

Zákulisí mládežnického basketbalu

Setkání STM - KVBMCH - Praha, 10. října, 2016

Schůzka KVBMMD - Praha, 24. října, 2016

Michal Ježdík



Generace Y - Millennials

Boomer

1945-1964

face 2 face or call
loyal to job
print me a copy
respect my title
focus on process
work comes first

Gen X

1964-1980

e-mail
work to live
send me a copy
respect my ideas
focus on results
family comes first

Millennial

1980-2000

just text me
play then work
I'll google myself
respect my skills
focus on involvement
friends come first
confident
open to change
connected

Sideline Sports - XPS - profesionální řešení pro kouče, trenéry, kluby a organizace

- kalendář - možnost propojení účtů na všechny spolupracující kluby a organizace
- databáze cvičení (program původně vznikl pro basketbal + FIBA knihovna)
 - basketbal
 - kondiční trénink
 - vlastní + ostatní sporty (FLOB, HÁZ, VB, LH)
- jídelníčky
- testovací baterie (stávající nebo dodané)
- statistiky cvičení
- docházka
- tréninkové plány (mikrocykly, mezocykly, makrocykly)
- přímá komunikace s hráčem (individualizace tréninků)
- 2. verze - VSCM/SCM + SpS + licencování trenéři
- do 30. 6. 2016 = trénink + zaškolení (využívat hlavní trenéry KVBM a p, Jakoubka)
- od 01. 8. 2016 = práce v systému



Prevence zranění = objektivizace zranění

- Prevence je o systému a vysvětlování PROČ?
- Rozpoznejte úroveň fyzického a psychického stresu každého hráče (break it)
- Měřitelné ukazatele (počet zranění, délka léčení, počet neodehraných utkání, aj)
- Žádné a špatné vstupní ukazatele vedou ke špatným rozhodnutím
- Klíčem je přizpůsobit trénink utkáním (co největší korelace)
- Důležité je vysvětlovat, že zranění jsou součástí hry
- Návrat po zranění do utkání – předem určené kroky, které by měl absolvovat



RŮST ČLENSKÉ ZÁKLADNY

- Pouze 12 % rodičů, kteří sami přestali s daným sportem před 16 rokem svého věku, zapíše své dítě na stejný sport
- Celých 84% rodičů, kteří sami přestali s daným sportem až po 18 roku svého věku, zapíše své dítě na stejný sport



RESPECT MEETING

SPOLEČNÝ PILOTNÍ PROJEKT ČBF/SMÚ a ČABR (117 respondentů z řad trenérů)

Pilotní projekt Společnosti metodického úseku
a České asociace basketbalových rozhodčích
České basketbalové federace



RESPECT meeting

**Kultivace hry
= kultivace basketbalu skrze respekt**

Zlepšeme vzájemný respekt mezi trenéry, rozhodčími
a hráči na hřišti i mimo něj

- Sezóna 2016 – 2017 • Junioři U19, Extraliga •
- 35 minut před utkáním



RESPECT meeting

průvodce / metodika

O RESPECT meetingu:

- seznámení se všemi účastníky utkání – hráči, trenér a rozhodčí
- objasnění trendů rozhodování
- vyvážení pravidel komunikace a chování v průběhu utkání

Místo:

- káva rozhodčích
- rozhodčí jsou v rozhodcovském dresu

Účastníci:

- všichni rozhodčí
- hlavní trenéři obou týmů
- kapitáni obou týmů

Čas a délka setkání:

- 35 minut před začátkem utkání
- doporučená délka setkání 3 – 7 minut v závislosti na probíraných bodech
- meeting vede Crew Chief

Před RESPECT meetingem:

- všichni účastníci meetingu se dostaví do kávy rozhodčích v dením čase, rozhodčí budou na setkání připraveni, dříve do kávy jsou otevřeni

Struktura RESPECT meetingu:

1. Obě rozhodčí se představí a vyvěsí cíl meetingu. Vyzvou trenéry i kapitány, aby se také představili.
2. Crew Chief připomene aktuální trendy v rozhodování, např.: posuzování taut v trestech, posuzování hry loktem, RESC, aj.
3. Crew Chief vyvěsí pravidla chování, komunikace a vzájemného respektu během utkání. Například: Pokud trenér nebo hráči nerozumí nebo nepochopí a výrokem rozhodčího, využijí k dotazu na danou situaci přerušení hry, konzultují klidně a bez emocí (žár, gestikulace, atd.). Rozhodčí na takovou komunikaci reagují otevřeně a přátelsky.
4. Na závěr meetingu je vhodné sstřídit vzájemnou dohodu podání ruky a pozdravení, že účastníci všemu rozumí. Zároveň se zavazují tyto dohody dodržovat. Je důležité, aby nebyly žádné nezodpovědné otázky nebo nejasnosti.
5. Trenéři a kapitáni odchází ze kávy rozhodčích. Doporučujeme, aby s obsahem setkání seznámili svůj tým.

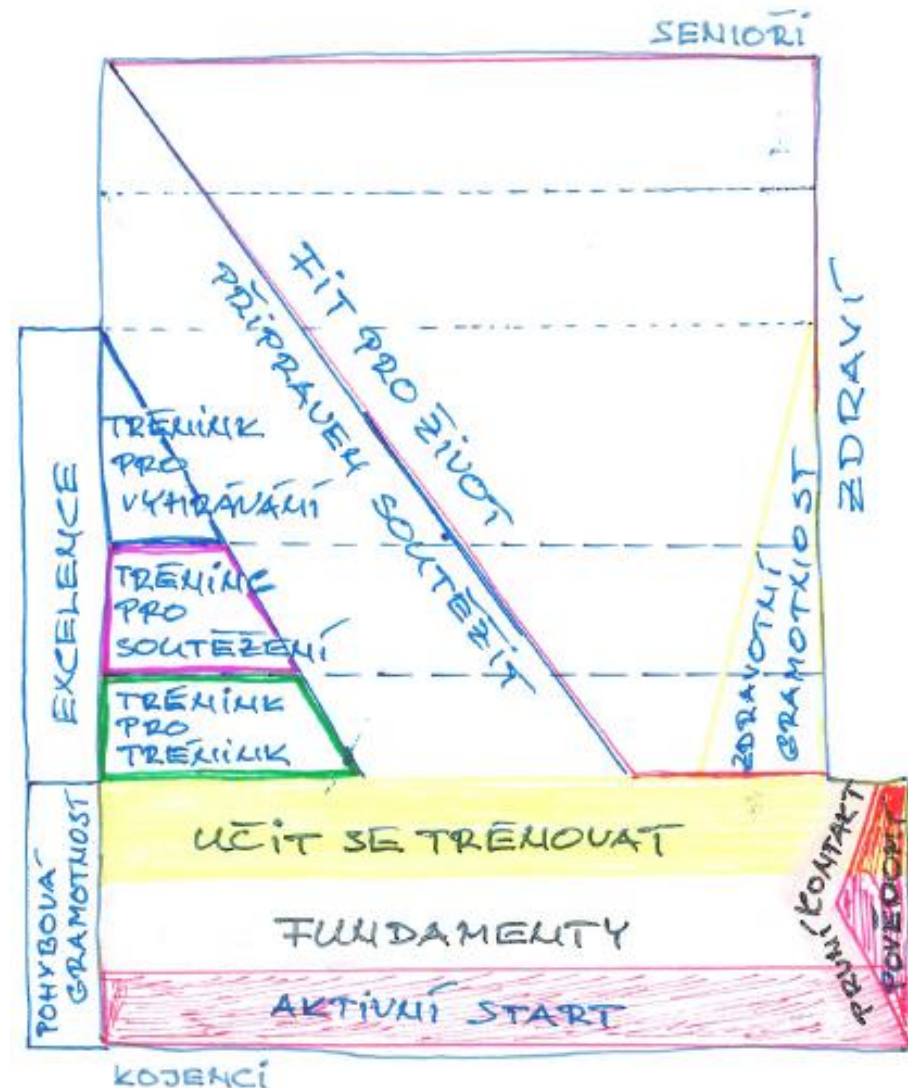
VZDĚLÁVÁNÍ – KVALIFIKACE a LICENCE

- Licence B - stav
- Licence C - vize
- Licence A - vize
- Akreditace ČBF
- EU doporučení



Pyramida vs obdélník dlouhodobého rozvoje

- Aktivity mimo pyramidu – **PROČ?**
- Holistický přístup ve sportovní přípravě
 - Fyzická stránka - **Tělo**
 - Psychologie – **hlava**
 - Hodnoty - **srdce**



HPN – jako jedna z možností

METODICKÉ DOPORUČENÍ PRO VEDENÍ POHYBOVÝCH AKTIVIT žáků 1. – 3. ročníků základních škol



Pokusné ověření programu Hodina pohybu navíc
ve školním roce 2015/2016

Praha, 24. 10. 2016

- vyhlášeno v dubnu 2015; na jeden školní rok
- FB, LH, BB, VB, HÁZ, RAG – OH SH
- 2015-2016 - 160 ZŠ (basket 35)
- jedna vyučovací hodina týdně ve školní družině, žáci ve věku 6-9 let (1.–3. ročníky), souhlas rodičů, účast je bezplatná
- zařazeno cca **8000 žáků**, 300 trenérů/učitelů, 20 evaluátorů, 6 expertů sportovních svazů
- Prodlouženo 2016-2017 – 350 ZŠ (basket 70)
- plošné rozšíření – 1. 9. 2017 (2018)?
- metodická podpora – tištěná metodika, videa, evaluátoři, expertní tým svazů SH, speciální sekce Metodického portálu RVP.CZ: **HOP.RVP.CZ**
- Metodika pro poslední ročník MŠ + metodika a proškolení více než 9 tisíc učitelů a trenérů

Hodnoty trenéra – Dotazník

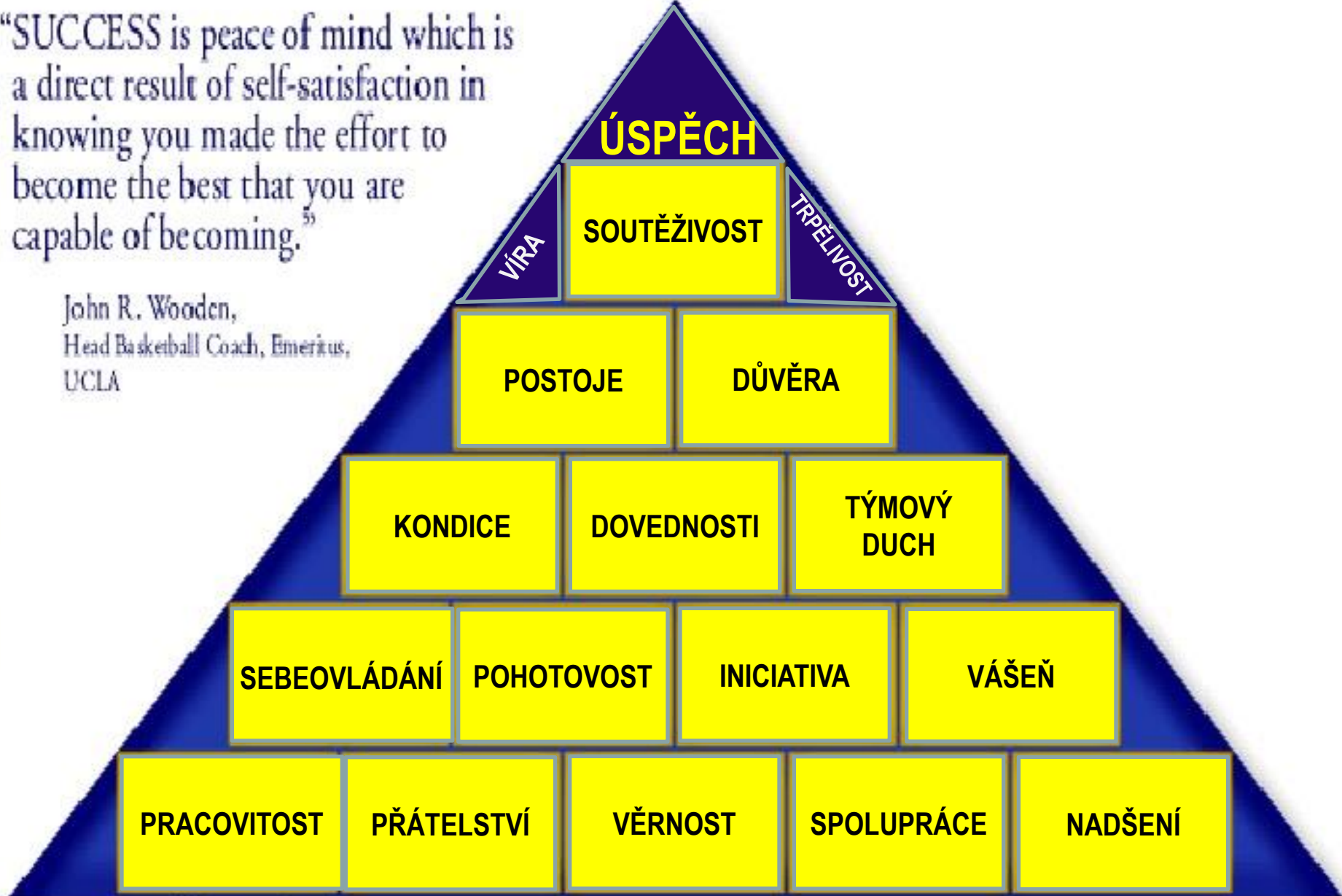
Podtrhněte maximálně 5 hodnot, které vás charakterizují v roli trenéra.

Zdraví	Láska	Rovnováha
Přátelství	Lidskost	Snaha o dokonalost
Respektování pravidel	Svědomitost	Moudrost
Sebekontrola	Odvaha	Přizpůsobilost
Síla	Čestnost	Pravdivost
Trpělivost	Reputace	Hard work
Víra	Morálka	Sportovní chování
Odpovídající znalosti	Přátelskost	Odpovídající dovednosti
Odpovědnost	Vztahy	Vyhrávat i prohrávat s grácií
Rovnováha v životě	Férovost	Férovost
Zábava	Zdvořilost	Naděje
Důvěra	Odvaha/Statečnost	
Nesobeckost	Vytvrvalost	
Respektování druhých	Duševno i tělesno	

Ze stejného seznamu zakroužkujte maximálně 5 hodnot, které by podle vás měli zlepšit vaši hráči / tým.

“SUCCESS is peace of mind which is a direct result of self-satisfaction in knowing you made the effort to become the best that you are capable of becoming.”

John R. Wooden,
Head Basketball Coach, Emeritus,
UCLA



★ Point to a pyramid block to read more.

Pyramida úspěchu – John Wooden, UCLA + jiném příklady



KDO BYL VÁŠ NEJLEPŠÍ TRENÉR?

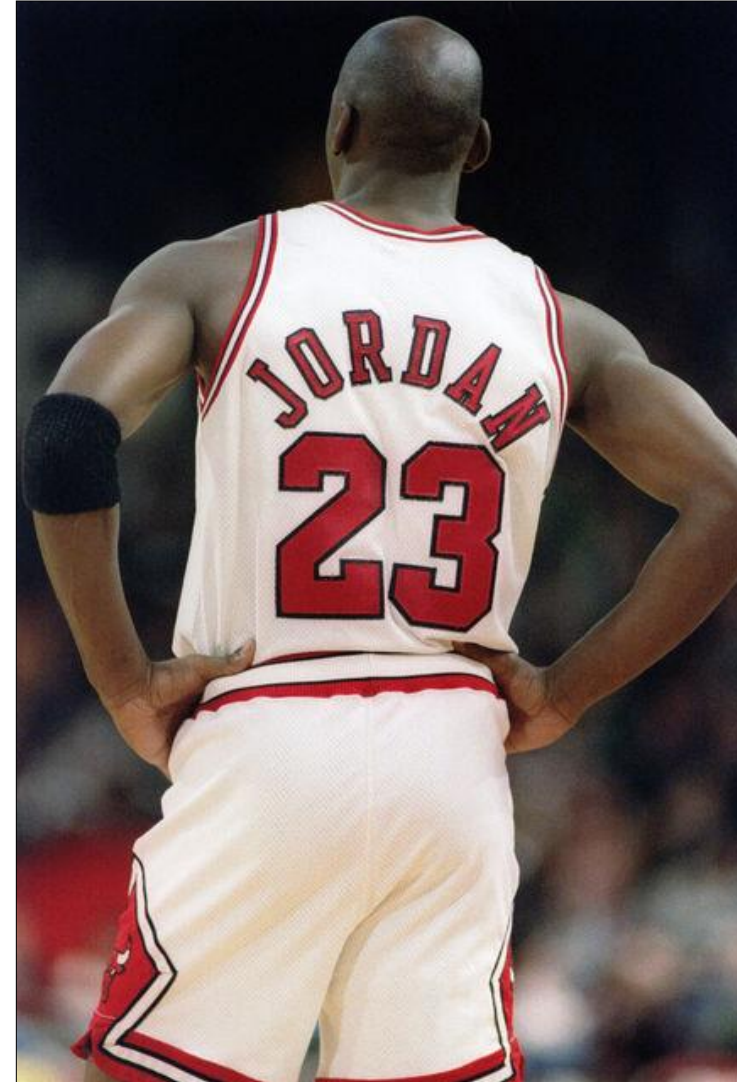
Charakteristiky elitního BB mužů po ME 2015

- **Atletičnost** (odklon od vysokých méně pohyblivých podkošových hráčů – to tall)
- **Inteligence** (herní)
- **Ambicióznost** (zdravé ambice)
- **Méně kombinace clony na míč**, více vnikání hráče s míčem a vyhození - „drive and kick the ball out“, i vícekrát
- **Více druhů obranných systémů** využívaných v jednom utkání
- Více „**half court game**“ ze základního postavení 4 - 1
- Ve většině týmů byl na ME 2015 1 dominantní hráč, nebo dvojice, kteří "opanovali hřiště".

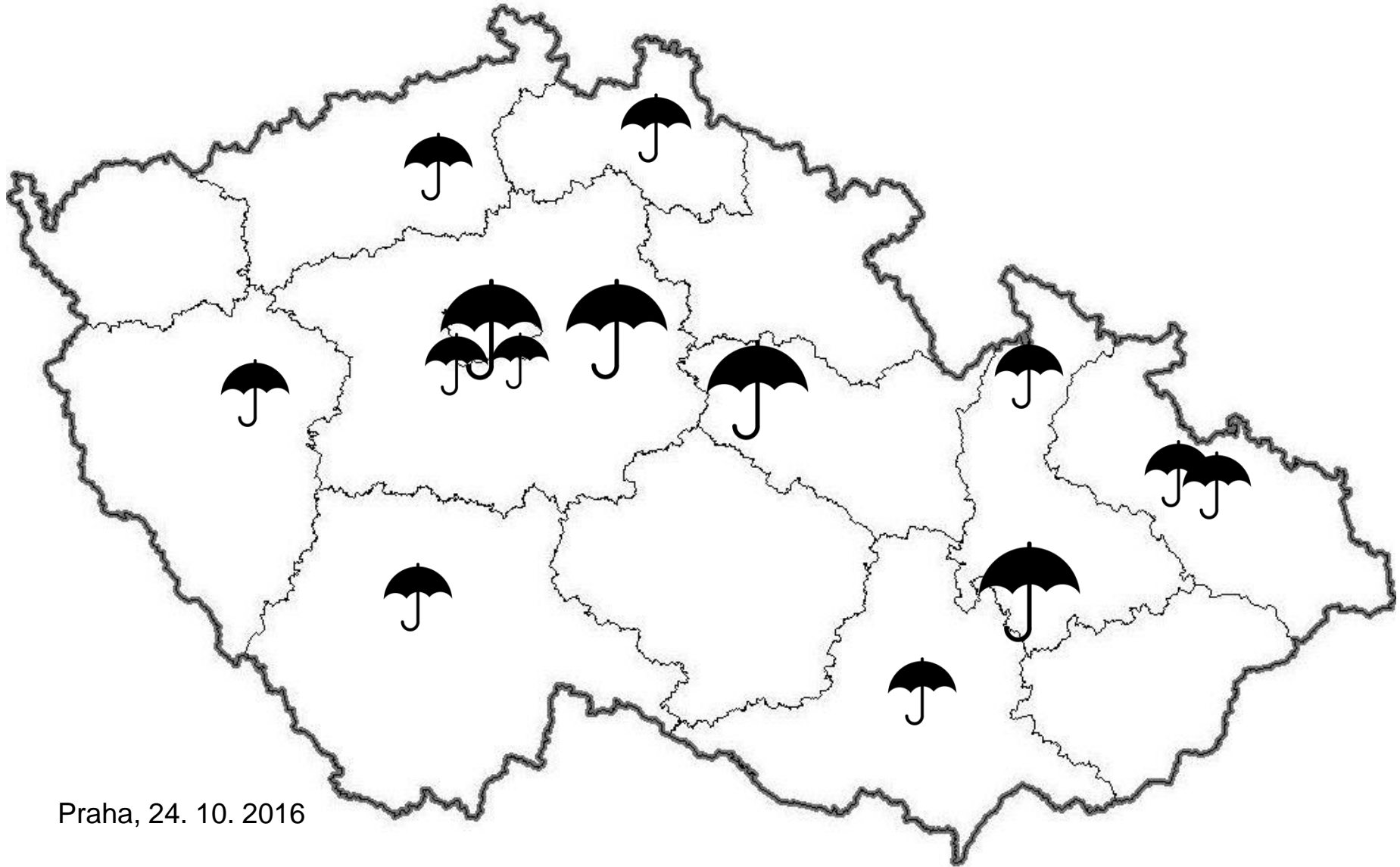
Charakteristiky elitního BB po LOH v RIO 2016

- Rozhodování - **Decision making** - kreativita vs robotizace.
Rychlost a koordinace vs herní činnosti
- **Prolínání herních specializací**
- **Technologie – DATA –**
- **Shooting skills** – na hřišti je málokdy hráč, který není schopen úspěšně zakončit střelbou ze střední a dlouhé vzdálenosti.
- **Vychovávat** hráče, kteří jsou schopni řídit hru, tým a sami sebe – „**generál na hřišti**“
- **Komunikace** – verbální i nonverbální
- Ochota a schopnost se **Vyrovnat s očekáváním**
- **Hodnotový žebříček** – sport je u dětí a mládeže primárně **výchova**

Praha, 24. 10. 2016



STM – UMBRELLA – další kroky?



Praha, 24. 10. 2016

Think BIG – START small



DĚKUJI ZA POZVÁNÍ A ZA POZORNOST

Praha, 24. 10. 2016

Zdroje: Michal Ježdík, Billy Crossan - přednáška pro VIT ČBF (16.10.), John Wooden, Jay Carty: Coach Wooden's Pyramid of Success