

## Motivácia žiakov k pohybovej aktivite na vybraných stredných školách v okrese Námestovo

Martina Luptáková<sup>1</sup>, Adriana Brandysová<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Univerzita Komenského v Bratislave, Fakulta telesnej výchovy a športu

### Abstrakt:

Cieľom príspevku bolo zistiť poznatky o motivácii žiakov, ktorá má vplyv na zapojenie sa do pohybovej aktivity. Zisťovali sme tiež rozdiely hodnôt jednotlivých skupín motívov s následným porovnávaním motívov z hľadiska pohlavia, typu strednej školy a účasti na pohybových aktivitách. Výskumu sa zúčastnilo 110 žiakov (n =32 chlapcov) a (n=78 dievčat) strednej školy vo veku 16 – 20 rokov s priemerným vekom 17,32 rokov, navštevujúcich 2. a 4. ročník dvoch stredných škôl. Na zber výskumných údajov sme použili štandardizovaný dotazník Motivácia k pohybovej aktivite (MPAM-R, Motives for Physical Activity Measures – Revised). Na spracovanie získaných údajov sme použili percentuálnu analýzu a neparametrický Mann-Whitneyho U-test. Zistili sme, že dominantným motívom zo skupiny motívov k realizácii pohybovej aktivity z oboch stredných škôl je motív záujem/zážitok. Najmenej častým motívom je sociálny motív. Štatisticky signifikantné rozdiely sme medzi žiakmi gymnázia a strednej odbornej školy sme zistili v motíve zdatnosť/kondícia a medzi športujúcimi a nešportujúcimi žiakmi v motívoch zdatnosť/kondícia a kompetencia/výzva. Pri porovnaní motívov športujúcich a nešportujúcich žiakov strednej odbornej školy sme zaznamenali štatisticky významný rozdiel v motívoch záujem/zážitok, vzhl'ad, zdatnosť/kondícia.

*Kľúčové slová: motivácia, motívy, žiaci stredných škôl, gymnázium, stredná odborná škola, športovanie.*

Vnútorým hnacím pohonom každého jednotlivca predstavuje motivácia, ktorá nás sprevádza celým životom pri dosahovaní našich cieľov. Motivácia ako pojem pochádza z latinského „movere“ čo môžeme chápať ako slová hýbať sa, pohybovať sa. Vo svojej šírke obsahuje všetky podmienky, ktoré vymedzujú ľudskú činnosť (Blahutková, Řehulka & Dvořáková, 2005). Podľa umiestnenia motívov rozdeľujeme motiváciu na vnútornú a vonkajšiu a je potreba ju vedieť rozlišovať. Vnútorá motivácia pochádza z túžob po znalostiach z nášho vnútra a neprestajnom zlepšovaní sa, zatiaľ čo vonkajšia motivácia predstavuje zo strany pedagóga či učiteľa kvalifikovanie prostredníctvom pochvál či známok. Vo výchovno-vzdelávacom procese sa viac u žiakov uplatňuje práve vnútorná motivácia, z dôvodu vyššej miery osobného vystupovania či prejavovania sa (Pačesová, 2019). Vo výchovnom procese sa stretávame s vonkajšou motiváciou najčastejšie v prípadoch, ktoré sú

v nezhode s motívmi, záujmami a potrebami žiakov, napríklad pri zadávaní úloh a rozkazov, kedy sa prejavuje u žiakov tvrdohlavosť, neochota a averzia. Vtedy dochádza k tomu, že žiaci plnia dané požiadavky lebo musia, a nie lebo chcú. Vo výchovnom procese pri vnútornej motivácii dochádza ku interiorizácii cieľov, kedy sa žiakove a učiteľove ciele stotožňujú, sám žiak chce dosiahnuť to, čo po ňom učiteľ presne chce (Peráčková 2000). V súvislosti s motiváciou musíme mať na pamäti, že motívy bývajú s potrebami častokrát stotožnené. Motívy predstavujú neanalyzovateľné psychologické dôvody konania, ako tvrdí Nakonečný (1996). V období adolescencie, ktoré má za hlavnú úlohu pripraviť mladého človeka na životné povolanie, kde má človek dozrieť v samostatnú vyspelú osobnosť, mať schopnosť vyrovnávať sa s množstvom životných problémov a vytyčuje si životné ciele, majú motívy dôležité postavenie (Končeková, 2002). V rámci pohybovej aktivity (PA) Vašíčková (2016) potvrdzuje, že spoznanie daných faktorov a aktivít vplývajúcich na pohybovú aktivnosť predstavuje rozhodujúci moment pri utváraní systematických stratégií podpory pohybovej aktivity pre mládež. Dalo by sa povedať, že deti a mládež sú ovplyvňované predovšetkým prostredím, v ktorom žijú. Z jedných z faktorov je aj rodina ako základ spoločnosti formuluje osobnosť dieťaťa, je prameňom jeho socializácie a vyvíja jeho mravné sebavedomie (Vágnerová, 2012). Ďalším faktorom, ktorého vplyvu sa jednotlivec nevyhne, je škola. Medzi priority súčasných edukačných trendov školstva patria ochrana telesného, sociálneho a psychického zdravia, výchova detí k aktívnemu rozvoju a podpora v oblasti voľnočasových aktivít žiakov (Jeřábek & Tupý, 2007). Najčastejšou motiváciou k vykonávaniu pravidelnej športovej a pohybovej činnosti u adolescentov predstavuje ocenenie, úspech z kvalitného výkonu, nadobudnutie rešpektu, pocit začlenenia do skupiny, pozitívna sociálna interakcia či súperenie s rovesníkmi (Pastucha et al., 2011).

### **Cieľ**

Cieľom výskumu bolo zistiť poznatky o motivácii žiakov k pohybovej aktivite žiakov na vybraných stredných školách v okrese Námestovo.

### **Metodika**

Výskumný súbor tvorilo 110 žiakov, z toho 32 chlapcov a 78 dievčat vo veku 16 – 20 rokov s priemerným vekom 17,32 rokov. strednej školy. Zisťovanie motívov k pohybovej aktivite sa uskutočnilo na jednej strednej odbornej škole a Gymnázium v okrese Námestovo. Vo výskume sme žiakov rozdelili podľa účasti na pohybových aktivitách na športujúcich a nešportujúcich žiakov (obr. 1).



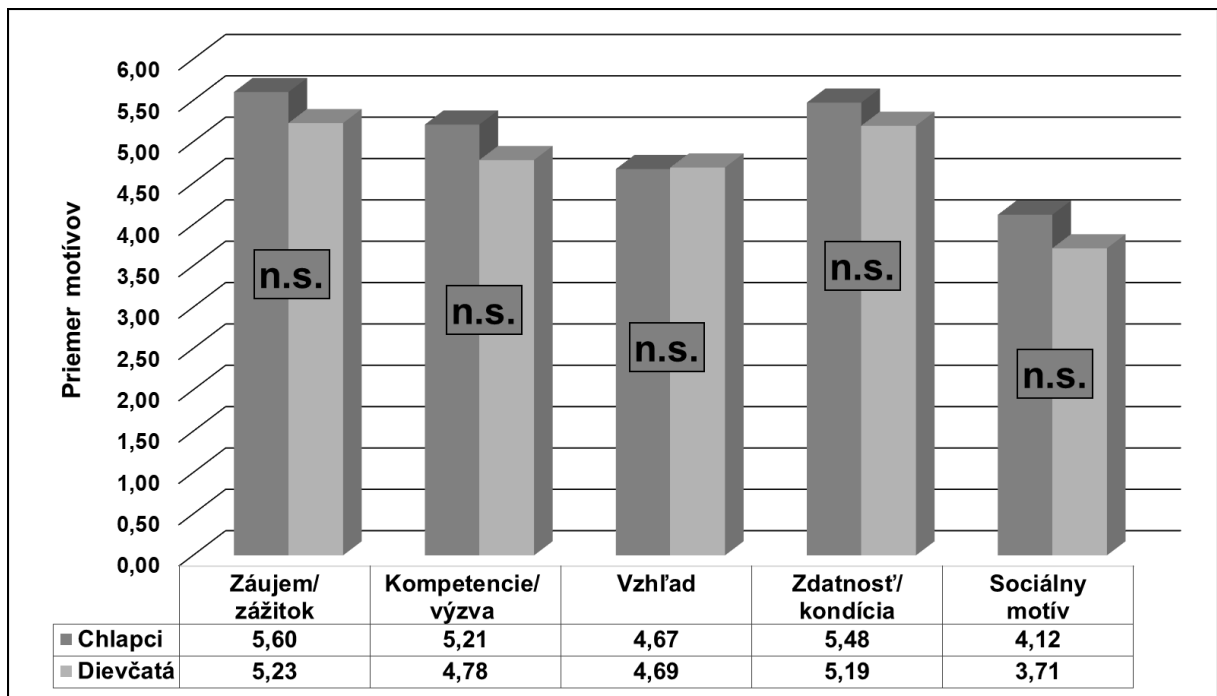
Obr. 1 Rozdelenie súboru z hľadiska účasti na pohybových aktivitách

Výskumné údaje sme zbierali štandardizovaným dotazníkom s názvom MPAM-R „Motivácia k pohybovej aktivite“ (z angl. *Motives for Physical Activity Measures – Revised*) v printovej verzii pod dozorom vyučujúceho učiteľa na hodine telesnej a športovej výchovy (Vašíčková & Pernicová, 2018). Dotazník obsahuje 30 tvrdení zahŕňajúcich 5 skupín motívov pre realizáciu PA, ktoré obsahujú päť až sedem tvrdení: záujem/zážitok (7 tvrdení), kompetencia/výzva (7 tvrdení), vzhľad (6 tvrdení), zdatnosť/kondícia (5 tvrdení), sociálny motív (5 tvrdení). Miera súhlasu/nesúhlasu k jednotlivým tvrdeniam na zaznamenáva na sedembodovej Likertovej škále. Žiak priradí vždy k jednému tvrdeniu jednu odpoveď. Spracovanie údajov prebehlo vyhodnotením údajov dotazníka na úrovni percentuálnej, komparatívnej a frekvenčnej analýzy a zadaním štatistických výsledkov. Na zistenie normality rozloženia dát sme využili Kolmogorov-Smirnov test, a na porovnanie vybraných dvoch nezávislých súborov sme použili neparametrický Mann-Whitneyho U-test. Získané údaje sme testovali na 5 % ( $p < 0,05$ ) hladine štatistickej významnosti. Výsledky prezentujeme v grafoch.

### Výsledky

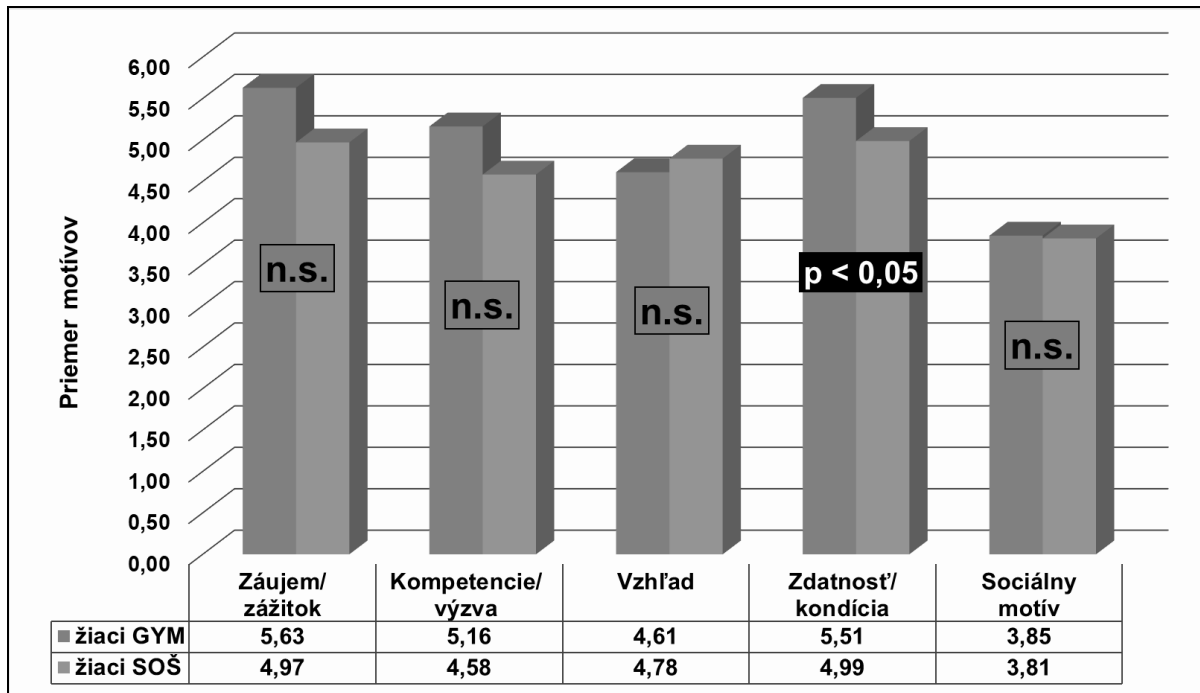
Prvou oblasťou výskumu bolo zistenie a porovnanie motivácie k pohybovej aktivite medzi chlapcami a dievčatami. Na obr. 2 sú znázornené získané hodnoty chlapcov a dievčat, u ktorých dominuje jeden z analyzovaných skupín motívov. Motív záujem/zážitok viac dominuje u chlapcov (5,60 bodov) ako u dievčat (5,23 bodov), čo u predstavuje byť viac pohybovo aktívni pre potešenie, zábavu a zážitok. Pri motíve kompetencie/výzva sú hodnoty medzi chlapcami (5,21 bodov) a dievčatami (4,78 bodov) rozdielne, viac dominantný je tento

motív k vykonávaniu pohybovej aktivity u chlapcov. Motív vzhľad naopak dominuje u dievčat (4,69 bodov) ako u chlapcov (4,67 bodov), aj keď rozdiely sú len minimálne. Chlapci preferujú motív zdatnosť/kondícia o niečo viac (5,48 bodov) ako dievčatá (5,19 bodov). Sociálny motív je menej označovaný u dievčat (3,71 bodov) ako u chlapcov (4,12 bodov) (obr. 2).



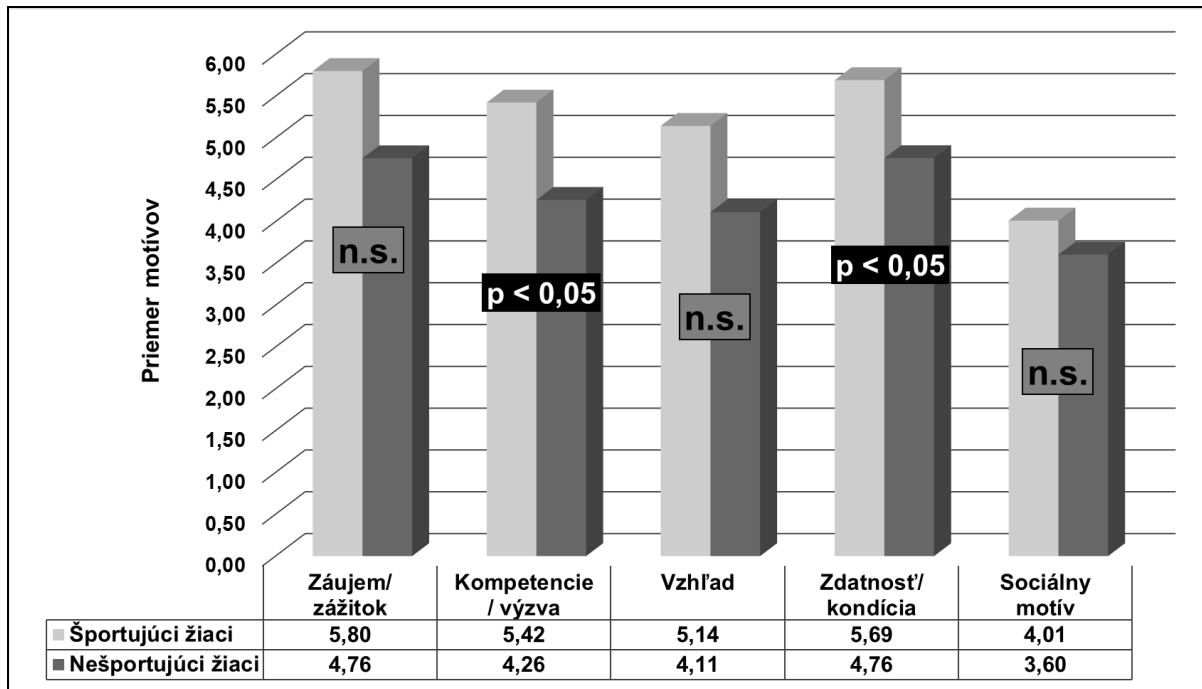
Obr. 2 Porovnanie motivácie chlapcov a dievčat

V rámci porovnania motivácie k pohybovej aktivite z hľadiska typu strednej školy, sú na obrázku 3 znázornené priemerné hodnoty v jednotlivých skupinách motívov získané od žiakov gymnázia a strednej odbornej školy. V motíve záujem/zážitok sú hodnoty medzi žiakmi gymnázia (5,63 bodov) a strednej odbornej školy (4,97 bodov) rozdielne, preferovanejší je tento motív u žiakov gymnázia. Motív kompetencie/výzva, v tomto prípade dominuje viac u žiakov gymnázia (5,16 bodov) ako u žiakov strednej odbornej školy (4,58 bodov). Motív vzhľad je menej označovaný žiakmi gymnázia (4,61 bodov), ako žiakmi strednej odbornej školy (4,78 bodov). Motív zdatnosť/kondícia je signifikantne významnejší motív v skupine žiakov gymnázia (5,51 bodov) ako u žiakov strednej odbornej školy (4,99 bodov). Žiaci gymnázia si oveľa viac uvedomujú ( $p \leq 0,05$ ) dôležitosť zachovania alebo vybudovania si určitého stupňa fyzického zdravia a vytrvalosti, a to, aby sa cítili silnejší a plní energie. Pri Sociálnom motíve sú hodnoty u žiakov gymnázia (3,85 bodov) a strednej odbornej školy (3,81 bodov) približne rovnaké (obr. 3).



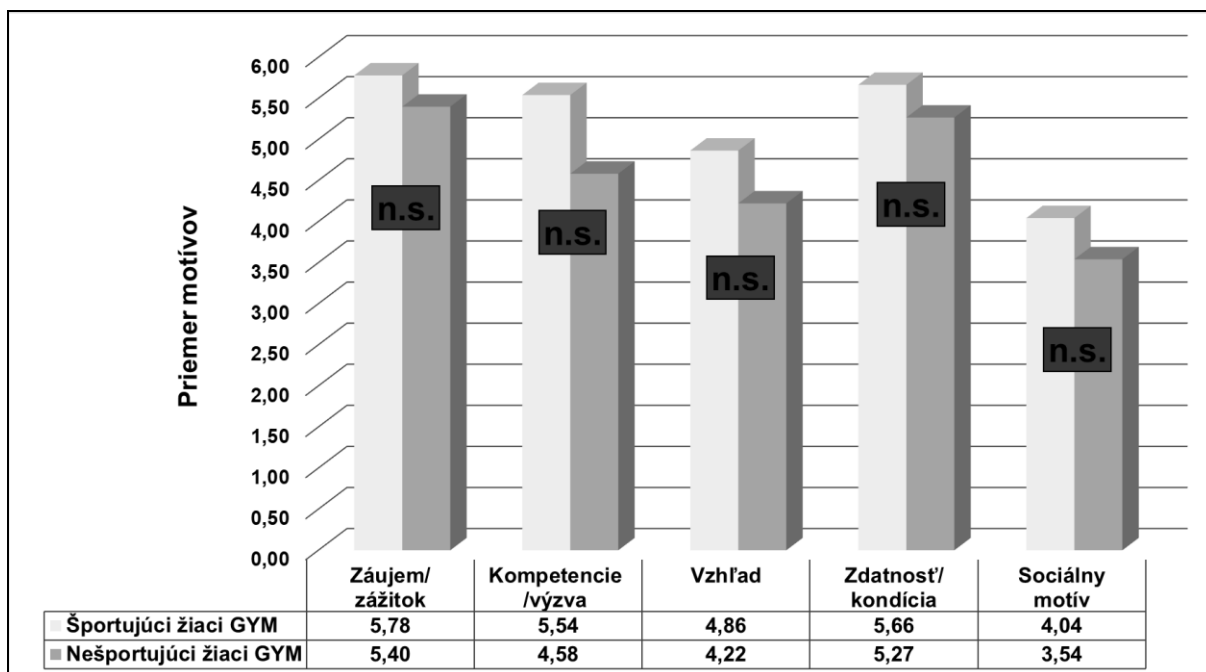
Obr. 3 Porovnanie motivácie žiakov gymnázia a strednej odbornej školy

Pre lepšiu prehľadnosť poukazujeme na nasledujúci obrázok 4, kde sú znázornené priemerné hodnoty v jednotlivých skupinách motívov získané od športujúcich a nešportujúcich žiakov a ich porovnanie a významnosť jednotlivých úrovní motívov. Motív záujem/zážitok je preferovanejší u športujúcich (5,80 bodov) ako u nešportujúcich (4,76 bodov) žiakov, keďže športujúci žiaci sú pohybovo aktívni pre radosť, ktorá vyplýva z vnútornej motivácie, ktorá je silnejšou a trvalejšou motiváciou čo sa odzrkadľuje aj na pravidelnosti k pohybových aktivitách. Pri motíve kompetencie/výzva sú hodnoty medzi športujúcimi žiakmi (5,42 bodov) a nešportujúcimi žiakmi (4,26 bodov) významne rozdielne na 5 % hladine štatistickej významnosti. Významnejší je tento motív k vykonávaniu pohybovej aktivity u športujúcich žiakov, ktorí chcú byť pohybovo aktívni, pretože sa chcú zlepšiť alebo prijímať nové výzvy v danej činnosti, čomu predchádza vykonávanie pravidelnej pohybovej aktivity. Športujúci žiaci preferujú motív vzhl'ad viac (5,14 bodov) ako žiaci nešportujúci (4,11 bodov). Pri motíve zdatnosť/kondícia sú opäť hodnoty medzi žiakmi športujúcimi (5,69) a nešportujúcimi (4,76) signifikantne rozdielne na 5 % hladine štatistickej významnosti, kedy významnejší je tento motív k vykonávaniu pohybovej aktivity u športujúcich žiakov oproti nešportujúcim žiakom. Môže to vychádzať z toho, že športujúci žiaci si uvedomujú dôležitosť sily a vytrvalosti pri športových výkonoch. Sociálny motív, v tomto prípade dominuje u športujúcich žiakov (4,01 bodov) ako u nešportujúcich žiakov (3,60 bodov) (obr. 4).

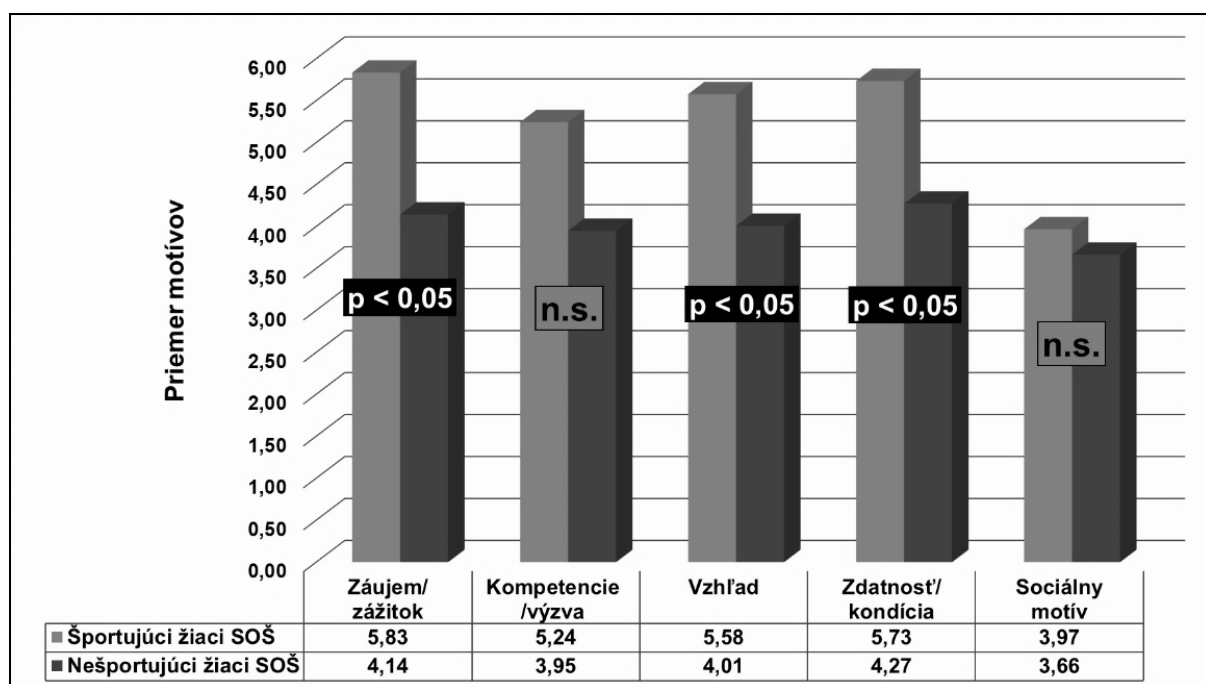


Obr. 4 Porovnanie motivácie športujúcich a nešportujúcich žiakov

Pri porovnaní motivácie k pohybovej aktivite z hľadiska účasti na PA u žiakov z Gymnázia sme dospeli k výsledkom, ktoré prezentujeme v obrázku 5. Motív záujem/zážitok je viac preferovaný športujúcimi žiakmi gymnázia (5,78 bodov) ako nešportujúcimi žiakmi (5,40 bodov). Pri motíve kompetencie/výzva sú hodnoty pri športujúcich (5,54 bodov) a nešportujúcich žiakov gymnázia (4,58 bodov) mierne rozdielne, kedy tento motív dominuje u športujúcich žiakov. Pri motíve vzhľad k realizácii pohybovej aktivity sú medzi športujúcimi žiakmi gymnázia (4,86 bodov) a nešportujúcimi žiakmi (4,22 bodov) hodnoty taktiež mierne rozdielne v prospech športujúcich žiakov. Motív zdatnosť/kondícia, je menej preferovaný nešportujúcimi žiakmi gymnázia (5,66 bodov) oproti športujúcim žiakom gymnázia (5,27 bodov). Sociálny motív viac dominuje u športujúcich žiakov gymnázia (4,04 bodov) v porovnaní s nešportujúcimi žiakmi (3,54 bodov). Pri porovnaní skupiny motívov k vykonávaniu pohybovej aktivity medzi športujúcimi a nešportujúcimi žiakmi gymnázia sme v analyzovaných motívoch nezistili žiadne štatisticky významné rozdiely (obr. 5).



Obr. 5 Porovnanie motivácie športujúcich a nešportujúcich žiakov gymnázia



Obr. 6 Porovnanie motivácie športujúcich a nešportujúcich žiakov strednej odbornej školy

V poslednej časti výskumu sme sa zamerali na porovnanie motivácie k pohybovej aktivite z hľadiska účasti k pohybovej aktivite u žiakov strednej odbornej školy. Priemerné hodnoty, ako je vidieť na obrázku 6 v jednotlivých skupinách motívov, sú získané od športujúcich a nešportujúcich žiakov strednej odbornej školy. Poukazujú na to, že pri porovnaní skupiny motívov k vykonávaniu pohybovej aktivity medzi športujúcimi

a nešportujúcimi žiakmi strednej odbornej školy existuje štatistická významnosť na hladine  $p < 0,05$  v motívoch Záujem/zážitok s preferenciou u športujúcich žiakov strednej odbornej školy oproti nešportujúcim žiakom; Vzhľad s preferenciou u športujúcich žiakov strednej odbornej školy oproti nešportujúcim žiakom a v motíve Zdatnosť/kondícia s významnou preferenciou taktiež u športujúcich žiakov strednej odbornej školy oproti nešportujúcim žiakom strednej odbornej školy (obr. 6).

### **Diskusia**

Cieľom výskumu bolo rozšírenie poznatkov o motivácii k pohybovej aktivite u žiakov gymnázia a strednej odbornej školy v okrese Námestovo. Dospeli sme k poznaniu, že dominantným motívom k vykonávaniu pohybovej aktivity u žiakov z oboch stredných škôl je motív záujem/zážitok, zdatnosť/kondícia, vzhľad, kompetencie/výzva a sociálny motív. Náš výskum porovnávame s výskumom Vašíčkovej, Filákovej a Kudláčka, ktorí tiež vo svojej práci realizovali výskum na podklade dotazníka MPAM-R. U všetkých predstavoval výskumný súbor zameraný na žiakov zo strednej školy. Avšak náš výskum sa najviac zhoduje s výskumom Filákovej (2020). Pozorujeme zhodu v poradí v motívoch: záujem/zážitok, zdatnosť/kondícia a sociálny motív. V našom výskume a vo výskume Kudláčka (2016) pozorujeme zhodu iba v jednom motíve, v motíve záujem/zážitok, ktorý sa v oboch výskumoch ako aj vo výskume Filákovej (2020) umiestnil na prvom mieste. S výskumom Vašíčkovej (2016) sa náš výskum zhoduje v sociálnom motíve, ktorý sa umiestnil na piatom mieste v oboch výskumoch, a aj vo výskume Filákovej (2020). Vašíčková & Pernicová (2018) zaznamenali vo svojom výskume významný rozdiel medzi pohlavím u skupiny motívov: záujem/zážitok, vzhľad, zdatnosť/kondícia a kompetencie/výzva. Motív pohybové kompetencie/výzva hrali významnejšiu rolu u chlapcov k realizácii pohybovej aktivity a u dievčat bol motív vzhľad významnejším motívom. Pri porovnaní skupiny motívov k vykonávaniu pohybovej aktivity medzi žiakmi gymnázia a strednej odbornej školy sme zistili, že existuje štatistická významnosť na hladine  $p < 0,05$  v motíve zdatnosť/kondícia. U žiakov gymnázia bol motív zdatnosť/kondícia štatisticky významne silnejším motívom k vykonávaniu pohybovej aktivity, ako u žiakov strednej odbornej školy. Vychádzali sme z predpokladu, že žiaci gymnázia preukazujú vyššiu zdatnosť a kondíciu na základe ich všeobecného vzdelania. Gymnázia sú zamerané na vyššiu všestrannosť a viac možností pohybových aktivít a športových krúžkov pre žiakov v rámci školskej činnosti ako v prípade stredných odborných škôl, kde sú žiaci zameraní na konkrétnu špecializáciu. Pri porovnaní skupiny motívov k vykonávaniu pohybovej aktivity medzi športujúcimi a nešportujúcimi

žiakmi sme zistili, že existuje štatistická významnosť na hladine  $p < 0,05$  v motívoch kompetencie/výzva ktorý bol štatisticky významne silnejším motívom k vykonávaniu pohybovej aktivity u športujúcich žiakov oproti nešportujúcim žiakom. Druhým motívom bola zdatnosť/kondícia ktorý bol štatisticky významne silnejším motívom u športujúcich žiakov k vykonávaniu pohybovej aktivity ako u nešportujúcich žiakov. Náš predpoklad vychádzal z výskumu Chovancovej (2018), kde motív kompetencia/výzva zo skupiny motívov medzi športujúcimi a nešportujúcimi žiačkami vykazoval štatistickú významnosť na 1 % hladine štatistickej významnosti, v prospech športujúcich žiačok. Pri porovnaní skupiny motívov k vykonávaniu pohybovej aktivity medzi športujúcimi a nešportujúcimi žiakmi strednej odbornej školy sme zistili, že existuje štatistická významnosť na hladine  $p < 0,05$  v troch motívoch ako je záujem/zážitok, ktorý bol u športujúcich žiakov strednej odbornej školy štatisticky významne silnejším motívom k vykonávaniu pohybovej aktivity ako u nešportujúcich žiakov strednej odbornej školy. Druhým bol motív vzhľad, ktorý bol u športujúcich žiakov strednej odbornej školy štatisticky významne silnejším motívom k vykonávaniu pohybovej aktivity ako u nešportujúcich žiakov strednej odbornej školy. Tretím motívom bola zdatnosť/kondícia, ktorý bol u športujúcich žiakov strednej odbornej školy štatisticky významne silnejším motívom k vykonávaniu pohybovej aktivity ako u nešportujúcich žiakov strednej odbornej školy.

### **Záver**

V záveroch môžeme konštatovať, že motivácia a aj samotné motívy sú v tomto vekovom období dôležité. Priniesli sme výsledky, ktoré poukazujú na to, aby sa žiaci podporovali a motivovali vo vzdelávaní v oblasti zdravého životného štýlu a pohybovej aktivite. Motivovať žiakov k pohybovej aktivite pre ich vlastné potešenie a radosť, to vyplýva z vnútornej motivácie, pretože je silnejšou a trvalejšou motiváciou. Je vhodné oboznámiť žiakov o dôležitosti pohybovej aktivity, motivovať ich nadobudnutím sily, zdatnosti a vytrvalosti, aby sa cítili silnejší a plní energie, čo je tzv. „hitom“ terajšej doby a spoločnosti. Výsledky našej práce môžu byť prínosom nielen pre školskú telesnú a športovú výchovu, ale aj pre rôzne skupiny ľudí, u ktorých je dôležitosť motivácie a motívov k danej činnosti.

***Výskumné sledovanie bolo súčasťou grantového projektu KEGA č. 051UK-4/2022  
“Inkluzívne vzdelávanie v telesnej a športovej výchove”.***

## Literatúra

1. BLAHUTKOVÁ, M., ŘEHULKA E. & DVOŘÁKOVÁ, Š., 2005. *Pohyb a duševní zdraví*. Brno: Paido. ISBN: 80-7315-108-1.
2. FILÁKOVÁ, P., 2020. *Motivace k pohybové aktivitě v období adolescence*. Magisterská práce. Brno: Masarykova Univerzita.
3. CHOVANCOVÁ, A., 2018. *Motivácia k telovýchovným aktivitám a k športovaniu mladších a starších žiakov z Gymnázia Kukučínova z Popradu*. Bakalárska práca. Bratislava: FTVŠ UK.
4. JEŘÁBEK, J. & TUPÝ, J., 2007. *Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání*. Praha: Výzkumný ústav pedagogický.
5. KONČEKOVÁ, L., 2002. *Psychológia puberty a adolescencie*. Prešov: Prešovská univerzita. ISBN 80-8068-101-5.
6. KUDLÁČEK, M., 2016. *Monitoring motivace, názorů a postojů k pohybové aktivitě na dvou vybraných středních školách v Olomouckém kraji*. Diplomová práce. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci.
7. NAKONEČNÝ, M., 2014. *Motivace chování*. Praha: Triton. ISBN 978- 807387-830-6.
8. PAČESOVÁ, P., 2019. Výkonová motivácia v kontexte športovania. *Emental*, 7(1), 6-11.
9. PERÁČKOVÁ, J., 2000. Problémoví žiaci a problémy žiakov v telesnej výchove. *Acta Facultatis education Physicae Universitatis Comenianaes IXL*. Bratislava: Univerzita Komenského v Bratislave. ISBN 80-223-1567-2.
10. PASTUCHA, D. et al., 2011. *Pohyb v terapii a prevenci dětské obezity*. Praha: Grada Publishing, a. s. ISBN 978-80-247-4065-2.
11. VAŠÍČKOVÁ, J., 2016. *Pohybová gramotnost v České republice*. Olomouc: Univerzita Palackého Fakulta tělesné výchovy. ISBN 978-80-244-4883-1.
12. VAŠÍČKOVÁ, J. & PERNICOVÁ, H., 2018. Motivace k pohybové aktivitě (MPAM-R): Vnitřní konzistence a vnitřní validita české verze dotazníku. *Tělesná kultura*, 41(2), 74-81.
13. VÁGNEROVÁ, M., 2012. *Vývojová psychologie. Detství a dospívání*. Praha: Karlova Univerzita. ISBN 978-80-246-2153-1.

## Summary

### Motivation of pupils to physical activity in selected secondary schools in the Námestovo district

Martina Luptáková & Adriana Brandysová

*This article aimed to investigate the knowledge about students' motivation that influences engagement in physical activity. We also investigated the differences in the values of the different groups of motives with subsequent comparisons of motives in terms of gender, type of secondary school, and participation in physical activities. Participants in the study were 110 students (n =32 boys) and (n =78 girls) in age 16-20 years with a mean age of 17.32 years, attending the 2nd and 4th year of two secondary schools. We used the standardized Motivation for Physical Activity Measures-Revised (MPAM-R) questionnaire to collect research data. We used percentage analysis and the non-parametric Mann-Whitney U-test to process the collected data. We found that the dominant motive from the group of motives to pursue physical activity from both high schools was the interest/enjoyment motive. The least frequent motive is the social motive. We found statistically significant differences between grammar school and vocational secondary school pupils in the motive fitness/fitness and between sporting and non-sporting pupils in the motive's fitness/fitness and competence/challenge. When comparing the motives of sporting and non-sporting secondary vocational school students, we found a statistically significant difference in the motive's interest/experience, appearance, and fitness/competence.*

*Keywords: Motivation, motives, secondary school students, high school, secondary vocational school, sports participation.*

**Mgr. MARTINA LUPTÁKOVÁ, PhD. (\*1984)** - zaoberá sa problematikou pedagogiky, didaktiky školskej telesnej výchovy a pedagogickou komunikáciou.

**Bc. ADRIANA BRANDYSOVÁ (\*1999)** – študentka študijného programu Trénerstvo a učiteľstvo telesnej výchovy na FTVŠ UK v Bratislave