

Většina klubů pozoruje u dětí problémy s pozorností. Potíže rostou také se sebevědomím nebo se sníženou odolností vůči stresu

21.11.2024 - | Česká unie sportu

Nejenom zvýšený výskyt obezity či nadváhy. Zástupci sportovních klubů a tělovýchovných jednot si v posledních dvou letech všimli také toho, že se děti zhoršují v pozornosti nebo v koncentraci během tréninkových jednotek.

Potvrdilo to v rámci letošního průzkumu České unie sportu 56 % klubů. A skoro šedesát procent TJ/SK uvedlo, že se děti zhoršují všeobecně v technických dovednostech. „V poslední době slycháme od trenérů dětí, že se s dětmi hůře pracuje. Bohužel nám patrně roste roztěkaná generace, kterou postihla covidová pandemie. Sport prostřednictvím klubů nemá dostatek prostředků pro to, aby všechny tyto negativní jevy u mládeže zvrátily,“ prohlásil Miroslav Jansta, předseda ČUS.

Předchozí průzkumy ČUS, ale také od České školní inspekce, jednoznačně potvrzují, že fyzická zdatnost a pohybová gramotnost se u dětí dlouhodobě upadá. Také v letošním průzkumu ČUS, do kterého se zapojilo více než 2000 zástupců klubů, uvedlo 67 % z nich, že v posledních dvou letech pozorují zhoršení ve fyzice dětí. V době 2021, kdy probíhala koronavirová pandemie, si tohoto negativního trendu všímalo 73 % zástupců klubů. Situace v rámci pohybu a zdraví u dětí se tedy zásadně nelepší. Naopak se přidávají problémy v rámci motivace, koncentrace a psychiky.

Z letošního průzkumu České unie sportu vyšlo, že 56 % zástupců klubů pozoruje u dětí v posledních dvou letech zhoršení v rámci pozornosti nebo koncentrace během tréninkových jednotek. „Problémy nám dělá nedisciplinovanost dětí, které by si místo cvičení nejraději jen stále hrály. Děti nevydrží s pozorností, protože jsem zvyklé ze sociálních sítí a z podobných platforem na úplně jiný druh dopaminu,“ prohlásil Ondřej Novák, hlavní trenér z Vem Camará Capoeira – Nový Jičín.

K tomu 42 % klubů vnímá u dětí nebo mládeže zhoršenou docházku na tréninky. Letošní průzkum mezi kluby nebo tělovýchovnými jednotami z celé republiky se rovněž zajímal o psychický stav nebo o mentální nastavení u mladých sportovců. „Zaskočilo nás, že 37 procent zástupců klubů pozoruje u dětí častější problémy se sníženou odolností vůči stresu. Tohle přece není dobrý signál pro budoucnost našeho státu. Potřebujeme mládež, která zvládá kritické situace nebo určitou zátěž. Odolnost vůči stresu je potřebná nejenom v běžné práci, ale zejména pak v obraných složkách. Stát by tohle rozhodně neměl podcenit,“ tvrdil Miroslav Jansta, předseda ČUS.

25 % TJ/SK poté vnímá u dětí nebo mládeže častější problémy se sebevědomím a 10 % zástupců klubů pak častější problémy s depresiemi nebo s úzkostnými stavy. „Trenér je dnes více psychologem než samotným trenérem. Trápí nás zhoršený psychický stav dětí, špatná sebedůvěra, minimální motorické schopnosti. Děti hodně chtějí, ale zároveň se bojí chyby. Opravdu trvá, než je dostanu do stavu, ve kterém se přestanou chyby bát. Určitě počet dětí s menší sebedůvěrou roste,“ prohlásila Jana Ondřejová, předsedkyně Stáje Unity.

Problémy s obezitou přešly do psychiky

Sportovní prostředí, trenéři nebo odborníci dlouhodobě upozorňují na nárůst obezity a cukrovky u dětí a mládeže. Stejně tak na sestupnou tendenci ve zdatnosti, odolnosti a pohybové gramotnosti. „Logicky se tyto neřešené problémy posunuly i do psychiky dětí, včetně například snížené odolnosti vůči stresu nebo obavy ze selhání. Lidské tělo jsou spojené nádoby, stejně tak fyzická i psychická odolnost. Nevidíme nebo nechceme vidět stav v kontextu příštích generací,“ prohlásil Michal Ježdík, vedoucí sportovně metodického úseku na České basketbalové federaci.

V praxi se zejména trenéři všimli, že se situace zhoršuje zejména od koronavirové pandemie. „Děti je čím dál těžší zaujmout, když jsou naučené ve svém volném čase na hry nebo na prostředí mobilního telefonu, kde během pár vteřin dostanou lavinu podnětů. Když nejsou v tréninku vhodně zvolené metody a nástroje k udržení pozornosti, pak ani ukládání či automatizace v rámci motorického učení nemůže být dostatečná. Řešíme to vzděláváním trenérů, ale celoplošné ovlivnění prevencí v rámci státu by nám ohromně pomohlo,“ dodala šéftrenérka dětí a mládeže České basketbalové federace Milena Moulisová.

Průzkum České unie sportu

(odpovědělo 2147 zástupců TJ/SK z celé republiky)

56 % klubů registruje zhoršení pozornosti a koncentrace u dětí a mládeže v posledních dvou letech

42 % klubů vnímá zhoršenou docházku na tréninky u dětí a mládeže

38 % TJ/SK pozoruje nárůst dětí s nadváhou v posledních dvou letech

37 % klubů pozoruje častější problémy se sníženou odolností vůči stresu u dětí

25 % klubů vidí častější problémy se sebevědomím u dětí a mládeže

10 % TJ/SK vnímá častější problémy s depresemi nebo s úzkostnými stavy u dětí a mládeže

59 % klubů pozoruje zhoršení v technických dovednostech u dětí

<https://www.cuscz.cz/novinky/vetsina-klubu-pozoruje-u-deti-problemy-s-pozornosti.html>