo to také i vysokou celkovou úroveň fyzické zdatnosti.

Co se týče psychického rozložení florbalistů, tak Karczmarczyk (2006) tvrdí, že určitým rozdílovým aspektem je rozdělení dle temperamentu. K jednotlivým temperamentním skupinám se musí rozdílně i přistupovat. Zatímco dlouhé tréninky vyhovují skupině sangviniků a flegmatiků, naopak nejsou vhodné pro choleriky a melancholiky. Stupeň zátěže by se měl přizpůsobit i náladě a motivaci jednotlivých hráčů.



**Obrázek 2: Faktory ovlivňující florbalový výkon (Bernaciková et al., 2010)**

## 2.2 Sexuální chování

### 2.2.1 Sexualita, sexuální motivace a sexuální chování

Sexualita je nepochybně zdrojem intenzivních citových vjemů, kterými jsme schopni vnímat potěšení, radost a rozkoš, ale i úzkosti, sexuálně přenosné choroby nebo deprese. Jelikož nás informace o sexualitě a sexuálním chování obklopují každý den, je nutné k objektivnímu pohledu mít nepochybně k dispozici vědecká data. Především z toho důvodu, že neexistuje v naší společnosti tolik předsudků, mýtu a představ, jako právě pro celou oblast sexu (Weiss, Zvěřina, 2001).

Sexuální chování lidského rodu je finálním efektem evolučního procesu. Ve většinovém chápání sexuality je znám pojem jako „sexuální pud“, který vyznává prvky, jako ostatní biologické potřeby člověka, kterými jsou například potrava nebo nutnost příjmu tekutin. Jakmile je potřeba uspokojena, nastává v organismu rovnováha (Zvěřina, 2003). Biologickým cílem sexuálního nebo pohlavního pudu, a s ním spojeného sexuálního chování, je především zachování lidského rodu. Sexuální pud dozrává až v pozdějším stádiu, vzhledem k ostatním pudům a je ovlivněn i socializací jedince a kulturními vlivy (Žourková, 2002). Mnozí vědci i běžná společnost se shodují a jsou přesvědčeni o tom, že je lidská sexualita primárně dána přirozeností. Kulturní prostředí a sociální normy ji pouze reflektují, utvářejí přijatelnou normu, ale nemohou ji měnit (Fafejta, 2016).

Zvěřina (2003) rozděluje sexuální motivaci na čtyři elementární komponenty, kterými jsou sexuální identifikace, sexuální orientace, sexuální emoce a sexuální chování, jež by se od sebe měly správně oddělovat. **Sexuální identifikace** záleží na pocitu příslušnosti k ženskému nebo mužskému pohlaví. V naprosté většině odpovídá genetické výbavě jedince. **Sexuální orientace** se určuje podle toho,

ke kterému pohlaví se váží erotické představy a touhy (více v následující kapitole). Mezi **sexuální emoce** řadíme pocity sexuálního vzrušení, pocit vyvrcholení, uspokojení a zamilovanost. Posledním komponente, jež utváří sexuální motivaci, je **sexuální chování**. Jak je nám známo u ostatních párujících živočichů, tak i lidské sexuální chování je párového charakteru. Primárně jde o výběr vhodného partnera a navázání interakce. V sexuálním chování mužů a žen můžeme vidět značné rozdíly. Muži jsou více nakloněni k sexuální promiskuitě nebo třeba masturbaci (Zvěřina, 2003).

Do sexuality jako takové, patří další odvětví a podkategorie, jakými jsou například sexuální deviace, sexuální dysfunkce, sexuální preference i její poruchy a další (Zvěřina, 2003). Pro potřeby mé práce ale nejsou nijak významné a potřebné, tudíž se jimi nebudu blíže zabývat.

### 2.2.2 Sexuální orientace

Sexuální orientace je v první řadě biologicky ovlivněna a není otázkou volby a rozhodnutí jedince. Chápeme ji především jako celoživotní neměnný stav, který si nositel nezvolil ani nezapříčinil, kdy převažují erotické touhy a představy inklinující k určitému pohlaví. Naprostou většinu tvoří heterosexuálové. Homosexuálů, kteří pociťují erotické vzrušení směrem ke stejnému pohlaví, je ve společnosti odhadem zhruba 1 – 10 %. Vzhledem k existenci bisexuální orientace jsou mnozí vědci skeptičtí. Jedná se o orientaci, kdy je náklonost k obou pohlavím vyrovnaná a mezi sebou srovnatelná (Weiss et al, 2010).

Sexuoložka Pondělníčková – Mašlová (1969) tvrdí o homosexuálech následující: *„Je třeba je léčit, protože jejich úchylnka jim často velmi zneprůjemňuje život a společenské možnosti, takže se cítí být nešťastní a někdy i vyřazení ze společnosti.“* Tvrzení

Pondělníčkové - Mašlové, staré více než půl století, je v dnešní době přinejmenším zastaralé, přináší nám pouze vhléd do historického pojetí problematiky. Sexuální orientace je dynamicky rozvíjející se téma hýbající celou společností. Vzhledem ke stále klesající stigmatizaci ohledně sexuální orientace se začaly objevovat i další identity, jako například pansexuálové či asexuálové. Tato kulturní rozmanitost je výsledkem postupné emancipace a rozvoje sexuální kultury. V dnešní době je nahlíženo na sexualitu mnohem pestřeji, než tomu bylo v historii (Pitoňák, 2021).

### **2.2.3 Vliv sexuální aktivity a abstinence na sportovní výkon (dosavadní poznatky)**

Již starověcí Řekové a Římané považovali sexuální aktivitu za možnou příčinu snížení fyzické výkonnosti. Dopad sexu je stále nejasný, ale i přesto se většina dosavadních studií shoduje na tom, že sexuální aktivita nemá přímý vliv na sportovní výkon. Do dnešního dne ale chybí větší množství relevantních výzkumů s touto problematikou, a právě vysoce kvalitní kontrolovaná studie je více než potřeba (Stefani, et al., 2016).

Zavorsky, Vouyoukas a Pfaus (2019) provedli svůj výzkum na osmi účastnících, kteří absolvovali různé fyzické testy, a to ve třech dnech, v ranních hodinách. Jednou nesměli účastníci noc před testy provozovat koitus, jako další byla sexuální aktivita vyžadována a třetí den si probandi zacvičili jógu. Výsledky ukázaly, že orgasmus spojený s pohlavním stykem, má za následek nižší systolický krevní tlak, což se dá označit za pozitivní aspekt, jiný významný rozdíl ale nalezen nebyl. Závěrem tedy poukazují na to, že sexuální aktivita noc před zátěží nemá negativní vliv na fyzické výsledky sportovce.



Na základě navržených studií lze vyvodit závěr, že sexuální aktivita více než 10 hodin před výkonem nemá na výsledky žádný negativní dopad. Avšak okamžitý sex, nebo sex prováděný několik málo hodin před sportovním výkonem, má negativní psychologické nebo fyziologické účinky (Soori, Mohaghegh, Hajian, 2017). Sgró a Di Luigi (2017) upozorňují, že studie závisí i na velmi individuálních faktorech, jakými jsou například genetické dispozice probandů, a proto je velmi těžké jednotlivé porovnávání výzkumů.

Během pohlavního styku se z těla vyplavují endorfiny a člověk se celkově uvolní. Sex má rehabilitační předpoklady, především v oblasti zad (Mikulová, 2003). Tvrzení, že je sex pro sport pozitivním faktorem hlásá sexuolog Trojan (2006): *„Když se sportovec nevěnuje sexu celou noc, ale třeba jen večer před závodem a pak se vyspí, jeho výkon to nemůže negativně ovlivnit“*. Autor dále zmiňuje, že koitus ovlivňuje sportovní výkon především pozitivně, a to hlavně z hlediska psychiky. Frustrace, jež vzniká v některých případech právě díky abstinenci, by mohla potencionálně mít za následek agresivní chování vůči konkurentům, která je v určitých sportovních odvětvích kvitována (Anshel, 1981). Sportovec večer před výkonem se nemusí nacházet v ideálním psychickém rozpoložení, především vlivem změny agrese, která může ovlivňovat motivaci ke sportovnímu výkonu. Sportovec může pociťovat úzkosti nebo ztrácet potřebnou pozornost. V tomto případě by mohl být koitus kvitovaným relaxačním rozptýlením. Nutné je ale brát v potaz individuální dopad na každého jedince, především není vhodné měnit zaběhlou rutinu sportovce noc před výkonem (McGlone, Shrier, 2000).

U sportovců se v některých případech mohou objevovat různé sexuální dysfunkce spojené s vysokou fyzickou zátěží, například ztrátou libida. Sporty, kde jsou určeny různé váhové kategorie, a kde



se často přiklání k účelovému omezování příjmu potravy, se může objevovat úplná ztráta sexuálního zájmu, proto Bartůňková (2012) doporučuje v tréninkovém i závodním procesu umírněnost.

V této souvislosti neexistují žádné studie týkající se účinku masturbace. (Stefani, et al., 2016), tudíž není masturbace podrobněji zohledněna ani ve výzkumné části práce.

#### **2.2.4 Sociosexualita a inventář sociosexuální orientace (SOI-R)**

Sociosexualita, neboli sociosexuální orientace, určuje míru ochoty jednotlivců přistoupit k nezávaznému sexuálnímu vztahu (Simpson, Gangestad, 1991). Prvotní použití termínu „sociosexualita“ uvedli ve své studii Kinsey, Pomeroy a Martin (1948), aby mohli porovnávat a zkoumat vztahy v ochotě navazování nezávazných sexuálních vztahů u mužů. O pět let později byl rozšířen výzkum i o ženskou populaci (Kinsey, Pomeroy, Martin, Gebhard, 1953).

K určení sociosexuální orientace byl v roce 1991 (Simpson, Gangestad) vytvořen krátký dotazník - SOI. Na základě vypočteného skóre je možné určit míru sociosexuality. Dotazník ale nebyl dostačující, a proto v roce 2008 vytvořili Penke a Asendorpf, revidovanou verzi (SOI-R, The Revised Sociosexual Orientation Inventory), se kterou pracuji ve výzkumné části. Dotazník se skládá z devíti otázek, které jsou rozděleny do tří částí po třech otázkách (Obrázek 3). První část se zabývá sociosexuálním chováním (BEH, behaviour), druhá řeší sociosexuální postoje (ATT, attitudes) a třetí odráží představy, touhy a fantazie (DES, desire) doptávaného. Každá jedna z otázek je hodnocena na devítibodové škále. První tři otázky, které představují sociosexuální chování, jsou hodnoceny na škále od 1 (0 partnerů) do 9 (20 a více partnerů). Výpočet sociosexuálního

postoje, jenž je vykalkulován z odpovědí na otázky 4-6, je hodnocen na škále 1 (zcela nesouhlasím) až po 9 (naprosto souhlasím). Poslední tři otázky dotazníku vyjadřují sociosexuální touhy, opět je hodnocení na škále od 1 (nikdy) do 9 (nejméně jednou denně) (Penke a Asendorpf, 2008).

SOI-R	BEH	SOI-R 1	S kolika různými osobami jste měl/a pohlavní styk za posledních 12 měsíců?
		SOI-R 2	S kolika různými osobami jste někdy měl/a pohlavní styk jednou a pouze jednou?
		SOI-R 3	S kolika různými osobami jste měl/a pohlavní styk, aniž byste měl/a zájem o dlouhodobý vztah s tímto jedincem?
	ATT	SOI-R 4	Myslím si, že mít pohlavní styk bez lásky je O.K.
		SOI-R 5	Vyhovuje mi představa náhodného sexuálního styku s různými osobami a jsem schopen/schopna si takový sexuální styk užívat
		SOI-R 6	Nechci mít sex, dokud si nejsem jistý/á, že s partnerem máme/budeme mít vážný dlouhodobý vztah
	DES	SOI-R 7	Jak často si představujete, že máte pohlavní styk s někým jiným než s Vaším současným partnerem?
		SOI-R 8	Jak často se Vám stane, že se sexuálně vzrušíte, když komunikujete/jste v kontaktu s někým, s nímž nemáte vážný partnerský vztah?
		SOI-R 9	Jak často máte v každodenním životě spontánní fantazie o tom, že máte sex s člověkem, kterého jste právě potkal/a?

**Obrázek 3: Revidovaný dotazník sociosexuální orientace, SOI-R (Penke a Asendorpf 2008), autor: Věra Pavlíková, 2021**

## 3 Cíle výzkumu a výzkumné otázky

### 3.1 Cíl práce

Cílem práce je zjistit, jestli hráči florbalu subjektivně pocítují změny ve výkonu ve spojitosti se sexuální aktivitou.

Sekundárními cíli je zjistit, zda hráči florbalu upravují sexuální aktivitu před zápasy a zjistit sociosexuální orientaci výzkumného souboru.

### 3.2 Výzkumné otázky

1. Pocítují florbalisté subjektivní změny ve sportovním výkonu spojené se sexuální aktivitou?
2. Mění florbalisté záměrně své sexuální chování před zápasy?
3. Jak se liší skoré sociosexuální orientace u florbalistů vzhledem k běžné populaci?

## 4 Metodika

Následující kapitola se věnuje charakteristice a popisu výzkumné metody a sběru dat. Podrobněji je přiblížen i výzkumný soubor.

### 4.1 Výzkumná metoda

Pro realizaci výzkumného šetření byl použit kvantitativní design výzkumu. Především z důvodu zachování anonymity respondentů byla zvolena metoda vyplnění vlastního internetového dotazníku. Sběr probíhal oslovením zástupců jednotlivých florbalových týmů, kteří dále předali výzkumný nástroj ostatním respondentům nebo jednotlivcům působících v zahraničních soutěžích. Sběr byl po technické stránce realizován pomocí služby Google Docs. Použitý dotazník je složen ze dvou částí. První část se skládá z 16 uzavřených otázek a zkoumá subjektivní vnímání vlivu sexuální aktivity na sportovní výkon a potencionální změny v sexuálním chování při zvýšené tréninkové nebo soutěžní zátěži. Dotazník byl inspirován diplomovou prací Petra Vajdy (2015). Druhá část se skládá z 9 otázek revidovaného dotazníku sociosexuální orientace, SOI-R (Penke, Asendorpf, 2008).

### 4.2 Výzkumný soubor

Výzkumný soubor se skládá ze 188 aktivních českých a slovenských hráčů a hráček florbalu v těch nejvyšších světových soutěžích. Jedná se o mužskou Superligu a 1. ligu, o ženskou Extraligu a české reprezentanty hrající v zahraničních soutěžích ve Švýcarsku a Švédsku. Pomocí elektronické pošty byli osloveni zástupci jednotlivých týmů nebo rovnou jednotlivci působící v zahraničí.

Z původně sesbíraných dat musela být data 14 respondentů smazána. Nejčastější příčinou bylo neaktivní působení v jedné z nejvyšších soutěží. Respondenti představovali zastoupení všech výše zmiňovaných soutěží. Výzkumný soubor byl pro lepší analýzu rozdělen do dvou skupin podle uvedeného pohlaví, na muže a ženy, především kvůli fyziologickým odlišnostem, které může představovat například hormonální reakce na sex. V otázce doptávající se na pohlaví, byla možnost zvolit také odpověď „jiné“. Právě jeden z respondentů se neidentifikoval ani jako muž ani jako žena. Vzhledem k ojedinělému případu byly odpovědi od zmíněného odpovídajícího smazány a do výzkumu nezařazeny. V druhé části dotazníku je použit i převzatý výzkumný soubor, který je podrobněji popsán v diskuzi.

## 5 Výsledky

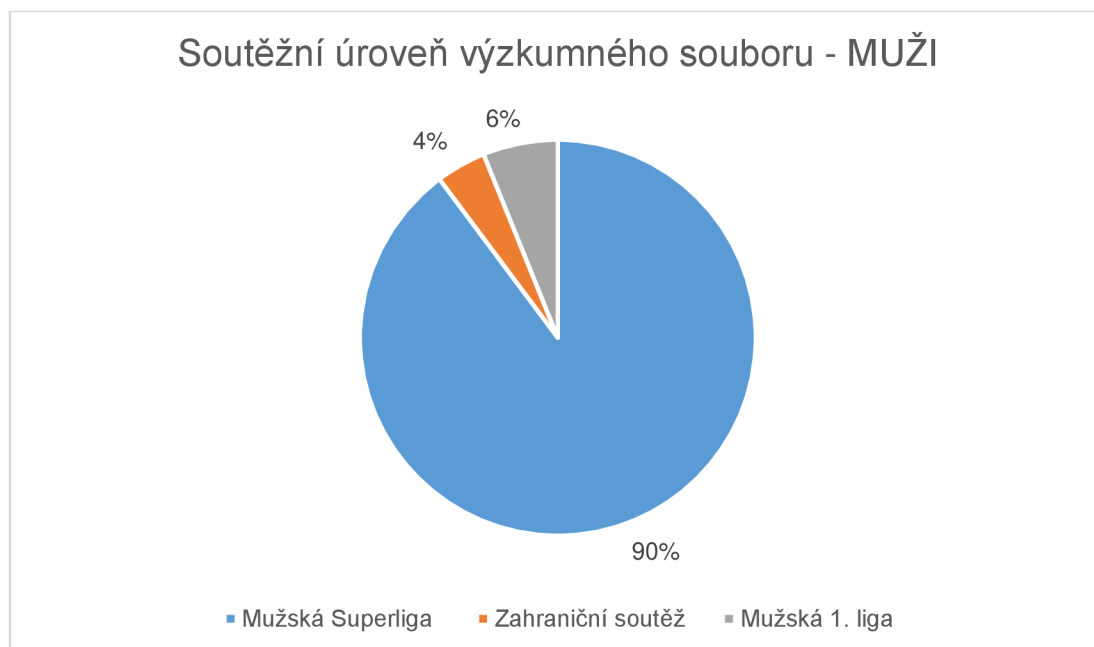
Následující část práce se věnuje prezentaci výsledků vlastního výzkumného šetření, především analýze a vyhodnocení získaných dat.

### 5.1 Popis respondentů

K ženskému pohlaví se přihlásilo 90 florbalistek. Mužské spektrum je představováno 98 hráči florbalu. V ženské složce je naprostou většinou zastoupena ženská Extraliga (Graf č. 1). Tu představuje 98 % dotázaných. Zbylé dvě florbalistky působí v zahraničních soutěžích. V mužské skupině taktéž převládá jednoznačně česká nejvyšší soutěž, kterou je Superliga (Graf č. 2). K ní se přihlásilo 90 %, což odpovídá 88 hráčům. 6 % florbalistů hraje 1. ligu a zbylí 4 respondenti působí v zahraničí.

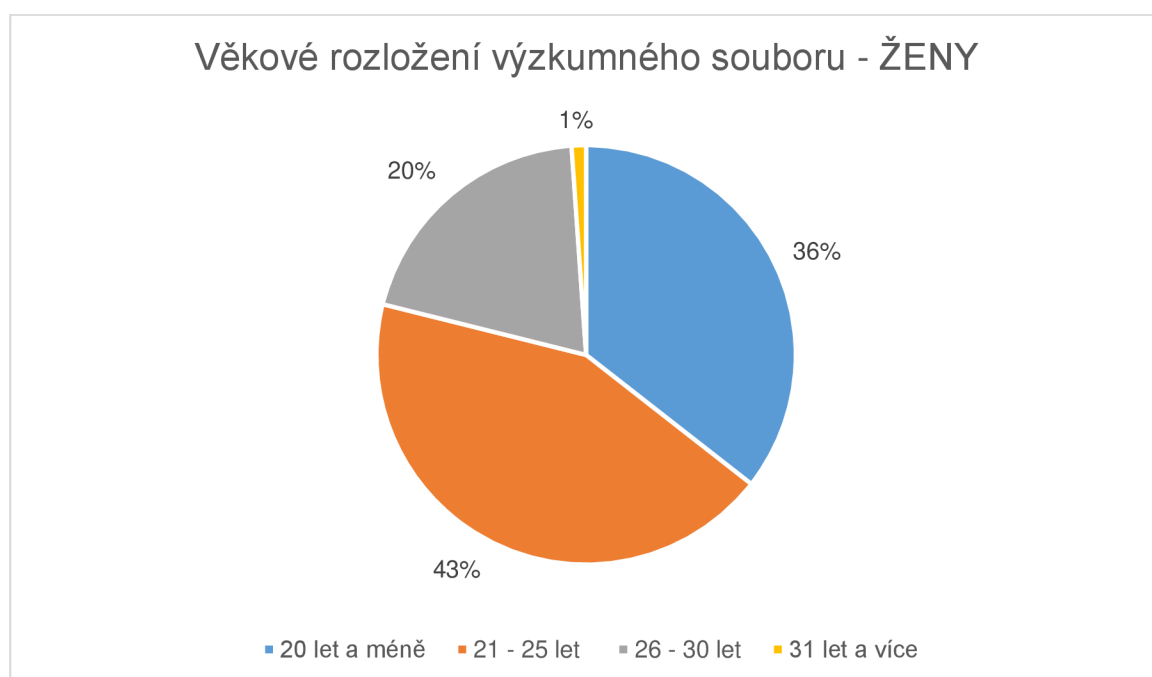


**Graf 1: Soutěžní úroveň výzkumného souboru – ŽENY**

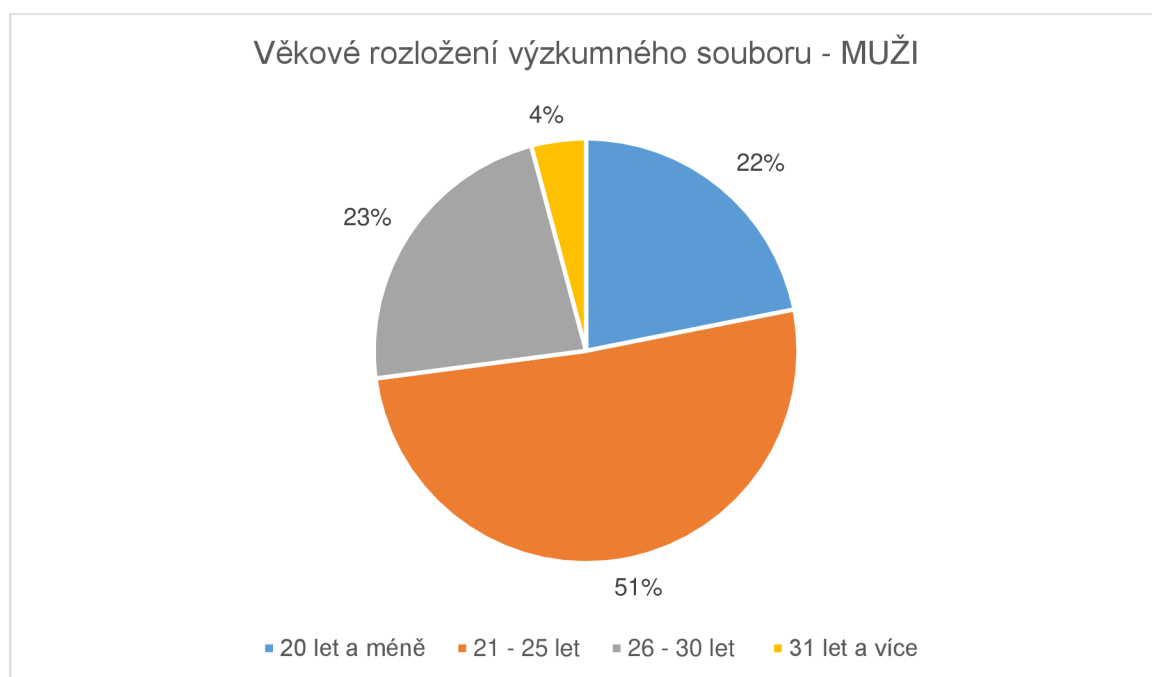


**Graf 2: Soutěžní úroveň výzkumného souboru – MUŽI**

Z hlediska věkové struktury je ženská část (Graf č. 3) představována z 43 % kategorií 21 až 25 let. 32 dotázaných florbalistek se nachází ve věku 20 let a méně. Pětina odpovídajících se nachází ve věkovém rozmezí 26 až 30 let. Jedna hráčka uvádí, že je jí 31 let či více. Věkový průměr odpovídajících žen je 22,4 let. Graf č. 4 představuje věkovou strukturu mužů. Nejpočetnější skupinou je, stejně jako u žen, rozmezí 21 až 25 let, do kterého spadá 51 % florbalistů. 22 % odpovídajících se hlásí k věkové skupině 20 let a méně. Věkové rozmezí 26 až 30 let představuje 22 hráčů. Celkem 4 dotazovaní uvedli, že je jim 31 let nebo více. Průměrný věk florbalistů je 23,4 let, což je o jeden rok více než u žen. Z toho můžeme vyvodit, že porovnáváme mezi sebou věkově velmi příbuzné skupiny.



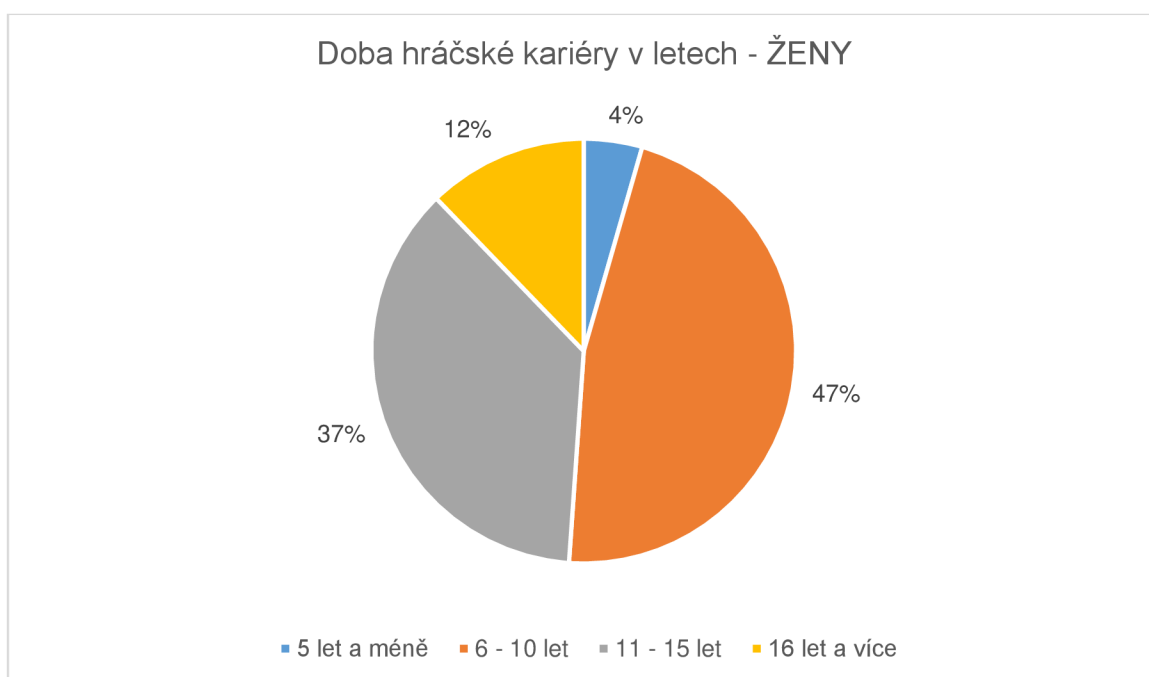
**Graf 3: Věkové rozložení výzkumného souboru – ŽENY**



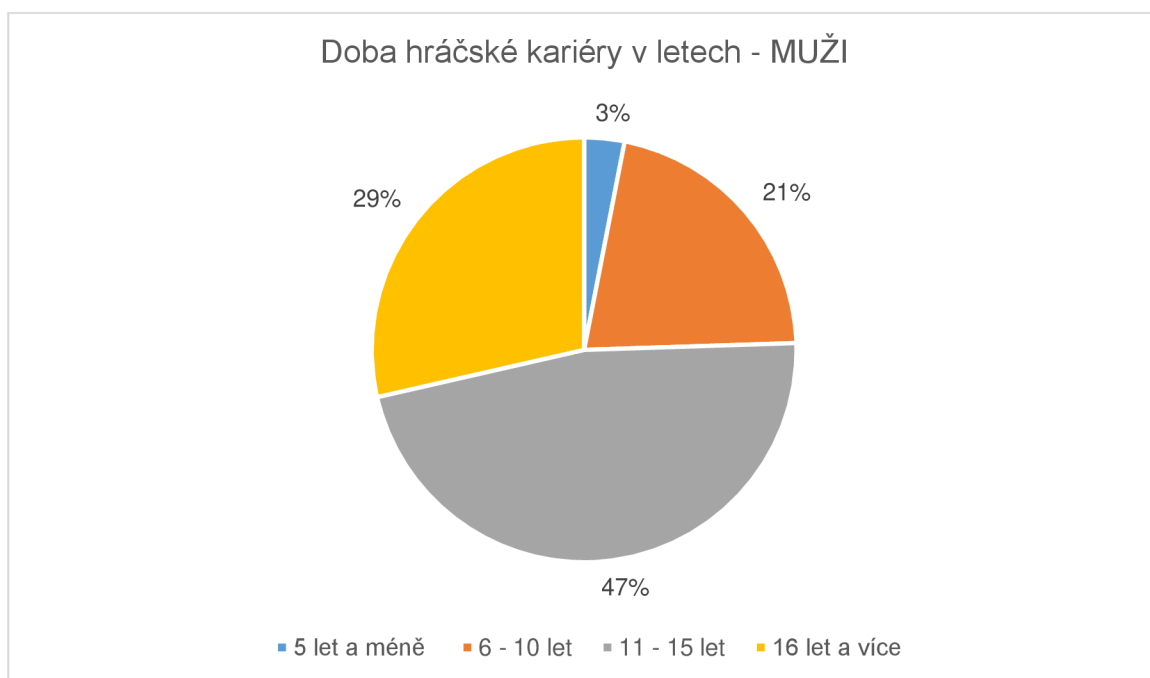
**Graf 4: Věkové rozložení výzkumného souboru – MUŽI**



Vzhledem ke zkušenostem se soutěžním sportem byli respondenti dotázáni na délku trvání sportovní florbalové činnosti. Průměrná délka sportovní kariéry v daném sportu (Grafy č. 5 a 6) se nedá přesně určit, jelikož část dotázaných odpověděla, že se sportu věnují více než 16 let nebo méně než 5 let. U florbalistek délku aktivní kariéry trvající 6 až 10 let představuje 47 %. 33 hráček odpovědělo, že se florbalu věnují 11 až 15 let. Celkem 11 dotázaných se prozradilo, že florbal hrají 16 let nebo více. Zbylé 4 % odhadují délku své kariéry na 5 nebo méně let. Mužské zastoupení představuje ze 47 % délku kariéry čítající 11 až 15 let. 16 let a více hraje aktivně florbal 28 florbalistů. Jedna pětina odhadla délku své kariéry trvající 6 až 10 let. Zbylí 3 respondenti se florbalu věnují 5 let nebo méně.

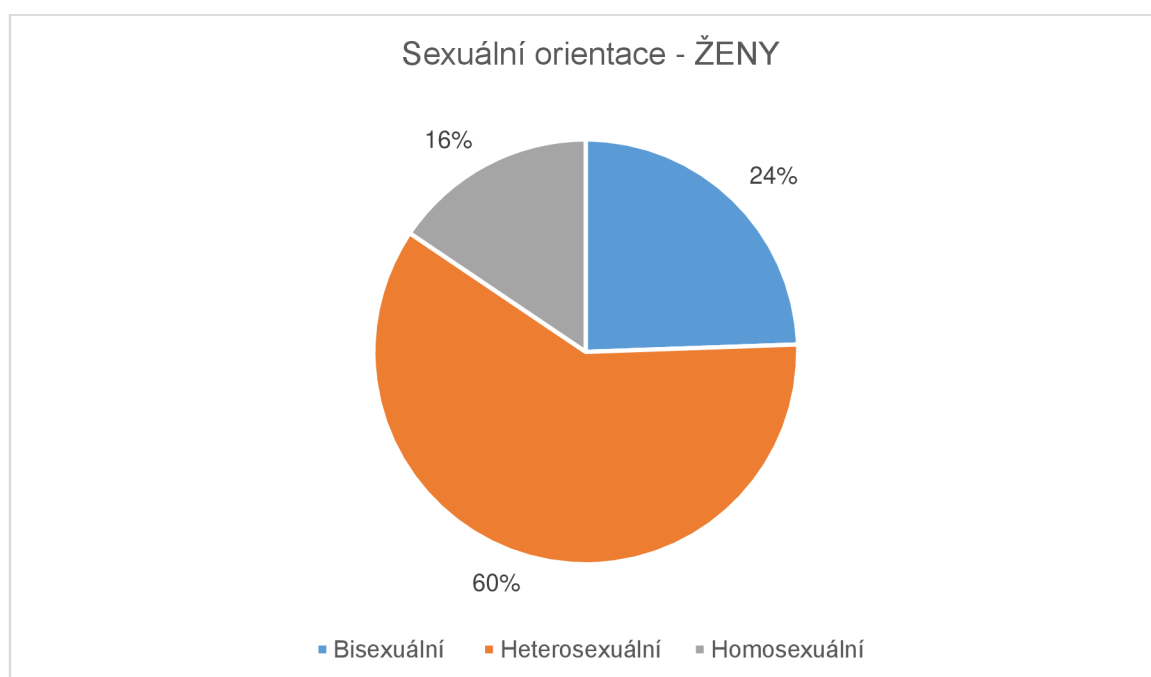


**Graf 5: Doba hráčské kariéry v letech – ŽENY**



**Graf 6: Doba hráčské kariéry v letech – MUŽI**

Co se týká sexuální orientace respondentů, tak zde nacházíme největší rozdíl mezi muži a ženami. Zatímco muži odpověděli všichni shodně, že jsou heterosexuální orientace, u žen není odpověď vůbec jednoznačná, což nám ukazuje Graf č. 7. Většina, představující 60 % se hlásí k heterosexuální orientaci. 22 florbalistek se označilo svou sexuální orientaci jako bisexuální. Zbýlých 16 % uvádí svou orientaci jako homosexuální. Florbalistky, které označily svou orientaci jako homosexuální nebo bisexuální, budu dále ve své práci označovat jako skupinu ne-heterosexuální (NH), tudíž je sjednotím do jedné skupiny.



**Graf 7: Sexuální orientace – ŽENY**

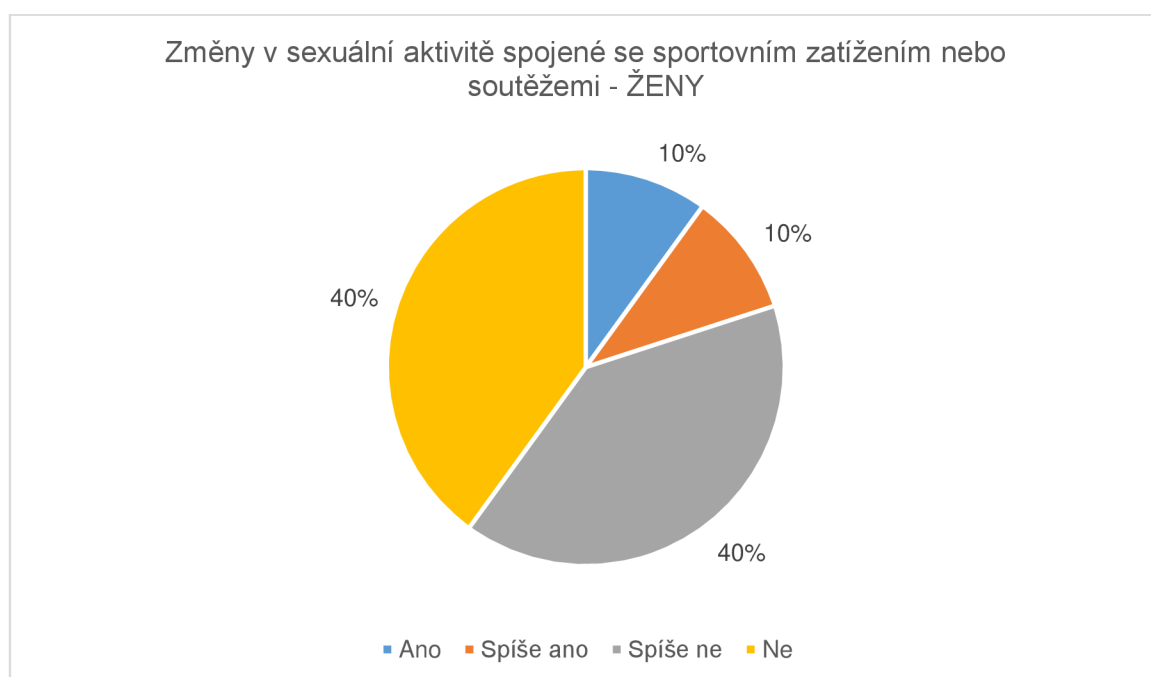
## 5.2 Subjektivní vnímání sexuální aktivity na sportovní výkon

Následující část práce je věnována změnám ve frekvenci sexuální aktivity spojené se sportovním zatížením a subjektivnímu vnímání diferencí v jednotlivých složkách sportovního výkonu.

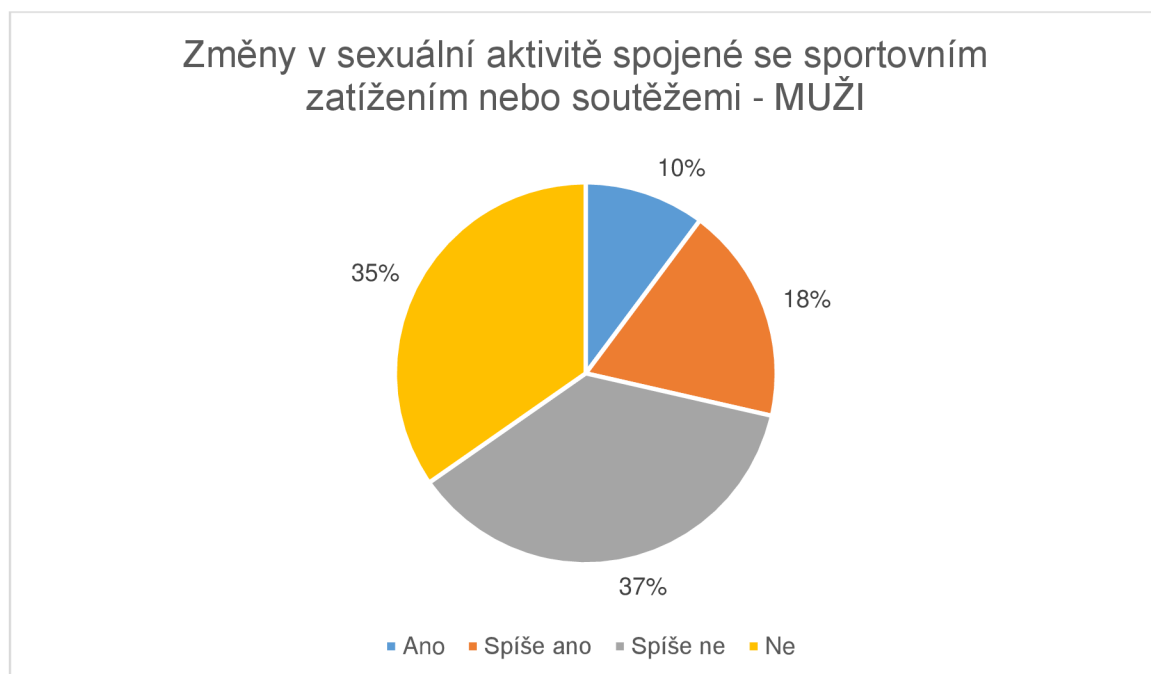
Stěžejním faktorem je subjektivní postoj sportovce vzhledem k vlivu sexuální aktivity při soutěžním a tréninkovém zatížení. Proto se výzkumné šetření v této části doptává především na úpravu sexuální aktivity nebo dokonce sexuální abstinenci před soutěží nebo při zvýšené tréninkové zátěži.

Grafy č. 8 a 9 znázorňují změny v sexuální aktivitě ve spojitosti se sportovním zatížením nebo zápasy. Ženské zastoupení z 80 % nemění nebo spíše nemění svou sexuální aktivitu před sportovním výkonem. Zbýlých 20 %, což představuje 18 hráček, uvedlo, že na

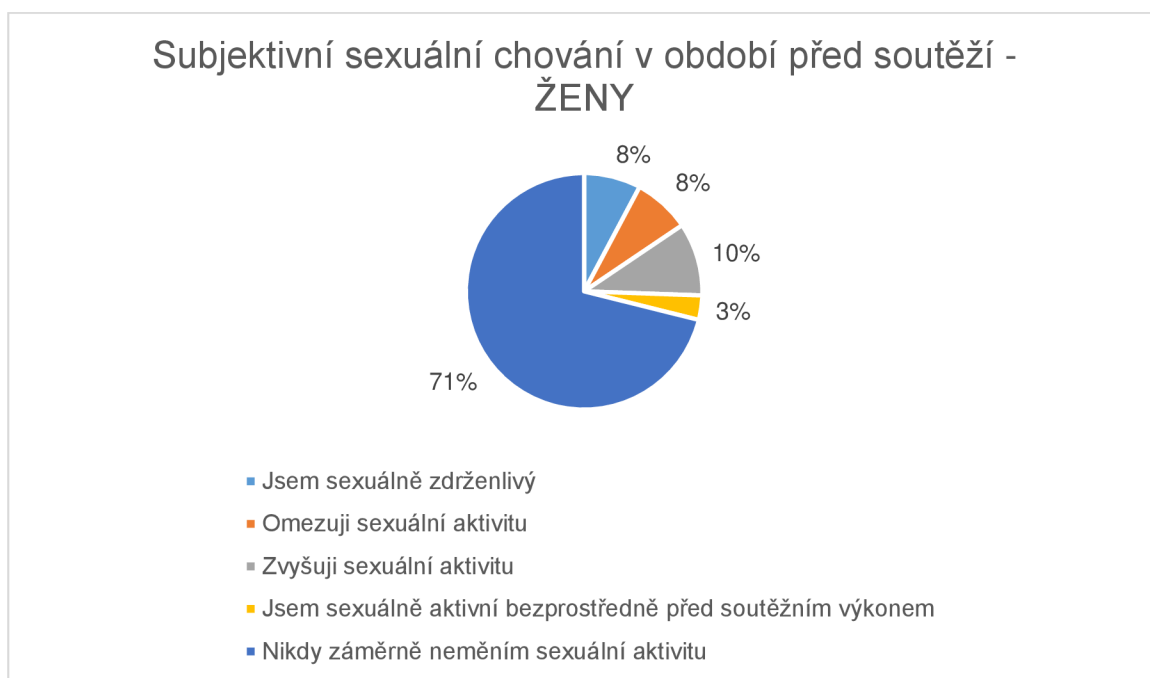
svou sexuální aktivitu vzhledem k soutěžním zápasům bere ohled a mění ji. U mužů jsou čísla velmi podobná. 72 % florbalistů svou sexuální aktivitu spíše nebo vůbec nemění. Pro 28 % respondentů, což čítá 28 hráčů, je sexuální aktivita faktorem, který vzhledem ke svému sportovnímu zatížení mění a bere na ni ohled. Při otázce na specifictější změnu týkající se sexuální aktivity v před soutěžním období (Graf č. 10) odpovědělo 13 % hráček, že svou sexuální aktivitu zvyšují nebo jsou dokonce sexuálně aktivní bezprostředně před utkáním. Jako sexuálně zdrženlivé nebo omezující svou sexuální aktivitu se označilo 16 % florbalistek. Největší podíl náleží skupině, která nikdy záměrně nemění svou sexuální aktivitu, jenž představuje 71 %. U mužského zastoupení (Graf č.11) je toto číslo o něco nižší, a to 62 %. Takové zjištění vypovídá o tom, že převládající většina dotázaných nebere sexuální aktivitu jako jeden z hlavních determinantů sportovního výkonu. Sexuální omezení nebo zdrženlivost preferuje 26 % hráčů. Zbýlých 11 % uvedlo, že aktivitu zvyšují nebo jsou sexuálně aktivní bezprostředně před zápasem.



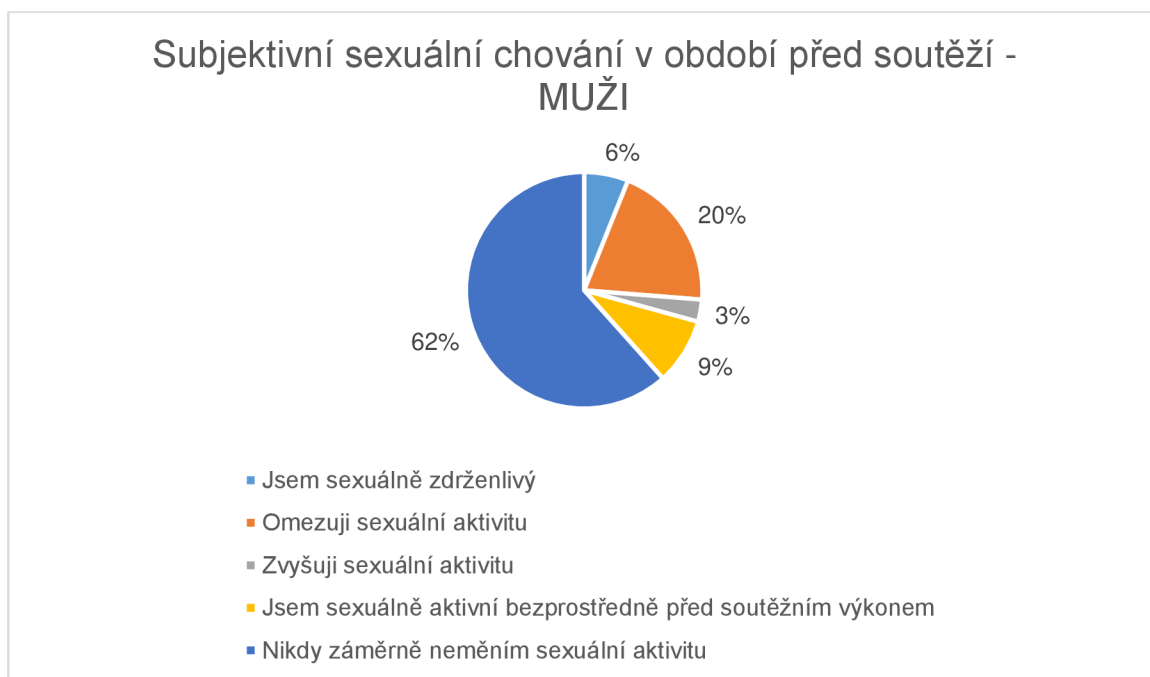
**Graf 8: Změny v sexuální aktivitě spojené se sportovním zatížením nebo soutěžení – ŽENY**



**Graf 9: Změny v sexuální aktivitě spojené se sportovním zatížením nebo soutěžení – MUŽI**

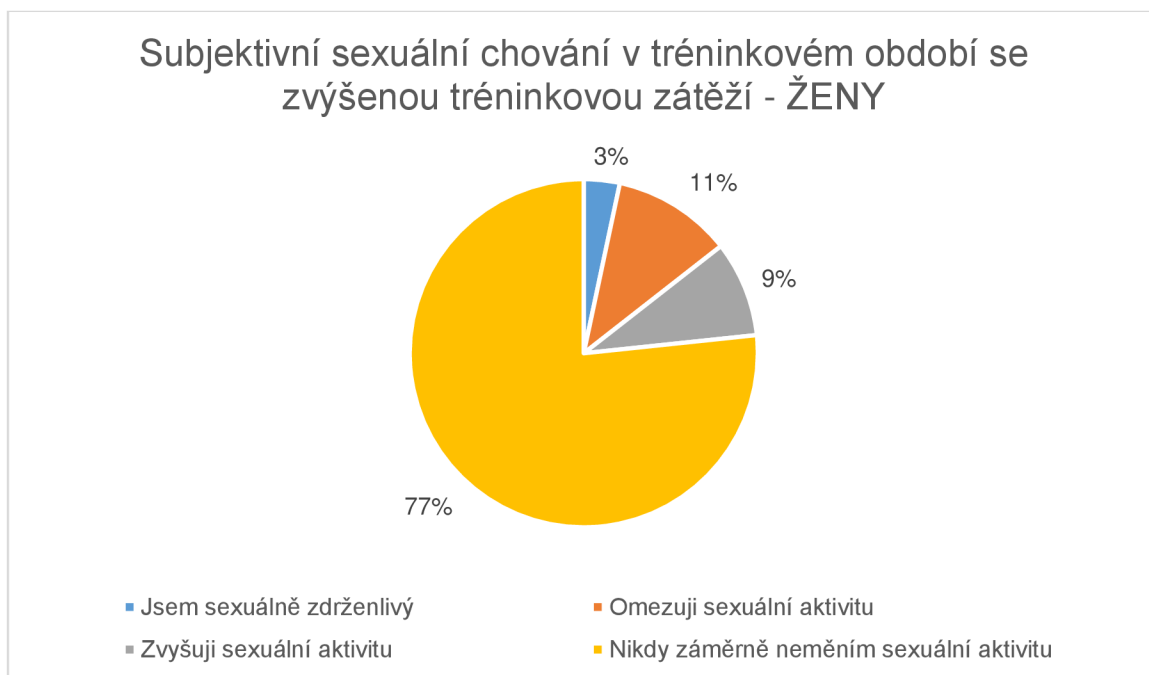


**Graf 10: Subjektivní sexuální chování v období před soutěží – ŽENY**

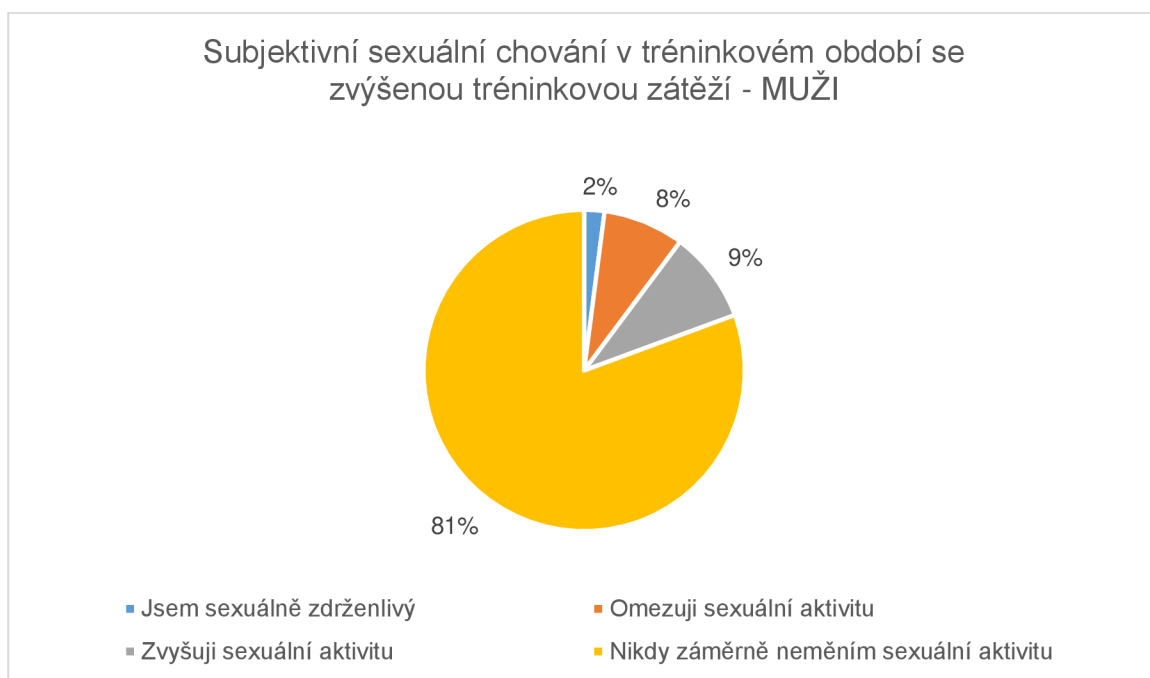


**Graf 11: Subjektivní sexuální chování v období před soutěží – MUŽI**

V tréninkovém období se zvýšenou aktivitou zátěže (Grafy č. 12 a 13) jsou sesbíraná data ještě více přesvědčující, kdy 77 % žen a 81 % mužů nikdy záměrně nemění svou sexuální aktivitu. Sexuální zdrženlivost nebo omezení sexuální aktivity uvedlo 14 % respondentek a 10 % florbalistů. Zbýlých 9 % mužů i žen naopak zvyšuje svou sexuální aktivitu.



**Graf 12: Subjektivní sexuální chování v tréninkovém období se zvýšenou tréninkovou zátěží – ŽENY**



**Graf 13: Subjektivní sexuální chování v tréninkovém období se zvýšenou tréninkovou zátěží – MUŽI**

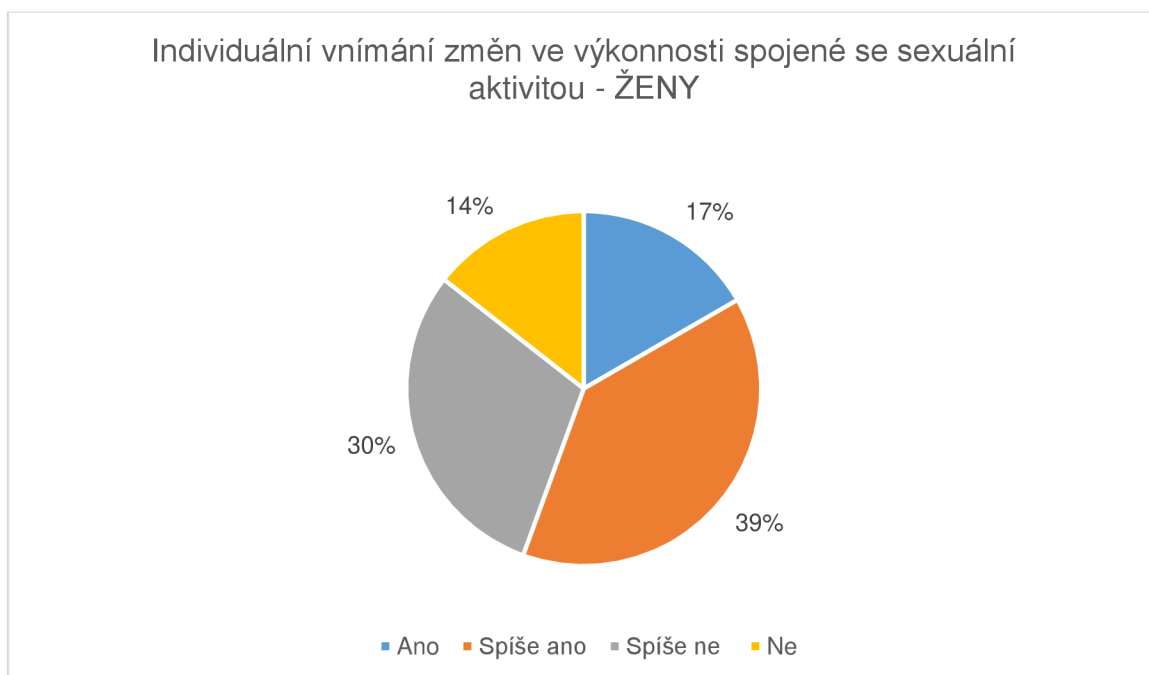
Následující uvedené grafy poukazují na respondenty, jež vnímají změny v jednotlivých sekcích sportovního zatížení, kterými jsou výkonnost, kondiční (síla, rychlost, vytrvalost, koordinace) a psychická složka.

Grafy č. 14 a 15 ukazují individuální změny ve výkonnosti spojené se sexuální aktivitou. 56 % odpovídajících florbalistek odpovědělo, že změny ve své výkonnosti vnímá nebo je vnímá lehce. Zbylých 44 % respondentek si změny neuvědomují. U mužů jsou odpovědi velmi podobné. 53 % shledává určité změny, 47 % naopak ve spojitosti se sexuální aktivitou nepocítují žádné změny ve své výkonnosti.

Konkrétní změny ve výkonnosti, které respondenti zaznamenávají, uvádí Grafy č. 16 a 17. Změny, které ve výkonnosti florbalistky vnímají, jsou ze 49 % pozitivní nebo spíše pozitivní.



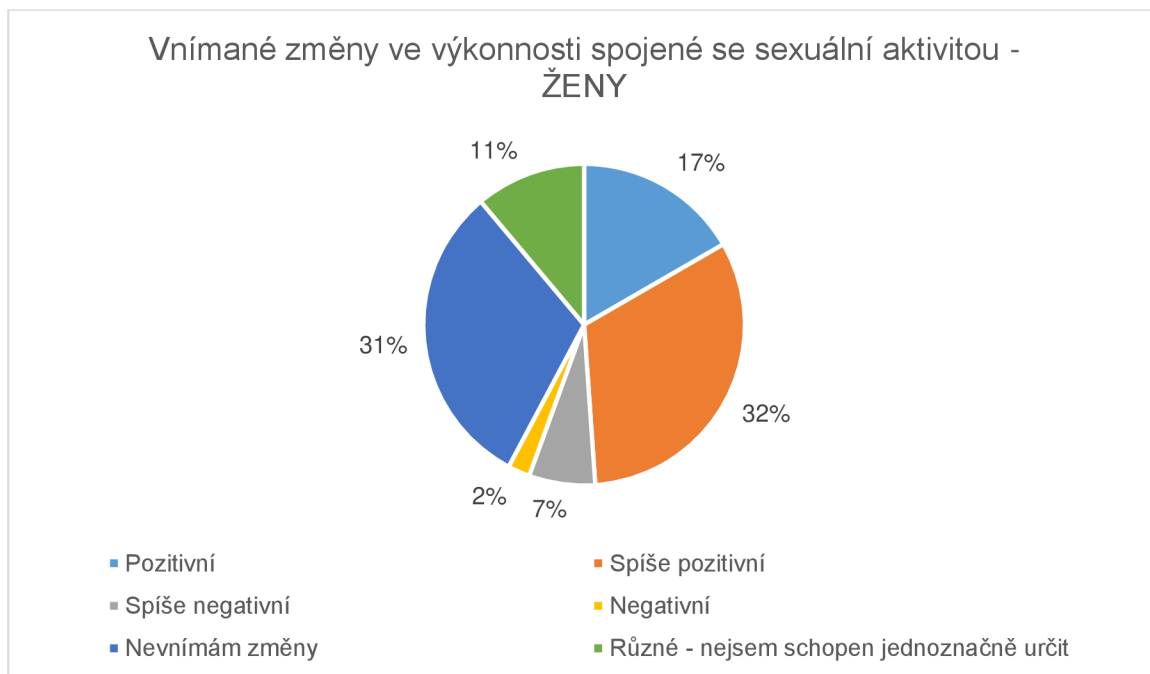
Negativní dopad sexuální aktivity na výkonnost uvedlo 9 % odpovídajících. Zbýlých 42 % nevnímá změny nebo nejsou schopny určit jejich negativní, nebo pozitivní následky. V případě mužského zastoupení je hodnota pozitivního vnímání 45 %. Negativní nebo spíše negativní dopad na svou výkonnost shledává 12 %. K různým změnám, kdy nejsou schopni určit negativní nebo pozitivní dopad na jejich výkonnost, se hlásí 43 %. Výsledky vnímání změn na individuální výkonnost ovlivněnou sexuální aktivitou od mužů i žen jsou velmi podobné a z toho můžeme vyvodit, že v tomto ohledu není mezi muži a ženami velký rozdíl.



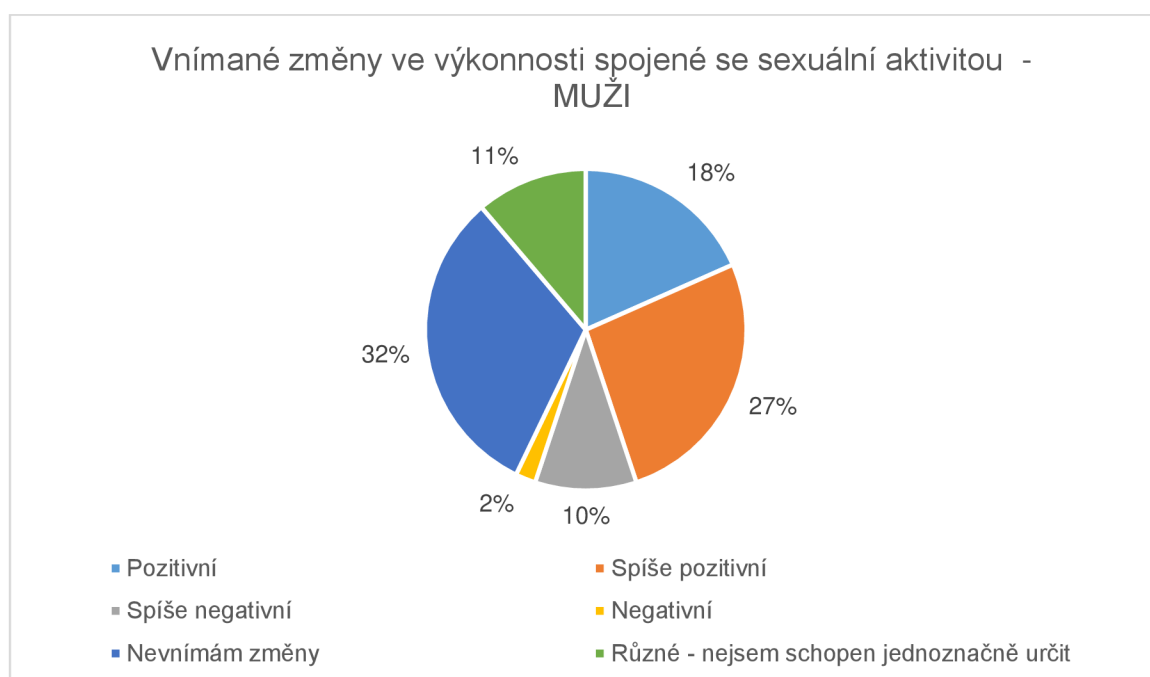
**Graf 14: Individuální vnímání změn ve výkonnosti spojené se sexuální aktivitou – ŽENY**



**Graf 15: Individuální vnímání změn ve výkonnosti spojené se sexuální aktivitou – MUŽI**

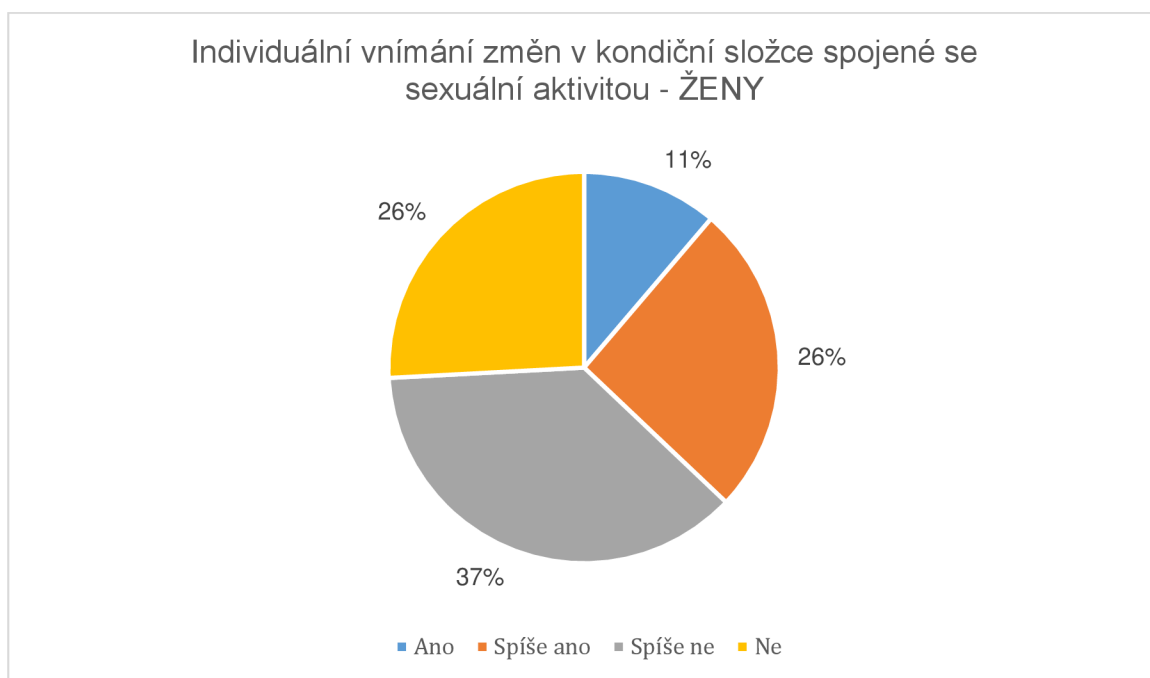


**Graf 16: Vnímané změny ve výkonnosti spojené se sexuální aktivitou – ŽENY**

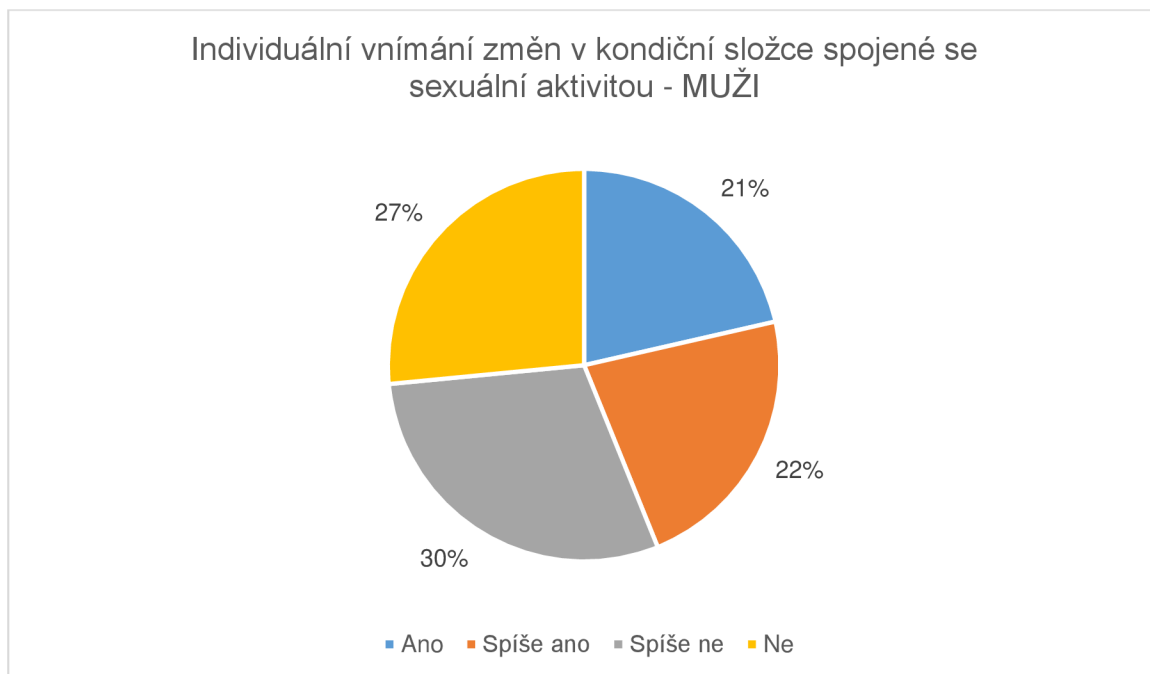


**Graf 17: Vnímané změny ve výkonnosti spojené se sexuální aktivitou – MUŽI**

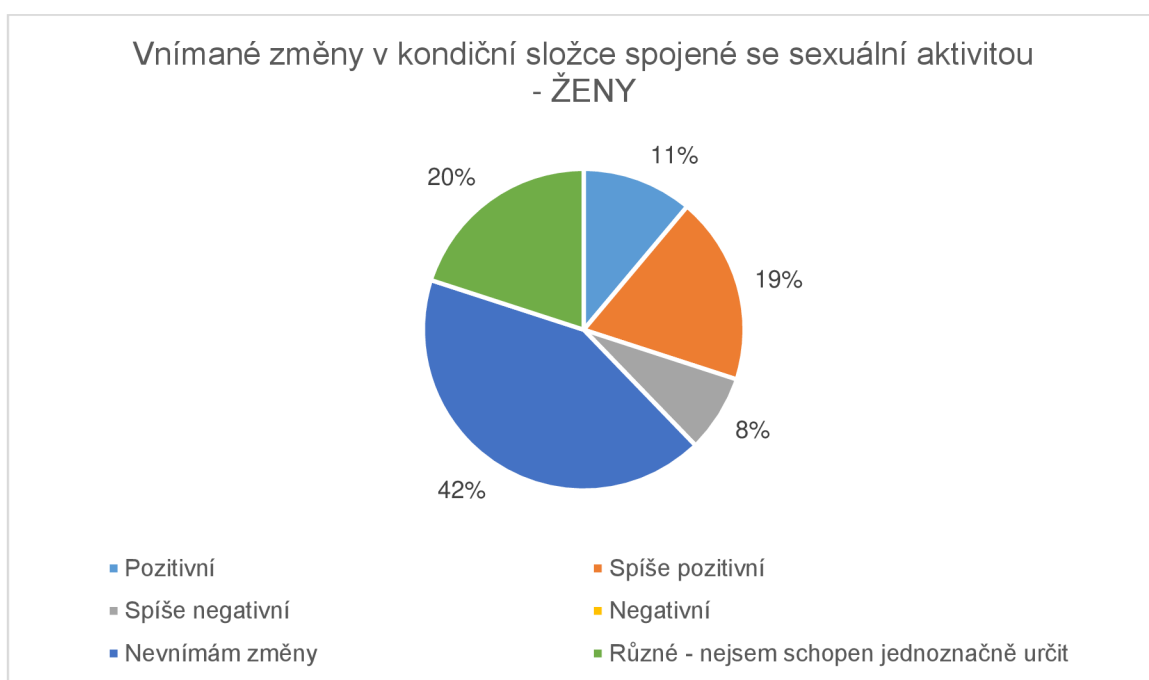
Vnímané změny v kondiční složce, která představuje například sílu, koordinaci, rychlost nebo vytrvalost (Graf č. 18 a 19), uvedlo 37 % dotázaných žen a 43 % mužů. 63 % florbalistek si změn spíše nebo vůbec nevšimá. U mužů tuto odpověď zvolilo 57 % dotázaných hráčů. Grafy č. 18 a 19 poukazují na dopad změn vyvolaných se sexuální aktivitou, na kondiční složku sportovního výkonu. Žádné nebo různé změny, kdy není odpovídající schopen určit jejich dopad, shledává u žen až 62 %, u mužů je to 44 %. Pozitivní nebo spíše pozitivní následky v kondiční složce vnímá 30 % florbalistek (Graf č. 20) a až 42 % jejich mužských kolegů (Graf č. 21). Největší rozdíl mezi výsledky u mužů a u žen nastává u negativních dopadů na kondiční složku sportovního výkonu spojených s jejich sexuální aktivitou. U žen vnímá spíše negativní následky 8 %, u mužů tuhle změnu vnímá celých 18 %. Dalších 5 % sportovců označuje změny za rozhodně negativní, z žen tuto odpověď neoznačila ani jedna.



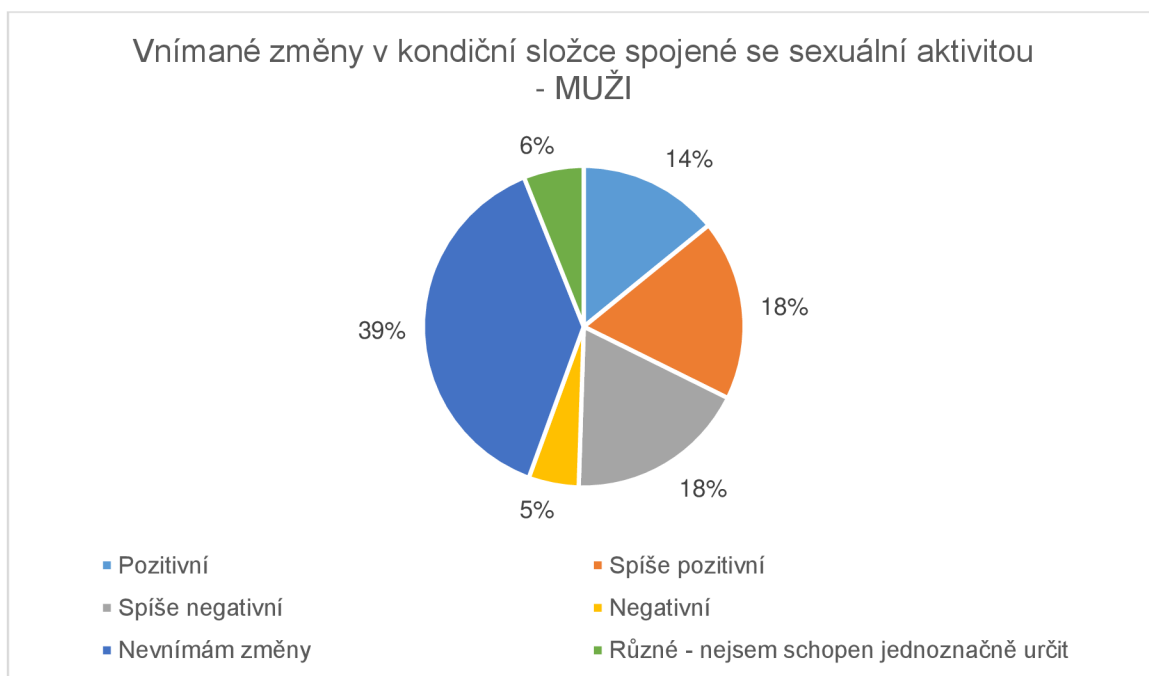
**Graf 18: Individuální vnímání změn v kondiční složce spojené se sexuální aktivitou – ŽENY**



**Graf 19: Individuální vnímání změn v kondiční složce spojené se sexuální aktivitou – MUŽI**

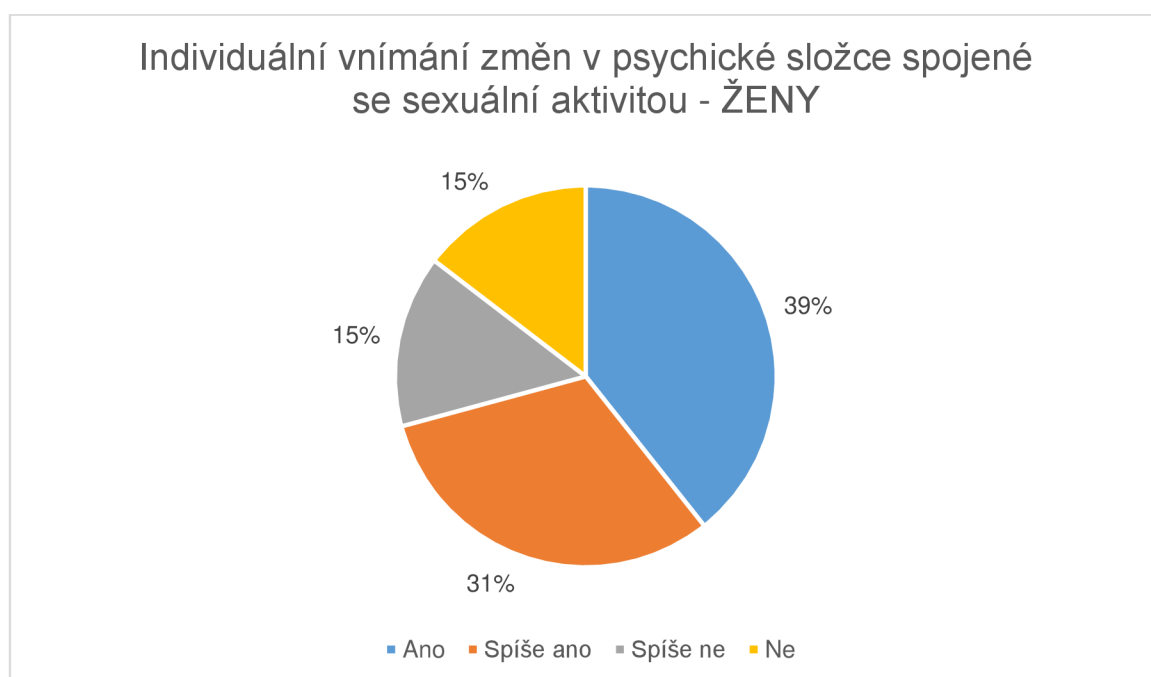


**Graf 20: Vnímané změny v kondiční složce spojené se sexuální aktivitou – ŽENY**

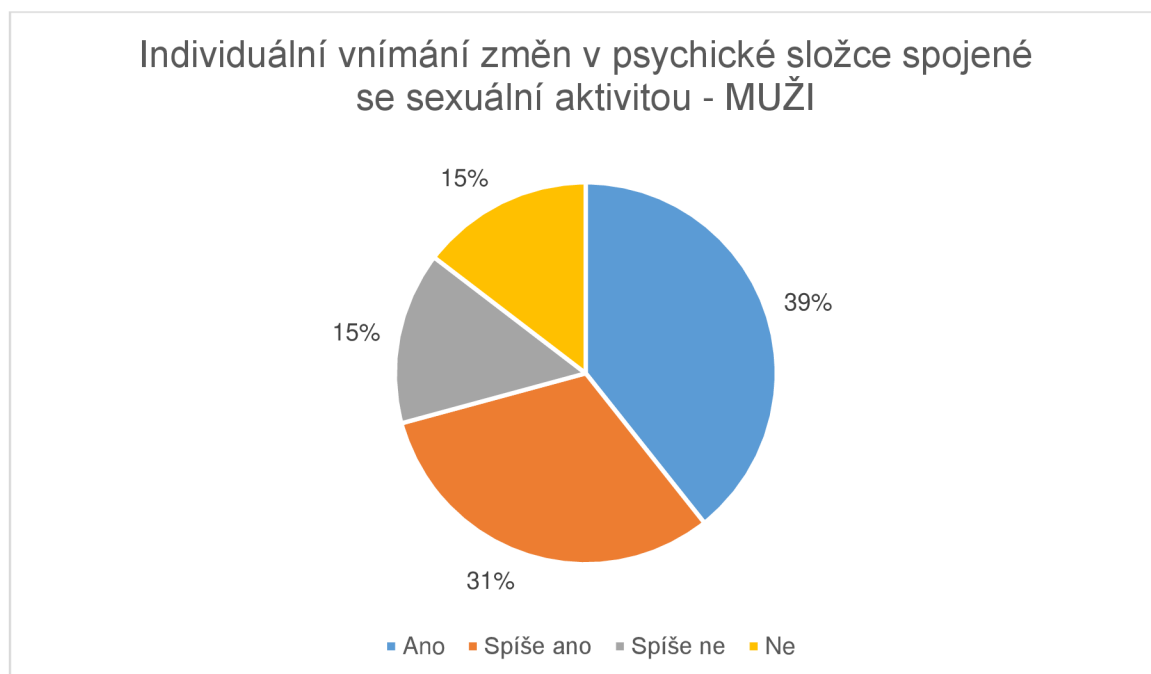


**Graf 21: Vnímané změny v kondiční složce spojené se sexuální aktivitou – MUŽI**

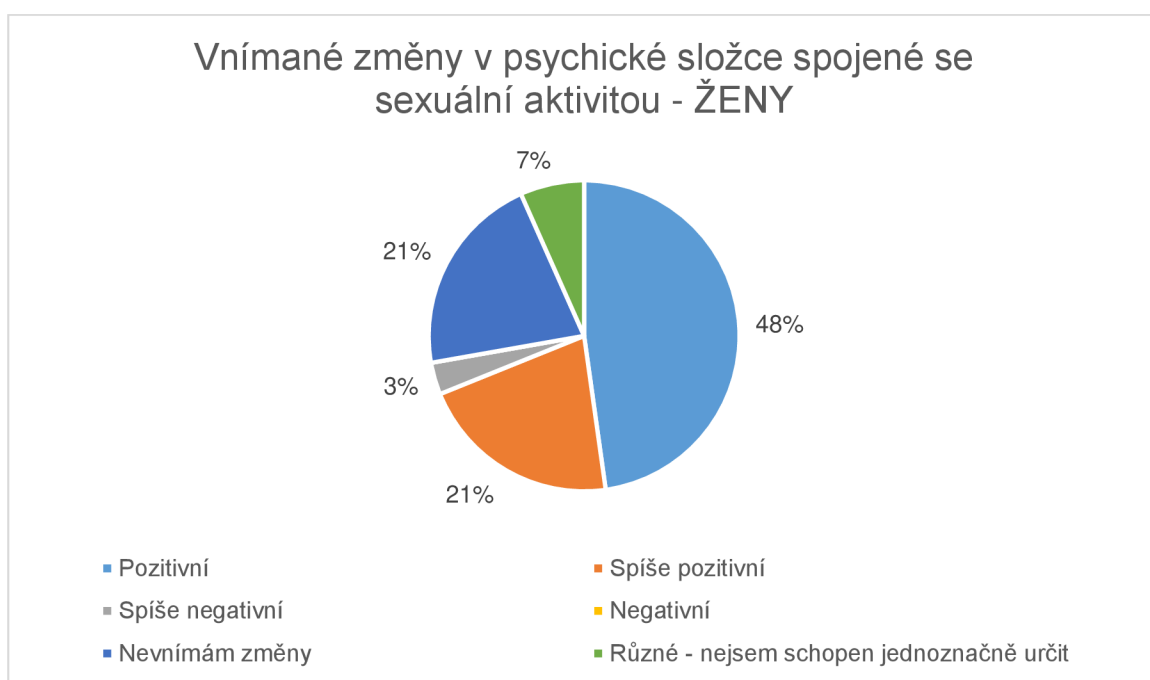
V psychické složce výkonu pozorujeme, díky Grafům č. 22 a 23, od sportovců největší pozitivní ohlasy spojené se sexuální aktivitou. Až 70 % respondentek a 64 % mužů pozorují změny po psychické stránce spojené se sexuální aktivitou. Z toho lze vyvodit, že pro přibližně u dvou třetin oslovených sportovců může sexuální aktivita hrát značnou roli v jejich sportovním životě. Zbýlých 30 % žen a 36 % mužů změny nepozoruje nebo spíše nepozoruje. Změny, které v psychické složce výkonu dotázaní vnímají (Grafy č. 24 a 25), jsou u sportovkyň z 69 % pozitivní nebo spíše pozitivní, u florbalistů je to 58 %. Dotazovaných, kteří nejsou schopni jednoznačně určit charakter změn nebo změny vůbec nepocítují, je v ženské části 28 % a v mužské až 38 %. Negativní nebo spíše negativní dopad na psychickou složku spojenou se sexuální aktivitou, uvedly 3 % sportovkyň a 4 % jejich mužských kolegů.



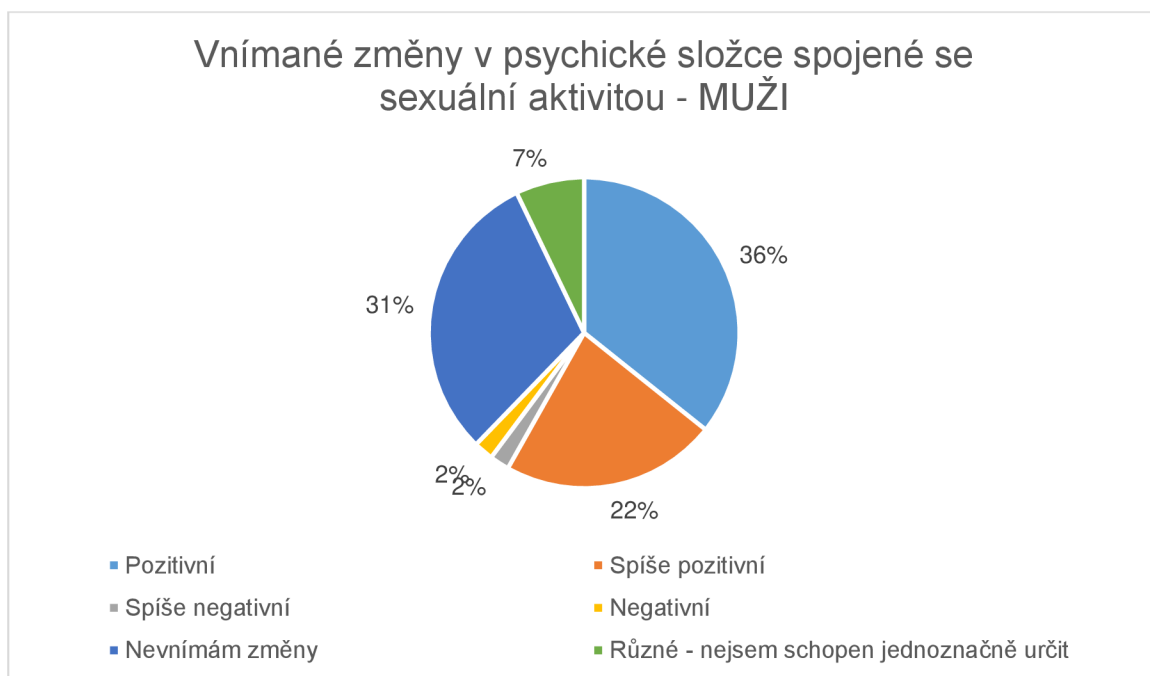
**Graf 22: Individuální vnímání změn v psychické složce spojené se sexuální aktivitou – ŽENY**



**Graf 23: Individuální vnímání změn v psychické složce spojené se sexuální aktivitou – MUŽI**



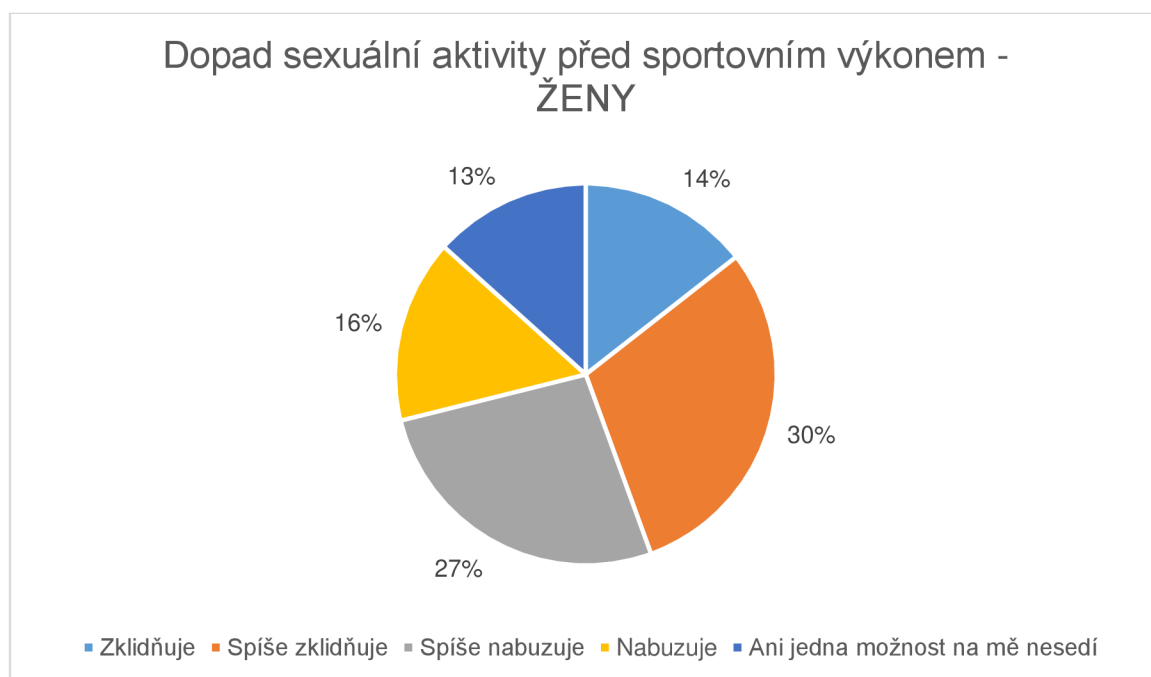
**Graf 24: Vnímané změny v psychické složce spojené se sexuální aktivitou – ŽENY**



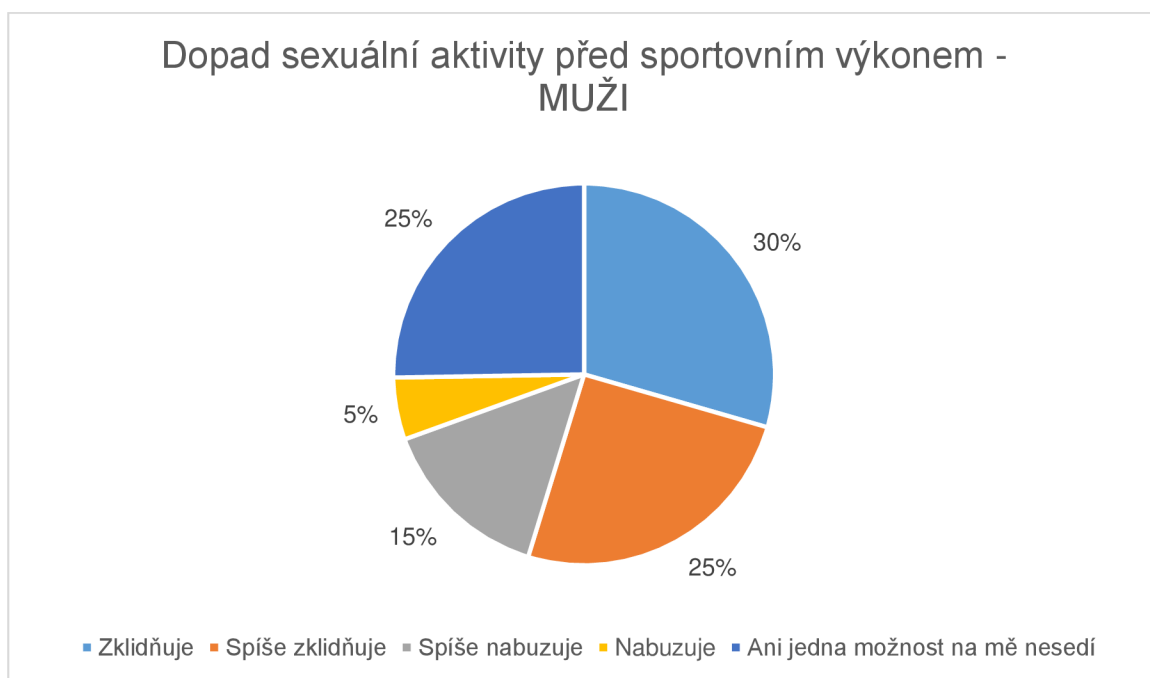
**Graf 25: Vnímané změny v psychické složce spojené se sexuální aktivitou – MUŽI**



Následující Grafy č. 26 a 27 představují odpovědi respondentů ohledně subjektivně vnímaných změn na jejich celkové rozpoložení. V grafu nepřevládá dominantně ani jedna z odpovědí, ale ani není žádná upozaděna. Největší zastoupení představující 44 % žen a až 54 % mužů se přiklání k tomu, že je sexuální aktivita před soutěží zklidňuje nebo spíše zklidňuje. Naopak nabuzující nebo spíše nabuzující změny pozoruje 41 % respondentek a 20 % florbalistů. Ani v jedné z nabízených možností se neshledalo 13 % dotázaných sportovkyň. U mužů tuto odpověď zvolila přesná jedna čtvrtina dotázaných.

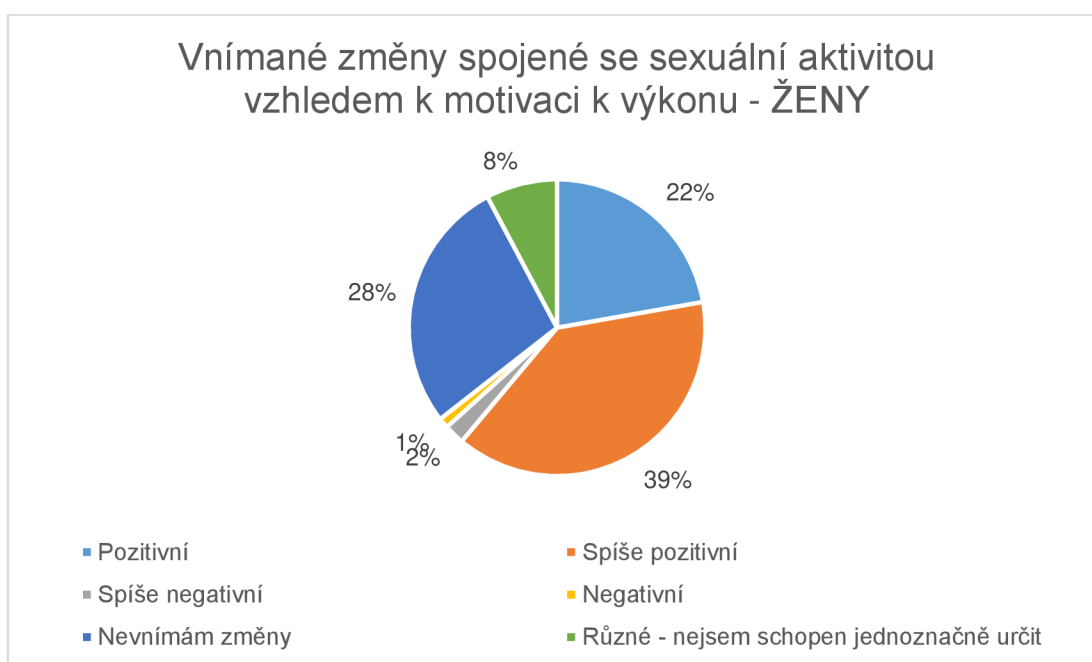


**Graf 26: Dopad sexuální aktivity před sportovním výkonem – ŽENY**

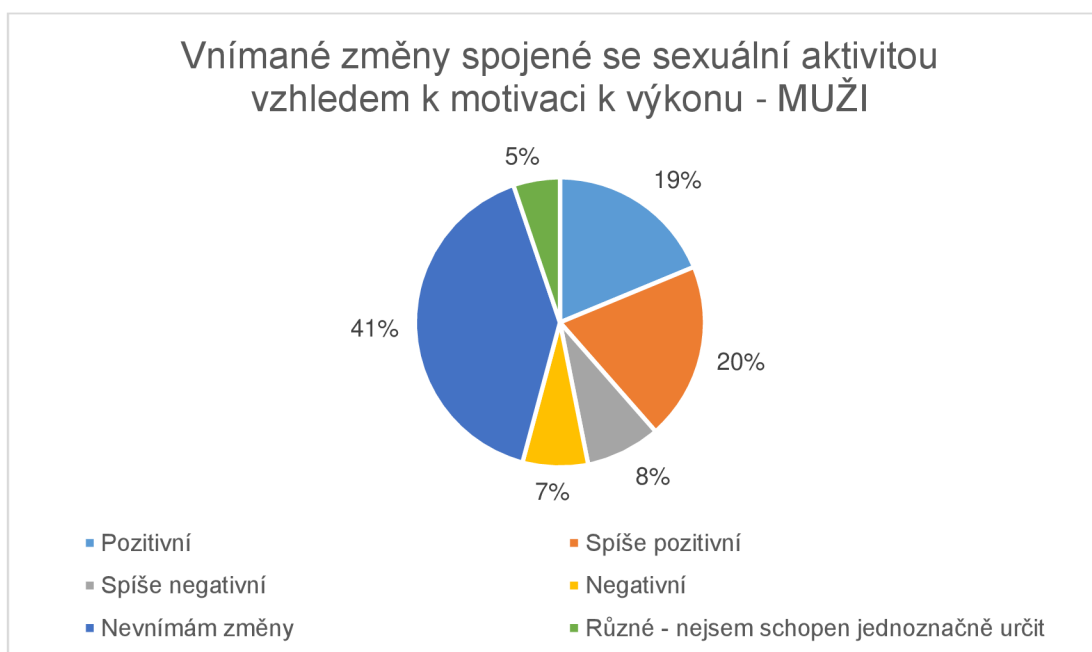


**Graf 27: Dopad sexuální aktivity před sportovním výkonem – MUŽI**

Změny v motivaci vnímanou ve spojení se sexuální aktivitou dokládají Grafy č. 28. a 29. Největší procentuální zastoupení má pozitivní nebo spíše pozitivní motivace k výkonu, kterou představuje 61 % odpovídajících sportovkyň a 39 % mužů, což dokládá jeden z největších zjištěných rozdílů mezi jednotlivými pohlavími. Žádné nebo různé změny, kdy není odpovídající schopen jednoznačně určit jejich dopad, představuje 36 % žen a 46 % florbalistů. Negativní nebo spíše negativní vliv na motivaci k výkonu pozorují 4 % florbalistek a až 15 % dotázaných sportovců.

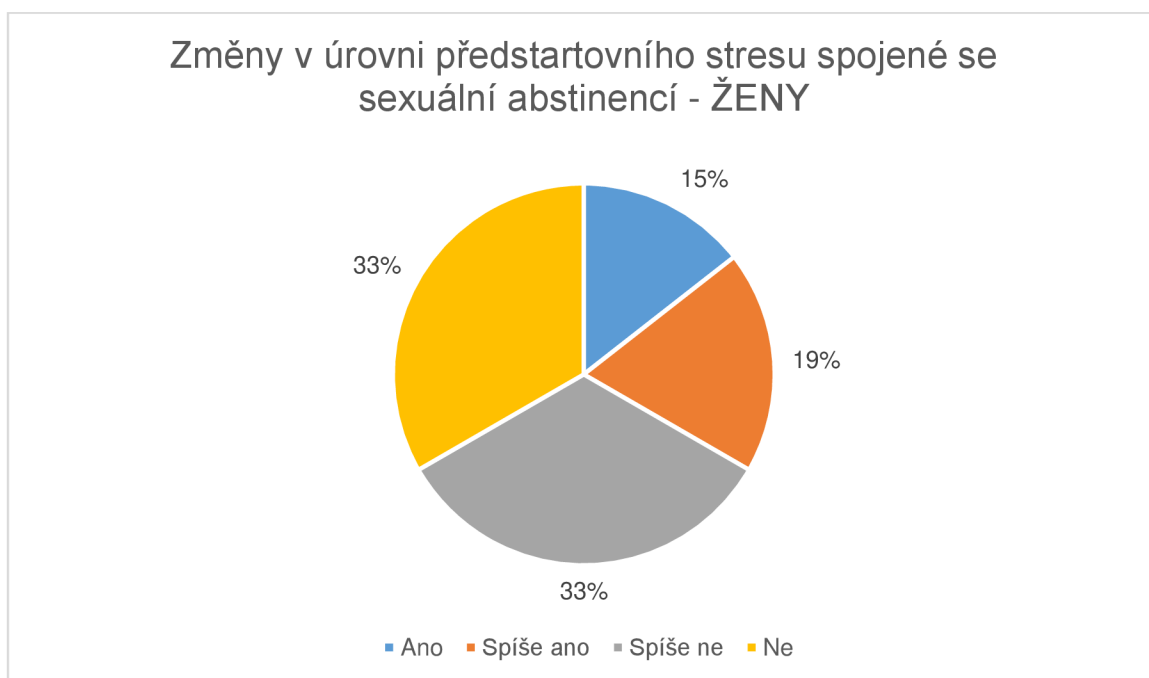


**Graf 28: Vnímané změny spojené se sexuální aktivitou vzhledem k motivaci k výkonu – ŽENY**

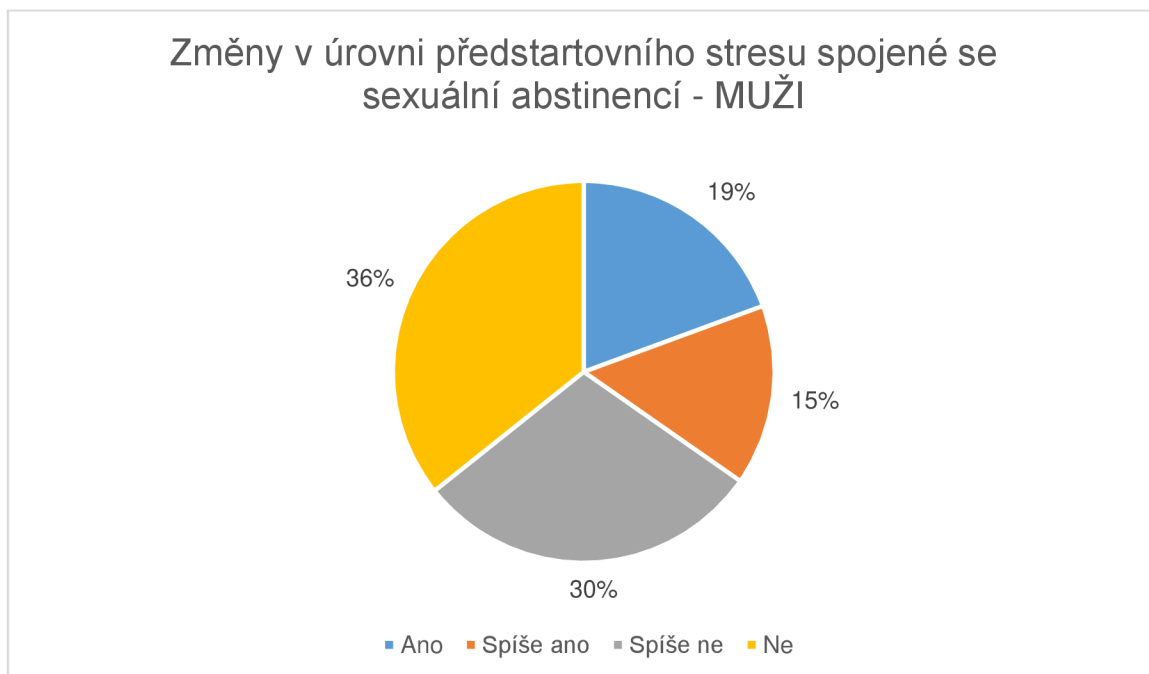


**Graf 29: Vnímané změny spojené se sexuální aktivitou vzhledem k motivaci k výkonu – MUŽI**

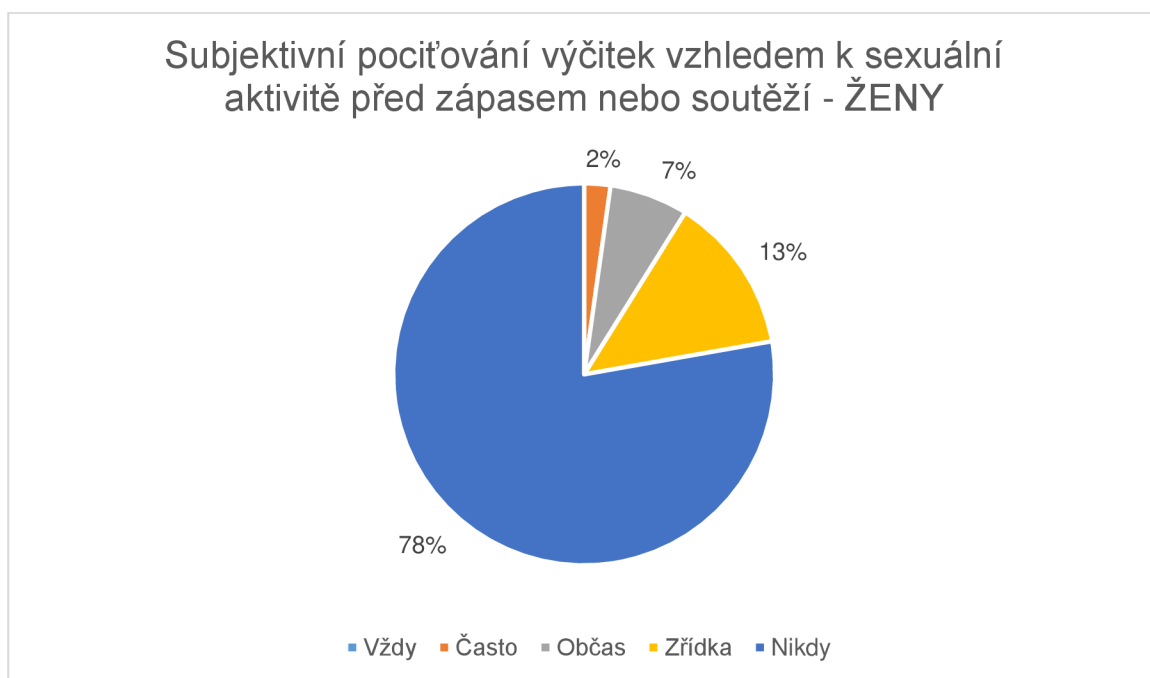
Na úroveň předstartovního stresu ve spojení se sexuální abstinencí poukazují Grafy č. 30 a 31. Drtivá většina dotázaných, představující 66 % žen i mužů, nepocituje nebo spíše nepocituje úroveň předstartovního stresu spojeného se sexuální abstinencí. Změny v tomto ohledu pozoruje nebo spíše pozoruje zbylých 34 % respondentů. Poslední grafy z první poloviny dotazníkového šetření se zaměřují na osobní výčitky spojené se sexuální aktivitou před zápasem (Graf č. 32 a 33). Přibližně tři čtvrtiny všech odpovědí představují možnost „Nikdy“, kterou zvolilo 78 % žen a 74 % mužů. Díky takovému výsledku je patrné, že sexuální aktivita nepředstavuje pro většinu rozhodující faktor, kterému by byly přisuzovány jakékoliv výčitky spojené se sportovním výkonem. Zřídka nebo občasné výčitky uvedlo shodně 20 % všech dotázaných. Časté nebo dokonce stálé výčitky spojené se sexuální aktivitou pozorují pouhé 2 % žen a 5 % florbalistů.



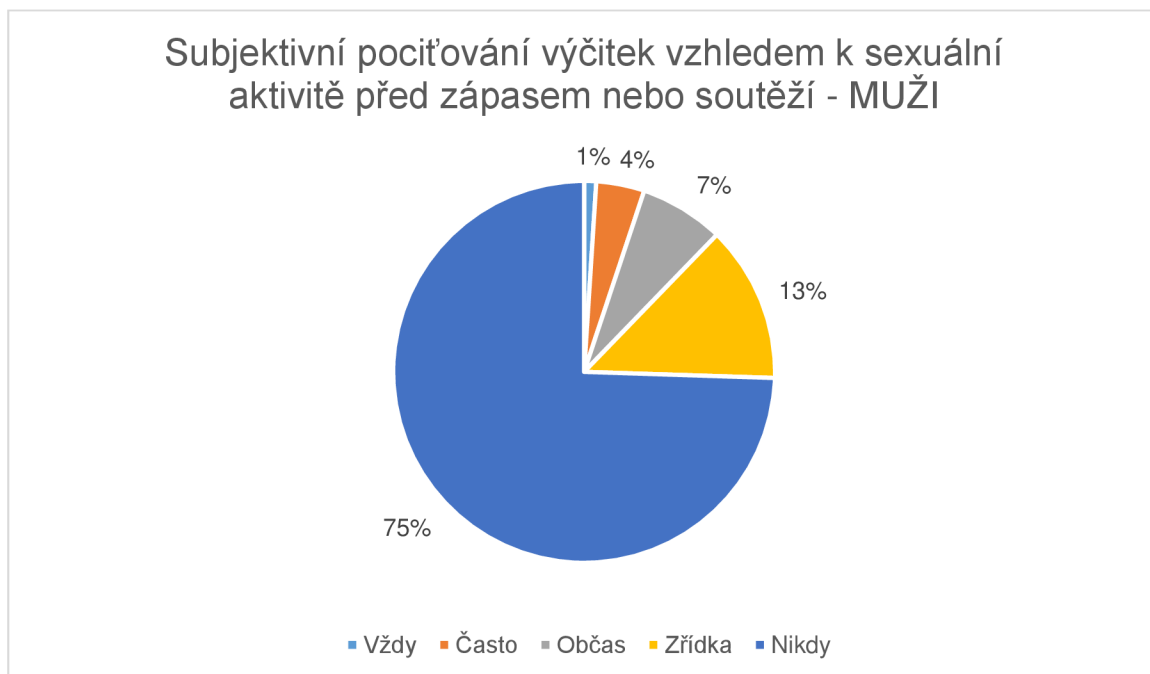
**Graf 30: Změny v úrovni předstartovního stresu spojené se sexuální abstinencí – ŽENY**



**Graf 31: Změny v úrovni předstartovního stresu spojené se sexuální abstinencí – MUŽI**



**Graf 32: Subjektivní pocitování výčitek vzhledem k sexuální aktivitě před zápasem nebo soutěží – ŽENY**



**Graf 33: Subjektivní pocitování výčitek vzhledem k sexuální aktivitě před zápasem nebo soutěží – MUŽI**

### 5.3 Sociosexuální orientace, SOI-R dotazník

Druhá část dotazníku, tudíž otázky č. 17 až č. 25, představují dotazník SOI-R. Z odpovědí zúčastněných lze díky výsledkům spočítat celkové skóre sociosexuality (SOI-R), jež je vykalkulováno ze všech hodnot (Penke a Asendorpf, 2008).

Všechny výsledky jsou interpretovány průměrem hodnot dotazovaných. Ženská složka je rozdělena na heterosexuální a neheterosexuální části, u mužů to nebylo možné, jelikož nikdo v dotazníku neuvedl jinou orientaci než heterosexuální. Ženská složka je zobrazena i jako celek s označením NH+H, aby bylo možné porovnat i rozdíly na základě genderu. Čím vyšší číslo, neboli skóre je dosaženo, tím je sociosexualita více neomezená - tím vyšší je ochota jednotlivce přistoupit k nezávaznému sexuálnímu vztahu (Simpson, Gangestad, 1991).

U všech prvních třech otázek, které odrážejí sociosexuální chování, můžeme vidět, že nejnižší skóre náleží neheterosexuálním ženám. Nejvyšší poté heterosexuálním mužům. Muži mají také vyšší skóre ve všech třech otázkách než ženy (Tabulka 1, SOI-R 1-3), to potvrzuje i hodnota BEH, která udává celkový průměr z prvních tří otázek, jež reflektují sociosexuální chování.

U otázek 4 a 5 vidíme opět nejnižší skóre u neheterosexuálních žen a nejvyšší u mužů. Přesně naopak tomu ale je při otázce 6, která se doptává na to, zda dotyčný nechce mít pohlavní styk, dokud si není jistý, že má s partnerem dlouhodobý vztah (Tabulka 1, SOI-R 4-5). Celkové výsledné skóre ATT, které odráží sociosexuální postoje, je zase nejvyšší pro muže.

Poslední tři otázky, které se zabývají sociosexuálními touhami, reflektují, že vyšších hodnot opět dosahují muži (Tabulka 1, SOI-R

## VÝSLEDKY

7-9). Co se týče vlivu sexuální orientace u žen, tak je toto kritérium celkem zanedbatelné, jelikož jsou čísla heterosexuálních i neheterosexuálních žen velmi podobná, což nám potvrzuje i výsledná hodnota DES.

Celkové skóre sociosexuality, jež dokládá výsledná hodnota SOI-R, vyznívá v nejvyšších číslech pro muže. Nejnižších hodnot pak dosáhly neheterosexuální ženy.

pohlaví orientace otázka	ženy			muži H (všichni)
	NH	H	NH + H	
	průměr			
SOI-R 1	2,5	2,7	2,6	3,1
SOI-R 2	2,1	2,3	2,2	3,7
SOI-R 3	1,8	2	2,1	3,9
SOI-R 4	3,8	5,4	4,7	6
SOI-R 5	3,7	4,7	4,4	6,5
SOI-R 6	5,6	4,5	4,8	3
SOI-R 7	3,2	3,4	3,3	4,7
SOI-R 8	2,8	2,7	2,7	3,2
SOI-R 9	2,6	2,8	2,8	4
BEH	2,1	2,3	2,3	3,6
ATT	4,4	4,8	4,6	5,2
DES	2,9	3	2,9	4
SOI-R	3,1	3,4	3,3	4,2

**Tabulka 1: Výsledné hodnoty SOI-R dotazníku**



## 6 Diskuze

### 6.1 Subjektivní pocitování změn na sportovní výkon

Jedním z cílů mé práce je objasnit, zda má sexuální aktivita vliv na sportovní výkon. Všechny odpovědi jsou rozděleny pro přehlednost a možnost srovnání, na muže a ženy. Tyto dvě složky si jsou velmi podobné a jediným jejich rozdílovým faktorem může být sexuální orientace, kdy se u žen hlásí k neheterosexuální orientaci 40 %. Tento fakt může být prvkem diferenciací výsledků stejně jako gender, a proto na něj musí být brán ohled při přejímání výsledků.

Z prvních otázek, jež se doptávají na změny sexuální aktivity před soutěží nebo v tréninkovém procesu, vyznívají ve větších číslech pro muže. Můžeme tedy předpokládat, že právě muži více přemýšlí o vlivu sexuální aktivity na jejich sportovní výkon. Čísla ale nedosahují ani jedné čtvrtiny pro ty, kteří svou sexuální aktivitu nějak mění. Z toho vyplývá, že florbalisté z větší části neberou pohlavní styk jako faktor, který by zvláště zásadně ovlivňoval jejich sportovní výkon.

Při otázkách na individuální vnímání změn na jednotlivé kategorie utvářející sportovní výkon, jsou odpovědi velmi podobné. Co se týče výkonnosti, tak v případě obou skupin více než polovina nevnímá nijak větší rozdíly spojené se sexuální aktivitou, a pokud ano, z většiny jako pozitivní. V kondiční složce již většina změny nevnímá spíše žádné, a pokud ano, tak z větší části se jedná o vjemy spíše pozitivní. Tato data nám potvrzují informace získané od Zavorskeho, Vouyoukase a Pfause (2019), kteří díky svému výzkumu tvrdí, že sexuální aktivita v rozumném časovém odstupu od sportovního výkonu (uvádějí noc před) nemá negativní dopad na fyzické výsledky sportovce.

V psychické složce se odráží u obou skupin největší pozitivní ohlasy. Vyšší čísla se nám ale dostávají od žen, kdy pozitivní dopad na psychiku vlivem sexuální aktivity zmínilo 69 % žen, u mužů tomu bylo v 58 %. Docházíme ke stejnému tvrzení jako sexuolog Trojan (2006), jenž udává, že koitus může ovlivnit sportovní výkon zejména po psychické stránce, a to především pozitivně.

Dopad sexuální aktivity na celkové rozpoložení před sportovním výkonem je u respondentů rozčleněn mezi všechny nabízené odpovědi. Nejvíce ale dotázaní zmiňují, že je sexuální aktivita spíše zklidňuje. Vzhledem k motivaci k výkonu jsou odpovědi u žen z 61 % pozitivní. U mužů je číslo nižší – 39 %. Muži nejčastěji uvádějí, že změny v motivaci k výkonu nevnímají. Většina respondentů, jak u žen, tak u mužů, nevnímá změny v úrovni předstartovního stresu spojeného se sexuální abstinencí. Možné výčitky spojené se sexuální aktivitou vzhledem k sportovnímu výkonu nevnímá až 78 % žen a 75 % mužů.

## 6.2 Sociosexuální orientace

### 6.2.1 Interpretace dat převzatého vzorku

Druhá část dotazníku zjišťuje u respondentů jejich sociosexuální orientaci. Mnou získaná data budu srovnávat se vzorkem, jež sesbírala pro svou práci Ingrová v letech 2016 - 2017. Srovnávat budu pouze se vzorkem C, který ve své práci uvádí. Vzorek C je složen z 540 žen, kdy 351 z nich uvádí svou orientaci jako heterosexuální a zbylých 189 jako neheterosexuální. Výzkumu se účastnilo také 158 mužů, z nichž je 122 heterosexuálů a 36 se hlásí k neheterosexuální orientaci. Všichni zúčastnění spadají do věkového rozmezí 17 - 39 let, které je velmi podobné i vzorku sesbíraném pro mou práci. Ve

srovnání jsem brala v potaz pouze na vzorek C z důvodu, že jeho data byla sbírána také pomocí internetového dotazníku, tudíž by metoda sběru dat neměla výsledky k porovnání zkreslovat (Ingrová, et al., 2018).

Ingrová et al. (2018) dokázali nasbírat velmi početný vzorek, který zahrnuje i neheterosexuální muže, jenž v mém výzkumném souboru chybí a díky tomu můžu porovnat vliv sexuální orientace i u mužů. První tři otázky zabývající se sociosexuálním chováním ukazují, že nejvyššího skóre dosahují neheterosexuální ženy. Nejnižší hodnoty pak náleží heterosexuálnímu zastoupení, tudíž mužům i ženám. Z celkového pojetí dosahují, v rámci hodnoty BEH, ženy o něco vyššího skóre než muži. Otázky 4 - 6 poukazující na sociosexuální postoje nám reflektuje, že nejvyšších hodnot dosahují neheterosexuální muži. Nejnižších pak heterosexuální ženy, výsledná hodnota ATT to poté potvrzuje. Vliv genderu je značný, kdy ženy dosahují mnohem nižšího skóre než muži. Stejně výsledky naznačují i sociosexuální touhy, jež dokládají otázky 7 - 9. Nejvyšší hodnoty opět náleží neheterosexuálním mužům, nejnižší zase heterosexuálním ženám. Skóre odpovídá i v genderovém rozdělení, kdy muži opět dosahují vyšších hodnot než ženy. Dokládá to i výsledné celkové skóre udávající sociosexuální touhy, jež představuje hodnota DES.

Co se týče celkového skóre sociosexuality, které dokládá výsledná hodnota SOI-R, tak muži dosahují vyšších hodnot než žen. Co se týče sexuální orientace, lze vyvodit, že neheterosexuální jedinci se můžou vyznačovat vyšší mírou sociosexuality než heterosexuálové, což dokazují čísla jak u mužů, tak u žen.

pohlaví orientace otázka	ženy			muži		
	NH	H	NH + H	NH	H	NH + H
	průměr					
SOI-R 1	2,6	2,3	2,4	2,3	2,2	2,2
SOI-R 2	2,8	2	2,3	2,4	2,2	2,3
SOI-R 3	3	2,2	2,5	2,5	2,3	2,3
SOI-R 4	5,5	4,1	4,6	5,7	5,2	5,3
SOI-R 5	3,7	2,7	3	4,7	4,1	4,3
SOI-R 6	5,6	4,2	3,7	5,5	5,4	5,4
SOI-R 7	3,9	2,6	3	4,6	4	4,1
SOI-R 8	3,3	2,5	2,8	3,7	3,5	3,5
SOI-R 9	3,6	2,3	2,8	4,6	4,3	4,3
BEH	2,8	2,2	2,4	2,4	2,2	2,3
ATT	4,9	3,7	3,2	5,3	4,9	5
DES	3,6	2,5	2,9	4,3	3,9	4
SOI-R	3,8	2,8	3	4	3,7	3,7

**Tabulka 2: Výsledné hodnoty SOI-R dotazníku z převzaté studie – Vzorek C (Ingrová, et al., 2018)**

### 6.2.2 Srovnání obou vzorků

Data z obou studií mají za úkol nám přiblížit rozdíly v sociosexualitě u sportovců s běžnou populací, a zda vůbec nějaké rozdíly nastávají.

Z dat Ingrové et al. (2018) můžeme vyvodit, že nevyššího skóre sociosexuality dosahují neheterosexuální muži, které jsem ale ve vlastním vzorku neměla možnost vůbec pozorovat, proto budeme srovnávat ostatní kategorie.

V oblasti sociosexuálního chování (BEH) jsou data žen v obou případech velmi podobná. Jediný větší rozdíl nastává u neheterosexuálních žen, kdy v běžné populaci oproti sportovkyním, dosahují ženy vyššího skóre. Mnohem vyššího skóre BEH dosahují, oproti vzorku Ingrové et al. (2018), sportující heterosexuální muži.

Při sociosexuálních postojích (ATT) je skóre sportujících mužů opět nejvyšší. U žen dosahují vyšších čísel neheterosexuální ženy ze

vzorku Ingrové et al. (2018), před těmi sportujícími. Právě naopak je tomu u heterosexuálních žen. Celkové skóre ATT za celý ženský gender dosahuje vyšších hodnot ve vzorku sportovkyň před ženami z druhé studie.

Při posledním okruhu udávajícím sociosexuální touhy (DES), je trend opět stejný. Nejvyšších čísel dosahují opět heterosexuální muži, i když nyní jsou čísla sportujících mužů a mužů z běžné populace téměř shodná. U žen je výsledek stejný jako u položky ATT. Neheterosexuální ženy z běžné populace mají vyšší skóre než sportující ženy. Právě naopak je tomu u heterosexuálních žen, kdy mají vyšší skóre sportovkyň.

V celkovém skóre SOI-R, zohledňujícím všechny tři jednotlivé složky, dosahují nejvyšších hodnot heterosexuální sportující muži. Neheterosexuální i heterosexuální muži z běžné populace mají o něco nižší skóre, ale stále vyšší než ženy. Stejně jak tomu bylo u ATT i DES, mají neheterosexuální ženy ze vzorku Ingrové et al. (2018) vyšší skóre než florbalistky. Heterosexuální sportovkyň mají naopak vyšší skóre než heterosexuální ženy v běžné populaci. Celkové hodnoty za ženský gender jsou vyšší u sportovkyň.

### 6.3 Limity výzkumu

Během výzkumu jsem se setkala hned s několika aspekty, které bych mohla označit jako „limity výzkumu“, a které mohou výsledky značně ovlivnit a zkreslit.

Prvním limitem je sběr pomocí internetového dotazníku, kdy nemáte kontrolu nad tím, kdo skutečně odpovídá. I přesto, že byl odkaz na dotazník poslán pouze mezi respondenty, od kterých byly

odpovědi požadovány, a hned první otázka měla za úkol kohokoliv jiného eliminovat, není skutečně možné tento fakt zcela kontrolovat.

I do sběru dat mé práce se mohla promítnout světová pandemie Covid-19, která narušila dvě z posledních tří florbalových sezón. Mezi hráči mohlo dojít, kvůli výpadku soutěžního nastavení, k určitým změnám ve vnímání problematiky, než tomu bylo dříve po dobu jejich kariéry.

Další zkreslení výsledků může nastat z důsledku toho, že není brán ohled na to, zda mají respondenti stálého sexuálního partnera/partnery či nikoliv. U hráčů, jež mají pravidelný pohlavní styk, mohou přetrvávat jiné názory na problematiku než u hráčů, kteří jej postrádají.

## 7 Závěry

Domnívám se, že povědomí o vlivu sexuální aktivity nebo abstinence na sportovní výkon má každý velmi individuální. Ve sportovním světě, kde rozhodují o úspěchu či neúspěchu i maličkosti, je důležité znát a umět ovlivnit nebo se přizpůsobit faktorům, které výkon ovlivňují. Co se týče faktoru sexuální aktivity, mnoho studií neexistuje a výsledky nejsou zcela jasné.

Ve své práci jsem se snažila, pomocí internetového dotazníku, shrnout a odhalit, jak je toto téma vnímáno mezi sportovci.

Cílem práce bylo zjistit, zda hráči florbalu subjektivně pocítují změny ve výkonu ve spojitosti se sexuální aktivitou. **Výsledky nám dokazují, že pokud florbalisté vnímají vliv na sportovní výkon v kondiční nebo vytrvalostní oblasti, tak z většiny je uveden s pozitivními dopady, pro většinu ale sportovní výkon nijak neovlivňuje. Dopady sexuální aktivity na psychickou složku jsou ve většině pozitivní a hovoří v nejvyšších číslech z celého výzkumu. Co se týče motivace k výkonu, tak ženy z většiny uvádějí pozitivní dopad, muži zásadnější změny nevnímají.**

Jedním ze dvou sekundárních cílů práce bylo zjistit, jestli mění florbalisté záměrně své sexuální chování před zápasy. **Z výsledků nám vyplynulo, že méně než jedna čtvrtina dotázaných upravuje svou sexuální aktivitu vzhledem ke sportovnímu výkonu. Zbylá většina tento faktor ve své před soutěžní přípravě neřeší.**

Poslední výzkumná otázka měla za úkol zjistit, zda dosahují sportovci, ve výzkumu zastoupeni florbalisty, vyšších hodnot sociosexuální orientace než běžná populace. **Z celkového skóre**

**vyplývá, že sportovci dosahují vyšších čísel než běžná populace, a tudíž jsou více otevřeni nezávaznému sexuálnímu vztahu.**

Do budoucna by nepochybně potřebovala tato problematika více kvalitních empirických výzkumů mezi sportovci, která by odhalili skutečný dopad sexuální aktivity na sportovní výkon jedince.



## Použité zdroje

ANSHEL, Mark H. *Effects of sexual activity on athletic performance*. The Physician and sportsmedicine, 1981, 9.8: 64-68.

BARTUŇKOVÁ, Staša. *Neuroendokrinní příčiny sexuálních a reprodukčních dysfunkcí u sportovců\* neuroendocrine causes of sexual and reproduction dysfunctions in sportsmen*. ČESKÁ KINANTROPOLOGIE, 2012.

BERNACIKOVÁ, Martina, Kateřina KAPOUNKOVÁ, Jan NOVOTNÝ, Eva SÝKOROVÁ, Jan NOVOTNÝ, Stanislav BERNACIK, Sylva HŘEBÍČKOVÁ, Eduard HRAZDÍRA, Pavel MUDRA, Jan ONDRÁČEK, Zora SVOBODOVÁ, Jaroslav ŠAMŠULA, Pavel VACENOVSKÝ and Jaroslava CHOVANCOVÁ. *Fyziologie sportovních disciplín (Physiology of Sports Disciplines)*. Brno: Masarykova univerzita, 2011. ISSN 1802-128X.

ČESKÝ FLORBAL. 2019. „FLORBAL V ČÍSLECH“ [cit. 12. 2. 2022]. Dostupné z: <https://www.ceskyflorbal.cz/cfbu/struktura/florbal-v-cislech>

FAFEJTA, Martin. *Sexualita a sexuální identita: sociální povaha přirozenosti*. Portál, 2016.

## POUŽITÉ ZDROJE

---

HELLER, Jan. *Zátěžová funkční diagnostika ve sportu: východiska, aplikace a interpretace*. Charles University in Prague, Karolinum Press, 2018.

INTERNATIONAL FLOORBALL FEDERATION. 2021a. „*THE IFF*“ [cit. 12. 2. 2022]. Dostupné z: <https://floorball.sport/theiff>.

INTERNATIONAL FLOORBALL FEDERATION. 2021b. „*HISTORY IN SHORT*“ [cit. 12. 2. 2022]. Dostupné z: <https://floorball.sport/this-is-floorball/history-in-short/>

INGROVÁ, Pavlína, et al. *Sociosexualita mladých dospělých: Změny v 21. století, vliv pohlaví a sexuální orientace*. Česká antropologie, 2018.

KARCZMARCZYK, Roman. *Florbal: učebnice (nejen) pro trenéry*. Computer Press, 2006.

KINSEY, A. C., POMEROY, W. B., a MARTIN, C. E. (1948). *Sexual behavior in the human male*. Philadelphia: Saunders.

KINSEY, A. C., POMEROY, W. B., MARTIN, C. E., a GEBHARD, P. H. (1953). *Sexual behavior in the human female*. Philadelphia: Saunders.

KYSEL, Jiří. *Florbal: kompletní průvodce*. Grada Publishing as, 2010.

MCGLONE, Samantha; SHRIER, Ian. *Does sex the night before competition decrease performance?*. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 2000, 10.4: 233-234.

MIKKOLA, Juha. *Floorball-An Indoor Hockey Evolution: Perfect for Canada's Schools/L'unihockey-Dans le sillon du hockey en salle: Une activité parfaite pour les écoles canadiennes*. *Physical & Health Education Journal*, 2011, 77.3: 36.

MIKULOVÁ, E. *Telovýchovný lekár Pavel Malovič odporúča sex pred športovým výkonom*. 2003.

NYKODÝM, Jiří. *Teorie a didaktika sportovních her*. Masarykova univerzita, 2006.

PAVLÍKOVÁ, Věra. *Sexuální zdrženlivost, celibát a náboženství u obyvatel České republiky* [online]. Brno, 2021 [cit. 2022-03-15]. Dostupné z: <https://is.muni.cz/th/m4dwf/>. Disertační práce. Masarykova Univerzita

PENKE, L. a ASENDORPH, J. B. (2008). *Beyond Global Socio-sexual Orientations: A More Differentiated Look at Sociosexuality and Its Effects on Courtship and Romantic Relationships*. In *Journal of Personality and Social Psychology*.

<https://doi.org/10.1037/0022-3514.95.5.1113>

## POUŽITÉ ZDROJE

---

PITOŇÁK, Michal. *Sexuální orientace jako přehlížená proměnná: terminologická, metodologická a kontextuální úskalí v otázce měření sexuality v rámci „reprezentativních“ šetření. Platí stále 4%?.* Československa Psychologie, 2021, 65.5: 440-458.

PONDĚLÍČKOVÁ-MAŠLOVÁ, Jaroslava. *Mladá dívka a sex.* SZdN, 1969.

RŮŽIČKA, Robin. *Historie a vývoj florbalu v České Republice* [online]. Brno, 2019 [cit. 2022-03-04]. Dostupné z: <https://is.muni.cz/th/o9sxo/>. Bakalářská práce. Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií. Vedoucí práce Milena STRACHOVÁ.

SGRÒ, P. a L. DI LUIGI. *Sport and male sexuality.* Journal Endocrinol Invest [online]. 2017.

SIMPSON, A. K. a GANGESTAD, S. W. (1991). *Individual Differences in Sociosexuality: Evidence for Convergent and Discriminant Validity In Journal of Personality and Social Psychology* [online]. Dostupné z: <https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.6.87>

SKRUŽNÝ, Zdeněk, et al. *Florbal.* První vydání. Praha: Grada, 2005. 120s.

SOORI, Mohsen, Shahram MOHAGHEGH a Maryam HAJIAN. *Sexual Activity before Competition and Athletic Performance: A Systematic Review*. *Annals of Applied Sport Science* [online]. 2017, **5**(3), 5-12 [cit. 2020-10-18]. ISSN 23224479.

STEFANI, Laura, et al. *Sexual activity before sports competition: a systematic review*. *Frontiers in physiology*, 2016, 7: 246.

TÁBORSKÝ, František. *Sportovní hry 2: základní pravidla, organizace, historie*. Grada Publishing as, 2005.

TROJAN, O. (2006). *Sportovcům může k medaili pomoci sex*. In: iDnes.

VAJDA, Petr. *Vztahy sexuální aktivity a sportovního výkonu* [online]. Brno, 2015 [cit. 2022-04-20]. Dostupné z: <https://is.muni.cz/th/yxrph/>. Diplomová práce. Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií. Vedoucí práce Zdenko REGULI.

WEISS, Petr. *Sexuologie / Petr Weiss a kolektiv*. 2010. ISBN 9788024724928.

WEISS, Petr; ZVĚŘINA, Jaroslav. *Sexuální chování v ČR: situace a trendy*. Portál, 2001.

## POUŽITÉ ZDROJE

---

ZAVORSKY, Gerald S.; VOUYOUKAS, Eleftherios; PFAUS, James G. *Sexual activity the night before exercise does not affect various measures of physical exercise performance*. *Sexual medicine*, 2019, 7.2: 235-240.

ZVĚŘINA, Jaroslav. *Sexuologie (nejen) pro lékaře*. Brno: CERM, 2003. ISBN isbn80-7204-264-5.

ŽOURKOVÁ, Alexandra, et al. *Klinická sexuologie*. Masarykova Univerzita, 2002.

## Příloha A – Ukázka použitého dotazníku

### Vliv sexu na sportovní výkon u hráčů a hráček florbalu

Vážení florbalisté, obracím se na Vás s žádostí o vyplnění dotazníku, který poslouží jako základ mé bakalářské práce, kterou píši na téma: „Vliv sexu na sportovní výkon u hráčů a hráček florbalu“. Předem Vás chci ujistit o jeho anonymitě. Dotazník nesbírá žádné údaje ani data, které by mohly sloužit k určení Vaší identity. Vzhledem k tématu dotazníku a jednotlivých otázek Vás musím upozornit, že je určen pouze osobám starších 15 ti let. Ještě před začátkem vyplňování dotazníku Vás chci poprosit o co nejupřímnější odpovědi. V případě otázek ohledně dotazníku nebo mé práce se neváhejte obrátit na můj studijní mail – [500803@mail.muni.cz](mailto:500803@mail.muni.cz)  
Předem Vám děkuji za spolupráci.  
Barbora Sedláčková

\*Povinné pole

1. Potvrzujete, že jste aktivním hráčem/hráčkou FLORBALU? \*

Pokud byste museli odpovědět "NE", tak prosím dotazník dále nevyplňujte.

Označte jen jednu elipsu.

Ano, potvrzuji

2. Uveďte soutěž, ve které aktivně soutěžíte. \*

Označte jen jednu elipsu.

Mužská Superliga

Mužská 1.liga

Ženská Extraliga

Zahraniční soutěž

Jiné: \_\_\_\_\_

3. Uveďte, kolik let se věnujete uvedenému sportu? \*

Označte jen jednu elipsu.

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20 a více

## POUŽITÉ ZDROJE

---

4. Měníte svou sexuální aktivitu ve spojitosti, se sportovním zatížením nebo soutěžení? \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- Ano  
 Spíše ano  
 Spíše ne  
 Ne

5. Pokud měníte svou sexuální aktivitu v období před soutěží nebo bezprostředně před soutěží, tak jste obvykle: \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- Jsem sexuálně zdrženlivý  
 Omezují sexuální aktivitu  
 Zvyšují sexuální aktivitu  
 Jsem sexuální aktivní bezprostředně před soutěžním výkonem  
 Nikdy záměrně neměním sexuální aktivitu

6. Pokud měníte svou sexuální aktivitu v tréninkovém období se zvýšenou intenzitou zátěže, tak jste obvykle: \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- Jsem sexuálně zdrženlivý  
 Omezují sexuální aktivitu  
 Zvyšují sexuální aktivitu  
 Nikdy záměrně neměním sexuální aktivitu

7. Vnímáte změny ve své výkonnosti ve spojitosti se sexuální aktivitou? \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- Ano  
 Spíše ano  
 Spíše ne  
 Ne

8. Změny, které ve své výkonnosti vnímáte, jsou? \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- Pozitivní  
 Spíše pozitivní  
 Spíše negativní  
 Negativní  
 Různé – nejsem schopen jednoznačně určit  
 Nevnímám změny



9. Vnímáte změny v kondiční složce svého výkonu (např. síla, rychlost, vytrvalost, koordinace)? \*
- Označte jen jednu elipsu.*
- Ano  
 Spíše ano  
 Spíše ne  
 Ne
10. Změny, které v kondiční složce svého výkonu vnímáte, jsou? \*
- Označte jen jednu elipsu.*
- Pozitivní  
 Spíše pozitivní  
 Spíše negativní  
 Negativní  
 Různé – nejsem schopen jednoznačně určit  
 Nevnímám změny
11. Vnímáte změny v psychické složce svého výkonu? \*
- Označte jen jednu elipsu.*
- Ano  
 Spíše ano  
 Spíše ne  
 Ne
12. Změny, které v psychické složce svého výkonu vnímáte, jsou? \*
- Označte jen jednu elipsu.*
- Pozitivní  
 Spíše pozitivní  
 Spíše negativní  
 Negativní  
 Různé – nejsem schopen jednoznačně určit  
 Nevnímám změny
13. Sexuální aktivity před sportovním výkonem vás obvykle: \*
- Označte jen jednu elipsu.*
- Zklidňuje  
 Spíše zklidňuje  
 Spíše nabuzuje  
 Nabuzuje  
 Ani jedna možnost na mě nesedí

## POUŽITÉ ZDROJE

---

14. Vnímáte ve spojení se sexuální aktivitou změny ve své motivaci k výkonu? \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- Pozitivní  
 Spíše pozitivní  
 Spíše negativní  
 Negativní  
 Různé – nejsem schopen jednoznačně určit  
 Nevnímám změny

15. Vnímáte ve spojení se sexuální ABSTINENCÍ změny v úrovni předstartovního stresu? \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- Ano  
 Spíše ano  
 Spíše ne  
 Ne

16. Pociťujete vyčítky pokud jste sexuálně aktivní před soutěží nebo zápasem? \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- Vždy  
 Často  
 Občas  
 Zřídka  
 Nikdy

Odpovězte prosím upřímně na následující otázky:

17. S kolika různými partnery jste měl/a pohlavní styk za poslední rok \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4  
 5-6  
 7-9  
 10-19  
 20 a více

18. S kolika různými partnery jste měl/a pohlavní styk pouze jedenkrát? \*

Označte jen jednu elipsu.

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4  
 5-6  
 7-9  
 10-19  
 20 a více

19. S kolika různými partnery jste měl/a pohlavní styk aniž byste měl/a zájem o dlouhodobý vztah s tímto jedincem? \*

Označte jen jednu elipsu.

- 0  
 1  
 2  
 3  
 4  
 5-6  
 7-9  
 10-19  
 20 a více

20. Sex bez lásky je OK \*

Označte jen jednu elipsu.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Naprosto souhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Naprosto nesouhlasím

21. Dokážu si představit, že bych neměl/a problém si užít „příležitostný“ sex s různými partnery \*

Označte jen jednu elipsu.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Naprosto souhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Naprosto nesouhlasím

22. Nechci mít sex dokud si nejsem jistá/y, že s partnerem máme vážný dlouhodobý vztah. \*

Označte jen jednu elipsu.

1	2	3	4	5	6	7	8	9	
Naprosto souhlasím	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	Naprosto nesouhlasím

## POUŽITÉ ZDROJE

---

23. Jak často si představujete sex s někým, s nímž nemáte vážný partnerský vztah? \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- nikdy
- velmi zřídka
- zhruba jednou za 2-3 měsíce
- zhruba jednou za měsíc
- zhruba jednou za 14 dní
- zhruba jednou za týden
- několikrát za týden
- skoro každý den
- nejméně jednou denně

24. Jak často se vám stane, že se sexuálně vzrušíte, když komunikujete s někým s nímž nemáte vážný partnerský vztah? \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- nikdy
- velmi zřídka
- zhruba jednou za 2-3 měsíce
- zhruba jednou za měsíc
- zhruba jednou za 14 dní
- zhruba jednou za týden
- několikrát za týden
- skoro každý den
- nejméně jednou denně

25. Jak často máte v každodenním životě spontánní fantazie o tom, že máte sex s člověkem, kterého jste právě potkal/a? \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- nikdy
- velmi zřídka
- zhruba jednou za 2-3 měsíce
- zhruba jednou za měsíc
- zhruba jednou za 14 dní
- zhruba jednou za týden
- několikrát za týden
- skoro každý den
- nejméně jednou denně

26. Uvedte své pohlaví \*

*Označte jen jednu elipsu.*

- Muž
- Žena
- Jiné

27. Uved'te svůj věk \*

Označte jen jednu elipsu.

- 14 a méně
- 15
- 16
- 17
- 18
- 19
- 20
- 21
- 22
- 23
- 24
- 25
- 26
- 27
- 28
- 29
- 30
- 31
- 32
- 34
- 35
- 36
- 37
- 38
- 39
- 40
- 41
- 42
- 43
- 45
- 46
- 47
- 48
- 49
- 50
- 51
- 52
- 53
- 54
- 55
- 56
- 57
- 58
- 59
- 60 a více

## POUŽITÉ ZDROJE

---

28. Uveďte svou sexuální orientaci \*

*Označte jen jednu elipsu.*

Heterosexuální

Homosexuální

Bisexuální