

Puberta by neměla znamenat konec sportování. Udržme dívky hře, hlásá hokejistka Mlýnková

24.7.2023 - Vendula Holková | Česká olympijská

Pohybová zdatnost dívek ve věku 15 a 16 let výrazně klesá. V roce 2016 to ukázala data Sazka Olympijského víceboje.

„Myslím, že u této statistiky bude reálná situace ještě horší, protože děvčata, která nechtějí z různých důvodů v tomto věku sportovat, do víceboje vůbec nepůjdou,“ uvedl tehdy docent Tomáš Perič. Negativní trend se nezlepšil ani v posledních letech.

Puberta znamená pro mnoho mladých dívek v systematickém pohybu cílovou rovinkou. Roli mohou hrát tělesné změny související s dospíváním, omezený rodinný rozpočet, nízké sebevědomí či negativní reakce okolí. „Je zlomový věk, ve kterém věci začnou skřípat,“ vypráví ambasadorka, pro kterou bylo sportování během dospívání obtížné i z jiných důvodů, než jsou ty finanční. „U mého sportu bylo nejtěžší to, že automaticky kluci dostávali přednost před holkou. Dodnes to slýchám od mladších holek. Bohužel se ještě nic nezměnilo. Moc bych si přála, aby holky byly brány stejně vážně a se stejným respektem jako kluci.“

Že je pro dívky období dospívání velmi citlivá záležitost potvrzuje ze svých zkušeností také basketbalistka Ilona Burgrová: „Jako každý mladý člověk jsem řešila svůj vzhled. Posměšné poznámky na moji výšku. Neopětované lásky. Všechny projevy dospívání jako je změna těla a také velmi bolestivá menstruace.“ Místo konce se ale rozhodla sport využít ve svůj prospěch. Radost z pohybu jí pomáhala na spoustu věcí zapomenout a hodit je za hlavu.

Předsedkyně Komise rovných příležitostí ČOV zároveň poukazuje na to, že některé stereotypy už jsou přežitě a měli bychom otevřeně mluvit. O všem. „Pro některé rodiny, sociální skupiny nebo ženy s fyzickým či psychickým znevýhodněním je sport stále nedostupný. A to ať už se jedná o finanční stránku, tak hlavně kvůli různým předsudkům a stereotypům, které si z generace na generaci předáváme a považujeme je za fakt. Je dobré mluvit, debatovat a bořit takové mýty. Dodat dívkám odvahy a zvýšit možnosti, co všechno se v životě dá dělat.“

Přidává se k ní i skikrosářka Nikol Kučerová. „Podle průzkumů velké množství dívek v období puberty končí se sportem. Ty důvody jsou jistě různé, ale rozhodně to není dobře. Když se podíváme na současné nejúspěšnější sportovce a sportovkyně v České republice, je mezi nimi velké množství skvělých žen a dívek. Není proto důvod si myslet, že sport není pro holky,“ říká odhodlaně. „Možná je to nějaký stereotyp, který ve společnosti přetrvává a já jsem ráda, že existují projekty jako je tento, který se snaží s tím něco dělat,“ uzavřela.

Pokud i vám záleží na tom, aby mladé dívky nepřicházely o možnost sportovat, můžete je podpořit v rámci kampaně Udrž ji ve hře. Stačí, když během července zakoupíte dámské hygienické potřeby Always v drogeriích DM a automaticky přispějete České olympijské nadaci, která vybranou částku použije na podporu dívek ve věku 11 až 18 let, a to například formou příspěvku na soustředění, kempy, sportovní pomůcky, oddílové příspěvky a jiné nezbytnosti, které potřebují.

<https://www.olympijskytym.cz/article/puberta-by-nemela-znamenat-konec-sportovani-udrzme-divky-h-re-hlasa-hokejistka-mlynkova>