

Coach

Tento výtisk je samostatně neprodejný

TÉMA

Rytíři
bez brnění

JIŘÍ WELSCH

Čím ho zklamali
trenéři v NBA

DUŠAN UHRIN st.

Proč už by nevystřídal
Poborského

Rozhovor

Filip Pešán

**Z KOLEGŮ
SE SNAŽÍM
DĚLAT TYGRY**



MAGAZÍN VYDÁVANÝ
VE SPOLUPRÁCI S ČESKÝM
OLYMPIJSKÝM VÝBOREM



ADIPURE 0% MÝDLOVÝCH SLOŽEK -

RESPEKTUJE VAŠI POKOŽKU DÍKY HYDRATAČNÍMU CO



- 0% BARVIV
OTTON TECH™ KOMPLEXU



© 2017 Coty Inc. adidas Licensee
adidas, the Badge of Sport and the 3-Stripes mark are registered trademarks of the adidas Group.



5. 9. 2017

Coach

 COACH. Měsíčník.
Ročník 2., číslo 3,
vychází 5. 9. 2017.

 Samostatně neprodejné, vychází
jako příloha deníku SPORT.

 Adresa: 170 00 Praha 7,
Komunardů 1584/42, e-mail:
magazinsport@cncenter.cz,
www.isport.cz,

 telefon: popředvolbě
+420 225 97 volte linku 5275,
Redakce – linka 5111.

Šéfredaktor: Lukáš Tomek,
vedoucí redaktor: Petr Schimon,
grafici: Dagmar Šentfeldová,
Jaroslav Komolý, **autorka
grafické úpravy:** Pavla Veselá,
redakční rada: Michal Ježdík,
Filip Šuman, Zdeněk Haník,
Michal Barda,

inzerce: Jan Nassir (7338),
jan.nassir@cncenter.cz, **ředitel
inzerce:** David Šaroch (7227),
kontakt na inzertní poradce:

 linka 7512, **marketing:** Dominika
Lakomá (7489), **ředitel výroby
a distribuce:** Libor Berka (7283).

Vydává: CZECH NEWS
CENTER a.s., Komunardů
1584/42, 170 00 Praha 7,
IČO: 02346826

Generální ředitelka:

 PhDr. Libuše Šmuclová.
Rozšiřují společnosti PNS a.s.
Tiskne: EUROPRINT a.s.,
ISSN 2464-6865.
Registrace
MK ČR E 22423.

 Nevýžadané rukopisy, fotografie
a kresby se nevracují. Redakce
nezodpovídá za obsah inzerátů.
Publikování nebo jakékoli jiné
formy dalšího šíření obsahu
časopisu COACH jsou bez
písemného souhlasu vydavatele
zakázány.

© CZECH NEWS CENTER a.s.

obsah

- Kouč libereckých hokejistů a reprezentační dvacítky nejen o tom, čím se odlišuje. ← **4** ROZHOVOR S FILIPEM PEŠÁNEM
- Zkušenosti trenérů v NBA, Eurolyze i české lize ← **16** POHLED SPORTOVCE: JIŘÍ WELSCHE
- Nejdelší trenérská angažmá ← **20** TOP 10
- Rytíři bez brnění ← **24** HLAVNÍ TÉMA
- Dušan Uhrin starší ← **32** DOPIS MÉMU MLADŠÍMU JÁ
- Hledání ideálního hráče ← **34** SPORTOVNÍ PSYCHOLOGIE
- Proces, nebo výsledek ← **38** CO MĚ NAPADÁ, KDYŽ BĚHÁM
- Jedna otázka, devět odpovědí ← **40** COACHING



editorial

Inspirativní Coach

Celý život si ve sportu potvrzuju jednu zkušenost: kde pracuje dobrý trenér, tam mají i dobré výsledky. Znáám kluby, které neoplývají slavnou historií ani netěží ze skvělých podmínek, ale podařilo se jim získat výborného trenéra. Nadšeného člověka, který miluje svůj sport. Který ví, jak na to, a hlavně chce. V takovém klubu se potom dějí úžasné věci. Děti se na tréninky vrací rády a s úsměvem. A tam, kde po léta nezavádili o talent, najednou roste spousta skvělých sportovců.

Jak zajistit pro český sport co nejvíce dobrých trenérů? Nejen pro ten vrcholový, ale i do oddílů k mládeži? Řešení se skládá z celé řady drobných detailů – stejně jako v případě každého úspěchu nebo vítězného týmu. Zkušenosti nabitě třeba ve vzkvétajícím volejbalovém týmu se do určité míry dají přenést i do jiných kolektivních her. Stejně tak úspěšný recept pro přípravu atleta může v lecčems inspirovat trenéry i v dalších individuálních a kolektivních sportech. Přesto jsou v současné době možnosti předávání zkušeností a poznatků napříč sporty velmi omezené.

Proto jsem před čtyřmi lety přivítal aktivitu Zdeňka Haníka a skupiny nadšenců především z kolektivních sportů, která vyvrcholila založením Unie profesionálních trenérů pod Českým olympijským výborem. Ta se stala platformou, kde se setkávají trenéři ze všech sportovních odvětví, konzultují, vydávají odbornou literaturu a pořádají semináře s tuzemskými i zahraničními odborníky.

Zájem o tuto činnost vysoce převýšil všechna očekávání. Na tradiční trenérskou konferenci Mosty, která se koná zpravidla dvakrát ročně a pojme několik stovek trenérů, je vždy beznadějně vyprodáno. Proto byl logický další krok. Díky pochopení redakce deníku Sport a jejího šéfredaktora Lukáše Tomka začal vycházet čtvrtletník Coach zaměřený na trenéry. Po prvních šesti vydáních bylo jasné, že si svým obsahem získal čtenáře. I proto od nyní bude vycházet každý měsíc za podpory ČOV a některých větších svazů.

Pevně věřím, že magazín Coach bude i nadále inspirací pro trenéry všech druhů sportu a zapadne tak jako střípek do mozaiky, která pomůže ke zkvalitnění a zviditelnění trenérské práce v českém sportu.

JIŘÍ KEJVAL, PŘEDSEDA ČOV

Termín uzávěrky: 29. 8. 2017 | TITULNÍ SNÍMEK SPORT: DOMINIK BAKEŠ

VE SPOLUPRÁCI:

Czech News Center 7



NÁŠ
KLENOT

J. J. 68



LIMITOVANÁ
KOLEKCE 68 ks

24 900,- Kč

LIMITOVANÁ
KOLEKCE 25 ks

84 900,- Kč

LIMITOVANÁ KOLEKCE HODINEK
„JAROMÍR JÁGR 68”

Louis Erard
SWISS MECHANICAL WATCHES

klenoty
AURUM

WWW.KLENOTYAURUM.CZ

Českému hokeji se možná po zlatých úspěších trochu zatočila hlava. Na začátku tohoto desetiletí to vypadalo opravdu slibně, ale jak víme, nevládne Česko, nýbrž Kanada. FILIP PEŠÁN se osobně seznámil, jak to v „hokejové zemi zaslíbené“ v současnosti funguje. V rozhovoru pro Coach mluví o kanadském hokejovém náboženství nebo o kultuře libereckých Bílých Tygrů.

V KANADĚ VZDĚLÁVAJÍ NEJEN TRENÉRY, ALE I HRÁČE

TEXT: ZDENĚK HANÍK



V jednom rozhovoru jste zmínil, že jste v extraligovém finále na Kometu nenašli zbraň, stejně jako ostatní týmy ve čtvrtfinále ani v semifinále. A prohlásil jste, že to berete na sebe jako vlastní chybu. Může trenér vůbec něco vzít na sebe?

„Samozřejmě záleží na situaci. Těžko může být zklamaný trenér sprintera a brát něco na sebe, když jeho svěřenec prohrál s Usainem Boltem, což se nám asi trošičku stalo, myslím si. Přesto mi vadilo, že Kometa naprosto stejným systémem a stejnou hrou vyřadila všechny tři soupeře v play off. Přestože jsme se na ni připravovali, vymýšleli, co jsme mohli, ale ten recept jsme nenašli ani my. Takže je to možná podobná story jako s tím Boltem.“

Má podle vás trenér reálně takovou moc nad týmem, že si může dovolit výrok „Beru to na sebe“?

„To je velmi těžká otázka. Myslím si, že hodně záleží na okolnostech. Jsou průměrné mančafy, ze kterých může kouč udělat vynikající týmy, nebo jsou naopak jiné kvalitní, které kouče vlastně nepotřebují. A pak jsou podprůměrné mančafy, které se nestanou ani průměrnými, ať je vede jakýkoliv špičkový kouč. Čili záleží to na okolnostech, na chemii, na složení realizačního týmu kolem trenéra, na spoustě dalších věcí.“

V čem se Filip Pešán liší od ostatních trenérů?

„Nejvíc ve výběru svých kolegů a ve víře v ně, protože rozdělují role, svému týmu naprosto důvěřuju. Jsou to moji nejbližší ne spolupracovníci, ale nejbližší přátelé. Práci si rozdělujeme, na rozhodnutích se podílíme. To si myslím, že je největší síla Filipa Pešána.“

To říká každý úspěšný trenér. Zkuste se odlišit od ostatních.

„Nepotřebuju se odlišovat. Řekl jsem, jak to je. Samozřejmě, možná bych k tomu přidal trošičku statečnosti v rozhodování. Například i to zaúkolovat své kolegy, nechat svého asistenta vést naprosto autonomně videoporadu. Víra v to, že videokouč dokáže analyzovat soupeře bez toho, abych se na to musel podívat já. Víra v mého kolegu, mého asistenta, v to, že dokáže zvládnout svou roli. To vyžaduje statečnost, protože následně největší zodpovědnost, vlastně veškerá zodpovědnost, je na mně. Ale kolegové se velmi podílí na rozhodování.“

Lidé, kteří vidí do hokejového prostředí, říkají, že jste nová krev. Že jste jiný. Pociťujete to?

„Možná jsem jiný právě v tomto, o čem jsem mluvil. Za doby mého hráčského působení v hokeji byl trenér jediný velitel týmu, asistenti neměli téměř žádnou roli. Využíval se z drtivé většiny příkazový koučink, což je možná další věc, ve které jsem jiný. Ale koučink je i kombinace zapojení kolegů. To je podle mě jedna velká mašinerie, každý je jedním kolečkem hodin. Možná jsem odlišný v tom, že jsem dostal šanci jako mladý trenér a mladý kouč, který si rozbil hubu, a v důsledku toho začal důvěřovat lidem okolo sebe a přešel z příkazového koučinku na partnerský. To si myslím, že je ta věc, ve které jsem jiný a možná i vyspělejší.“

V čem jste si nabil hubu?

„V tom, že jsem kopíroval kouče, kteří mě vedli jako hráče. Četl jsem knížky a měl pocit, že kouč je velitelem, který rozhoduje o všem, co se bude dít. Chtěl jsem tedy o všem rozhodovat, všechno jsem chtěl vědět a být naprosto za každým rozhodnutím. Kouč nemůže všechno stíhat, není vševědoucí, musí se učit od kolegů, od hráčů. Kouč je persona, která v tom velkém soukolí jednoduše řídí cestu za společným cílem celého obrovského stroje.“

Byl jste na zahraničních stážích. Je i toto poznatek odtud?

„Stoprocentně se zahraniční stáže podílely na této změně mojí osobnosti jako kouče. Už jenom to, že se některých částí tréninku headcoachové v Kanadě ani nezúčastní, protože mají naprostou důvěru ve své spolupracovníky.“

Je těžké spolupracovníky sehnat, nebo vybrat?

„Strašně těžké.“

Kde je seženete? Na základě čeho vybíráte?

„Já se snažím vycházet se všemi kolegy, jak nejlíp můžu, respektuju je všechny. Nemyslím si, že by se našel někdo z hokejové branže, kdo by mě měl nenávidět, protože jsem se k němu choval nějak špatně. A jak člověk poslouchá či se dívá, snaží se představit si některé kolegy, ať už z branže nebo mimo branže, ve svém týmu. A když kápnu na někoho pro mě zajímavého, oslovím ho a v mnoha případech jsem ho přivítal v týmu.“

V Česku přednášeli všichni členové realizačního týmu kanadské reprezentace, mistrů světa, na mezinárodní konferenci Mosty. To bylo pro mě velmi inspirativní. Co vy jste si přivezl ze stáží v Kanadě?

„JAKO MLADÝ TRENÉR JSEM SI NABIL HUBU V TOM, ŽE JSEM KOPÍROVAL KOUČE, KTERÍ MĚ VEDLI JAKO HRÁČE.“



FOTO SPORT: PAVEL MAZÁČ



FOTO SPORT: PAVEL MAZÁČ

„Byl jsem na té přednášce, bylo jasné vidět, že hokej je v Kanadě na prvním místě. To si myslím, že je věc, která se v českých podmínkách dá velmi těžce napodobit. My nemáme náaturu a společenskou kulturu, abychom mohli být takhle nábožní třeba konkrétně k hokeji. To jsem se rozhodně snažil přinést do Čech, ale moc to nejde. Ovšem to, jak Kanadani milují hokej, vás poznamená na celý život.“

Co by se muselo stát, aby se to i u nás pohulo tímhle směrem? Je to vůbec možné?

„Nechci být nějaký filosof, ale přijde mi, že celá česká kultura, celá česká společnost teď trochu vadne. Především, co se týče hodnot nebo respektu jednoho k druhému. Od politiků až k učitelům. Myslím si, že to je víc společenský problém než jen sportovní. Na druhou stranu, v Kanadě je součástí tohoto náboženství samozřejmě i historie, kterou my sice máme taky... Ale i to kanadské prostředí, ve kterém se hráči pohybují, to nadšení rodičů, respekt ke koučům, úžasná práce s dětmi, modly a vzory, které ti mladí hráči mají před sebou. A tohle všechno... Já z toho mám až strach.“

Mohl by být Čech koučem v NHL?

„V současné chvíli si myslím, že to jednoznačně není možné. Protože jsme vyklidili medailové pozice

v mládeži i dospělém hokeji. V současné chvíli NHL nemá vůbec potřebu angažovat českého kouče.“

A co se z kanadského prostředí dá přenést do Česka, kromě toho, že jste si přinesl nějaké osobní duševní bohatství?

„Pro vzkříšení českého hokeje je nutné změnit hokejové prostředí. To si myslím, že opravdu musí jako první udělat hokejový kouč, speciálně kouč mládeže. Hokejové prostředí u nás není úplně zdravé. Nebo není zdravé tak, jak já bych si představoval. Na stadionech se nadává, pije se alkohol, nadávají a křičí trenéři, hru kazí rozhodčí. Zkrátka na stadionech je nevráživá atmosféra a u toho se musí začít, jinak se podle mě nehne z místa.“

Je tedy trenér tou osobou, která má být největším hybatelem k takové změně?

„Jednoznačně. Hybatelem musí být trenér. Musí navázat kvalitní vztah s rodiči a partnerský vztah s hráči. A jestli jde o dorost nebo o pátou třídu, je úplně jedno. Hráči, stejně jako rodiče, musí kouče milovat, respektovat, ctít jeho zásady. Hlavně kouč musí ty zásady ctít jako první. Pak se to prostředí začne měnit.“

Když už jsme se dostali k tématu trenér mládeže a trenér dospělých, vy jste zažil

FILIP PEŠÁN

Narozen: 4. 1. 1978 v Liberci

→ **Pozice:** trenér a sportovní ředitel Bílých Tygrů Liberec, bývalý útočník

→ **Hráčská kariéra:** HC Stadion Liberec, později Bílí Tygři Liberec (1. liga i extraliga, 1996-2003)

→ **Trenérská kariéra:** Bílí Tygři Liberec (junioři 2005-06, 2007-08, hlavní trenér 2008-09, asistent 2009-12, hlavní trenér 2012-13, 2015-?), X-men STFX (Kanada, 2006-07), Benátky nad Jizerou (2013-15), reprezentace U19 (2014-15), reprezentace U20 (2017-?)

→ **Úspěchy:** mistr extraligy (2016), finalista extraligy (2017), 2x Prezidentský pohár pro vítěze základní části (2016, 2017), rekord extraligy v počtu uhraných 118 bodů (2016)

→ **Rodina:** ženatý, manželka Lucie Hrstková-Pešánová (bývalá reprezentantka v alpském lyžování), dvě děti



oboje. Zkuste popsat hlavní rozdíl v jejich proflech.

„Trenér mládeže musí mít svoji práci rozdělenou do dílčích rolí: trenéra, učitele, rodiče, kámoše. Kdežto u dospělého hokeje role rodiče není žádoucí. Možná je trošku omezená i role učitele, i když v některých situacích to stoprocentně neplatí. Takže vidím největší rozdíl v tom, že trenér dospělých je orientovaný hlavně na výsledek a nepotřebuje být tolik spolutvůrcem hodnot hráčů, jako je to u trenéra mládeže.“

Může být trenér dospělých kamarád s hráči?

„Musí být částečně kamarád, a to si myslím, že se právě děje v Liberci. Já a moji kolegové jsme s klukama kamarádi, a zároveň kamarádství nepřeroste únosnou hranici.“

Dotkli jsme se trošku mládežnického hokeje. Jak vám funguje akademie v regionu?

„Máme velmi malou spádovou oblast, takže nemáme úplně jednoduchý příchod hráčů do klubu. Zato máme velmi kvalitní trenéry a úžasné zázemí v Liberci, na nejvyšší úrovni.“

Jak to propojujete?

„Trenéři mládeže se pravidelně účastní schůzek mého realizačního týmu, stejně jako trenéři naší farmy v Benátkách. Jsme jedna velká pracovní skupina a snažíme se přenášet myšlenky dál. Teď jsme nově zvolili ještě pozici manažera mládeže, aby byl přenos informací dostatečný. Je jich každý den moc, nemůžeme si dovolit mít po každém tréninku schůzku dvaceti lidí v kanceláři.“

Vy máte poměrně silnou podporu vedení klubu. Vedle trenérské pozice jste i manažer. to znamená, že jste Ferguson v Liberci. Kde končí vaše pravomoci? Jsou nějak omezené?

„Spoustu svých rozhodnutí konzultuji nejdřív s generálním manažerem panem Jechem. Finální slovo má vždycky majitel klubu. A finální rozhodnutí se točí většinou okolo peněz. Mám stanovený budget v klubu, který nesmím překročit. Majitel klubu hokej tak miluje, že chce vědět o každém kroku, který dělám. Takže mám generálního manažera a majitele klubu ke každé konzultaci.“

Hráče si vybíráte sám?

„Hráče si vybírám sám.“

Mají členové vedení klubu právo veta?

„Myslíte majitele? Právo veta má v situaci, kdy se mu nezdá cena hráče, což se i stalo. Právo veta má

stoprocentně, i když se mu nezdá kvalita hráče. A to se zatím nestalo, že by mi vetoval nějaké rozhodnutí.“

Jaké hodnoty u hráčů preferujete? Podle čeho je vybíráte?

„V drtivé většině se s hráči chci potkat před jakýmkoliv podpisem smlouvy nebo během jednání osobně. Zajímá mě, jak hráč vystupuje, jak se chová, jaké má životní prostředí. I podle toho člověk pozná spoustu věcí. Ale hlavně chci, aby hráči, samozřejmě kromě hráčských kvalit, které jsou nutné, zapadli do toho, co v Liberci chceme dělat.“

Máte nějaké výrazné hodnoty osobnosti, například duševní, které mají přednost před ostatními, když vybíráte hráče?

„Spíš jsou to negativní vlastnosti, které když u hráčů objevím, tak je v týmu nechci.“

Které vlastnosti?

„Třeba netýmovost. Nebo přehnané osobní ambice. Samozřejmě i špatná historie, protože pokud se nějaké špatné události nebo situace v historii hráče opakují, je to pro mě varovný signál.“

Takže historická linka hráče je sledovaná?

„Ano.“

Jednou jste odešel z klubu a vrátil se, dostal jste znovu důvěru. Na základě čeho?

„Už na svém prvním angažmá v áčku, respektive i druhém, jsem jako mladý trenér dělal podobnou práci jako dneska. Ale potkal jsem se s nenávisť fanoušků, protože mě nerespektovali jako trenéra, i vzhledem k mému věku. A protože ani výsledky nebyly nijak zářivé, začínal jsem ztrácet i důvěru hráčů a vedení klubu, které nakonec nemělo jinou šanci, než mě odvolat, aby celou situaci uklidnilo, zachránilo. Já jsem pokračoval ve stejné práci v Benátkách, kde jsem dva roky trénoval farmu, první ligu. A po těch dvou letech jsem se vrátil. Byl jsem znovu povolán do prvního týmu, protože vedení klubu se líbila práce, kterou dělám, a já jenom pokračuju dál.“

Byl to cit majitele? To přece není tak jednoduché, když vás diváci nechtějí...

„Vím, kam míříte. Majitel klubu chce na pozici trenéra Tygra. A já jsem Tygr skrz naskrz. Vyrůstal jsem v Liberci, jsem Liberečák a snažím se i ze svých kolegů dělat Tygry, aby mě v případě mého odchodu mohli zastoupit. Majitel klubu si na tom opravdu zakládá, je velmi konzervativní. Nerad



„CELÁ ČESKÁ SPOLEČNOST TEĎ TROŠKU
VADNE. PŘEDEVŠÍM. CO SE TÝČE HODNOT
NEBO RESPEKTU JEDNOHO KDRUHÉMU.
Z TOHO MÁM AŽ STRACH.“



FOTO SPORT: MICHAL BERÁNEK

^ S LIBERECKÝMI FANOUŠKY SI FILIP PEŠÁN VYTVÁŘEL VZTAH DELŠÍ ČAS. ZPOČÁTKU ČELIL NEÚCTĚ A NENÁVISTI, NYNÍ JE PRO NĚ HRDINOU.

mění trenéry, nerad dělá změny. A víra v to, že já jsem ten pravý člověk, mu vydržela i v těžkých dobách. Titul mu budiž odměnou za jeho odvalu.“

Byl to jeho neochvějný cit, nebo to bylo jeho čistě osobní rozhodnutí?

„Myslím, že to rozhodnutí hodně ovlivnil generální manažer Ctibor Jech, který mě osobně znal, věřil v moji práci a přesvědčil majitele klubu, že jsem ten správný člověk. A majitel měl tu odvalu mě do pozice dát, podržet a pak mě do ní vrátit.“

Co diváci, když jste se vrátil podruhé?

„Čekali, jaké budou výsledky. Já jsem díky kolegům a hráčům, kteří odehráli výbornou sezonu, v podstatě nedal našim divákům šanci začít znovu o mně pochybovat, a ta nenávisť se rozplynula. Zatím.“

Čili jak funguje rozhodování? Jak řídíte klub teď?

„Hlídám si finanční rozpočet, snažím se hledět několik let dopředu na určité role, kdo by z klubu mohl odejít, kdo z mladých hráčů by mohl místo nich přijít. Snažím se vybírat hráče do útoku a do obranných dvojic, aby došlo k určité bilanci. Znovu se velmi snažíme zapojit mladé hráče do klubu a k nim vybírat správné mazáky, kteří je mohou posunout. Navíc máme nově zavedený systém scoutingu v klubu. Snažíme se pracovat nadčasově.“

Ted jste ve vedení řekneme tři: generální manažer, majitel a vy? Máte pravidelné schůzky?

„Máme. Prezentuju na nich během sezony výsledky, které samozřejmě majitel zná, na spoustě zápasů i byl. Ale já popisuji i vnitřní situaci v týmu, řídím částečně mládež, takže i situaci v celém



sportovním úseku. Manažer klubu hlídá finance a technické věci, řízení týmu a celého klubu. Majitel nad vším dohlíží a má právo veta.“

Hádáte se někdy odborně?

„Párkrát jsme měli trošku odlišné názory. Ale musím říct, že za poslední dva roky, které byly relativně úspěšné, jsme nebyli nuceni řešit nějaké bouřlivé výměny názorů.“

Když jste manažer a trenér v jedné osobě, nehádá se to spolu uvnitř?

„To jsou spojené nádoby. Pokud je člověk opravdový manažer, který má skutečný vliv na chod týmu, a nikoliv jenom okolo, je to ideální spojení myšlenek a plánů trenéra s týmem a manažera, který v podstatě sám sobě ten tým složí. Pak samozřejmě za obě role nese jako jediný zodpovědnost.“

Kladete vysoko realizační tým a trochu vím, že děláte zvláštním způsobem kondici. Je to věc, o které chcete, nebo můžete mluvit?

„Můžu mluvit o čemkoliv. To není něco, co někde skrýváme nebo co se nedá dohledat. Děláme zvláštní statistiky, děláme zvláštní video, hrajeme zvláštním systémem.“

Jaké zvláštní statistiky?

„Máme velmi podrobné statistiky ze zápasů. Těch věcí, které děláme zvláštně, použiju váš výraz, je celá řada. Jak už jsem říkal, vybírám si k sobě odborníky na konkrétní věci, a když se obklopuju dobrými lidmi, můžu se posunout jako trenér.“

Ale co ta kondice? Na co kladete důraz?

„Kondice je postavena speciálně na hokej. Odbourali jsme dlouhodobé kondiční mýty o hokejistech jako vytrvalcích, kteří musí vydržet jezdit 60 minut. Téměř jsme odbourali běhání, protože hokejista neběhá na ledě, a stavíme tuhle stránku přípravy hráče na sezonu přesně na míru výkonu na ledě.“

To znamená výrazná specifčnost, něco takového?

„Výrazná specifčnost. Hokejista v podstatě dělá dřepy, rotuje pánev, dělá mrtvý tah, dělá výstupy a další věci. Na to se zaměřujeme, to zdokonalujeme a zlepšujeme. Samozřejmě k tomu kompetenci, hodně se zaměřujeme na tělesný střed, abychom eliminovali zranění. A bavíme se o tom denně a denně.“

Jak se rozvíjí hokejová rychlost? Nemyslím rychlost mentální, teď čistě fyzickou.

„Rozvíjíme ji opakovaným silovým cvičením a takovou tu cyklickou rozvíjíme hodně v létě v písku. No a potom samozřejmě na ledě v rychlostních cvičeních.“

Čili odbourali jste takový ten klasický model dlouhého běhání, jízdy na kole.

„To jsme úplně vyrušili. A odbourali jsme i další mýtus, že co se v létě natrénuje, v zimě jako když se najde. Speciálně třeba po dovolené, měsíční.“

Co ti ostatní členové realizačního týmu? Videotrenér, o němž jste mluvil, má u vás silnou pozici?

„U mě má Aleš Vladyka extrémně silnou pozici, proto jsem si ho vzal s sebou i do dvacítka k národáků. Je to člověk, který mi připraví, rozebere, analyzuje téměř všechno. Upozorňuje mě neustále na spoustu věcí, což já potřebuju. Kondiční trenér Aleš Pařez má moji naprostou důvěru, co se kondice týče. Ale zase: každé ráno máme poradu týmu a každý den se rozhodneme podle aktuální nálady, pocitu a atmosféry. Co Aleš bude dělat, mu musím v podstatě odsouhlasit. Ale je to debata, není to příkaz. Karel Mlejnek je moje pravá ruka ohledně téměř všeho, co já v práci dělám. U vedení tréninku, přes dovednostní tréninky, až k rozborům videa a individuálním videorozborům. Martin Láška, špičkový kouč brankářů, stále cestuje a vzdělává se. I mě posunul jako kouče. Nově se k nám z NHL připojil Honza Ludvig, statistiky nám skvěle zpracovávají bratři Morkesové. A nerad bych zapomněl na někoho dalšího.“

Ti všichni mluví k týmu?

„Ano, ale je to vždy po domluvě se mnou. Já řídím tým jako celek, a když cítím, že už mě má dost, vede videoprodukcí Aleš Vladyka nebo Karel Mlejnek. Když jde o nějaká závažnější rozhodnutí, ať pozitivní nebo negativní, rozhodujeme se, kdo promluví například s brankáři. Jestli já, nebo trenér gólmanů. A po debatě s mými kolegy se nějak rozhodnu, co se bude dít.“

Jak jsme se bavili o té Kanadě, v čem myslíte, že nám ujel vlak?

„Já si myslím, že jsme se trošku přestali dívat kolem sebe. Po těch zlatých úspěších jsme byli trošku zahledění sami do sebe a vypadalo to, že se z nás stává, a ona se z nás v tu dobu stala, Mekka světového hokeje. Začalo nám chřadnout trenérské vzdělání, přestaly nám působit ikony, jako byl například pan Kostka a další. A k tomu všemu se

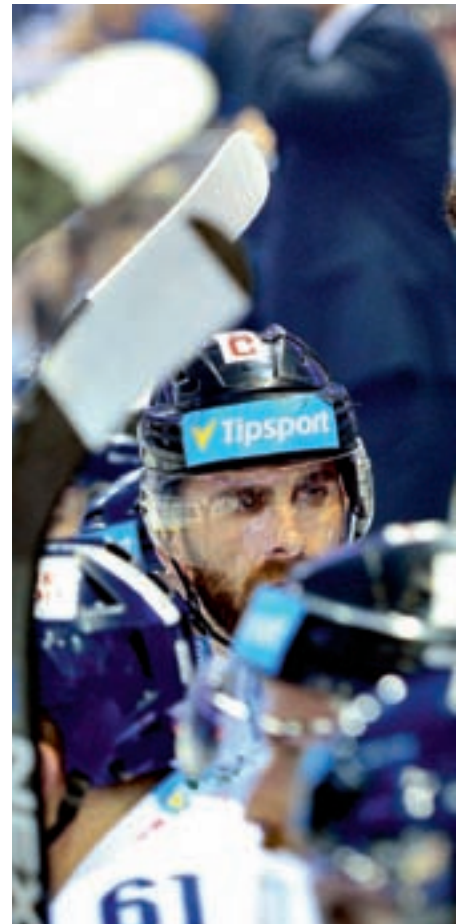


FOTO SPORT: BARBORA RECHOVA

^ DEVĚT VÝHER V ŘADĚ
A CELKOVÁ BILANCE 12:2
V EXTRALIGOVÉM
PLAY OFF 2016 VYNESLY
LIBERCI HISTORICKÝ TITUL.



FOTO SPORT: PAVEL MAZÁČ

„Odbourali jsme dlouhodobě kondiční myty o hokejstech jako vytrvalcích, kteří musí vydržet jezdit 60 minut.“

„Hodně. Přestal jsem používat vyjadřování, které jsem si vzal od svých koučů, jako: Vem ten puk a dej ho kamsi, dej ho z pásma kamsi ven a podobně. Ale s hráči mluvíme v tom smyslu, aby pochopili, proč to chceme udělat, a kde je například podpora dalšího hráče. Co se stane, jaký máme plán A a plán B a proč vůbec chceme kotouč dát tam a tam.“

Zajímá vás, jak to hráč vnímá a interpretuje?

„Jednoznačně. Proto ten vztah máme vzájemně i velmi respektovaný. Jsou to především hráči na ledě, kteří musí příslušné situace v zápase zvládnout. Ale samozřejmě jsou situace, ve kterých mi hráči chtějí sdělovat svůj názor, a na to někdy nejsem zvědavý.“

V čem vidíte rozdíl jako trenér reprezentací dvacítky? Překvapuje vás něco?

„Jsem tady krátce po nějaké pauze, takže si musím znovu zvyknout na to trénovat mladé hráče, kteří jsou plní energie a do všeho hrr. Pozastavuji se nad tím, proč neřeší situace trochu v klidu a nepřechtou si některé fáze hry. Ale pak jsem si samozřejmě uvědomil, že jsou to hráči, kteří se učí hokej. To byla první věc, kde jsem si musel trošičku srovnat optiku s věkem svých svěřenců. Největší rozdíl je v tom, že nemám šanci s těmito hráči dlouhodobě pracovat. Těch soustředění a dnů, kdy s nimi pracovat můžu, pro ideální stav, je strašně málo.“

Zase si je ale můžete vybrat, ne?

„Můžu, ale jsou to hráči, kteří jsou koučováni v různých stylech, různých zemích, na různých rozměrech kluzišť, takže je to alchymie.“

Trenérské vzdělání a vědomosti. Kde jsou? Na hřišti, nebo v knihách?

„Ideálně samozřejmě kombinace, což se nemusí dít na špičkové úrovni v obou těchto fázích. Znam špičkové bývalé hráče, kterým se stačí trochu dozdělat a můžou být špičkoví trenéři. Ale znám špičkové teoretiky, kterým stačí dojít v kariérním hokejovém životě do juniorského věku, a také jim

ve světě začali vzdělávat hráči, prostřednictvím trenérů, to se u nás absolutně neděje. A to je věc, kterou my se třeba snažíme v Liberci dělat, aby hráči pochopili, proč po nich některé věci chceme. A navíc, aby případně některý z hráčů mohl vědomosti využít, když bude po skončení kariéry chtít být koučem.“

Vzdělávání hráčů, to znamená, že na to kladete důraz?

„Klademe na to důraz, aby hráči věděli, proč po nich některé věci chceme. Vysvětlujeme jim to. V tom vidím obrovský problém. Alespoň v hokeji, do dalších sportů nevidím. A to si myslím, že funguje v zahraničí, ve vyspělých zemích, že mají koučové rukopis, že mají snahu vzdělávat hráče ve svých klubech. Pak se může stát, že přijde třeba Guardiola a může okamžitě začít trénovat Barcelonu. Že potom přijde takový Zidane, který může okamžitě nastoupit a začít trénovat velký klub. Myslím, že je to v českých podmínkách pro hráče těžké, když nemají trenérskou historii, aby nastoupili okamžitě ke kormidlu. Vláda Růžička budiž výjimkou potvrzující pravidlo.“

To je zajímavé. Znamená to, že hodně mluvíte s hráči?

94

TOLIK ZÁPASŮ HOKEJOVÝ LIBEREC
VYHRÁL V UPLYNULÝCH DVOU
EXTRALIGOVÝCH SEZONÁCH, KTERÉ
ZAKONČIL ZLATEM A STŘÍBREM.
PROHRÁL ČTYŘICETKRÁT.



„Ve vyspělých zemích mají koučové snahu vzdělávat hráče ve svých klubech. Pak se může stát, že přijde třeba Guardiola a může okamžitě začít trénovat Barcelonu.“

to stačí. No a pak samozřejmě znám spoustu koučů, kteří jsou bývalí hráči, ale nemůžou být dobří koučové, protože se nevzdělávají. Je to podle mě případ od případu.“

Je nutné, aby trenéři studovali?

„Pokud se hlavní trenér, jako vedoucí svého realizačního týmu, obklopí kompetentními specialisty, věří jim a dá jim pravomoci, autonomii a umí je řídit, tak ne.“

V Kanadě nejsou trenérské licence povinné. Nemají se tedy zrušit?

„My jsme vždycky byli hokejovou zemí, která měla na vzdělávání založenou svoji historii a své úspěchy. Nemáme desítky stadionů v každém městě, nemáme to náboženství v hokeji. Proto si myslím, že my musíme mít vzdělané trenéry, abychom dosáhli nějakých úspěchů. Nebo minimálně musíme mít vzdělané lidi v trenérských štábech.“

Jak sledujete názorový spor dr. Ludka Bukače s establishmentem Českého hokejového svazu?

„Nemám čas na to pečlivě sledovat kauzy tohoto typu. Já pana Bukače z historického hlediska respektuji velmi. Nevím, na které straně jsou chyby, ale domnívám se, že právě pan Bukač měl být ten, kdo měl v době svého odchodu od národního týmu převzít žezlo vzdělaného trenéra, mentora s úžasnou historií a začít vzdělávat trenéry podobně jako kdysi pan Kostka, což se ale nestalo. A teď když jsem slyšel pana Bukače, jak žehral na to, že nemá trenéry kdo vzdělat... Ani nevím, jestli měl šanci tohle křeslo vzít, nebo neměl, ale je to hrozná škoda, protože je to odborník. V současné chvíli už nemá pozici na to, aby v českém hokeji něco dělal.“

A teď je tady ještě případ Zacha. Jak se na tohle díváte?

„Já tu historii znám osobně. S Pavlem Zachou mladším jsem pracoval, s panem Zachou starším se přátelím a samozřejmě se spoustou věcí, co se okolo kauzy děje, nesouhlasím. Myslím si, že by i Zacha mladší i starší mohli udělat pár vstřícných kroků k tomu, aby českému hokeji pomohli svým příkladem, jako je účast na kempch národních,



FOTO SPORT: PAVEL MAZÁČ

jako je povzbuzení českého hokeje na úkor věčné kritiky. Na druhou stranu se spoustou jeho názorů souhlasím, je tvrdý, je svůj a to, co si se synem naplánovali, se jim povedlo. Takže mají můj respekt.“

Tak na závěr – rodina. Co si budeme povídat, může mít tak vytížený člověk jako vy čas na rodinu?

„Mám manželku olympijskou lyžačku, která ví, co vrcholový sport obnáší. Ale samozřejmě situace se dvěma malými dětmi (3 a 5 let) není jednoduchá. Ona ví, co pro mě hokej znamená, a taky ví, co může znamenat pro naše děti, co se týče životních hodnot. Samozřejmě až děti odrostou a až manželka začne dělat nějaký svůj byznys, bude situace pro ni asi lepší.“

Je bývalá vrcholová sportovkyně, tedy člověk orientovaný na výkon, ale být matka znamená...

„Musí to pro ni být neskutečně těžké. Nejen že byla orientovaná na výkon, ale hlavně kvůli tomu lyžování procestovala celý svět, a teď najednou, posledních skoro šest let, se stará o rodinné zázemí a o děti. A to je důvod, proč před ní smekám.“

Ted' tradiční tečka. Vzkažte něco českým trenérům.

„Budme pro hráče partnerem a vzorem.“

^ DĚLÁME ZVLÁŠTNÍ STATISTIKY, DĚLÁME ZVLÁŠTNÍ VIDEO, HRAJEME ZVLÁŠTNÍM SYSTÉMEM, ŘEKL FILIP PEŠÁN V ROZHOVORU ZDEŇKU HANÍKOVÍ





18. - 24. září 2017

TÝDEN HOKEJE

Přijďte si vyzkoušet lední hokej a zažijte spoustu zábavy!

- Pro děti ve věku 4-8 let a jejich rodiče
- Pro všechny děti bez rozdílu dovednosti bruslení
- S sebou základní vybavení – brusle, helma, rukavice*



pojdhtratokej.cz



* Pokud nedisponujete zmíněným vybavením, obraťte se prosím na pořadající klub s dotazem na možnost zapůjčení věcí na místě.



hokej.cz
OFICIÁLNÍ WEB ČESKÉHO HOKEJE



**HOKEJ.
NÁRODNÍ
SPORT**



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

Basketbal začal hrát Jiří Welsch pod svým tátou v šestitisícových Holcích. Přes Pardubice, Spartu a Lublaň se prosadil jako druhý Čech do NBA. Za oceánem oblékl dres Golden State, válel u legendárních Boston Celtics, zahrál si s LeBronem Jamesem. Po návratu do Evropy zářil v Málaze a závěr kariéry prožil v Nymburce. O zkušenostech s trenéry by mohl přednášet.

VEDL MĚ JEN JEDEN CHOLERIK

TEXT: JIŘÍ NIKODÝM

První trenér, táta Pavel

„Táta byl na mě pes. Hrál basket jako amatér v Sokolu, založil i klub. Trénoval mě i bráchu, průběžně se neustále vzdělával. Začátky byly amatérské, ale táta je pragmatický člověk, který v basketu uplatňoval selský rozum. Chtěl nás naučit základy, driblovat pravou i levou rukou, dvojtakt a další věci. Tím, že jsem byl jeho syn, byl na mě ještě přísnější. Ale jsem vděčný, že mě vedl tak, jak vedl.“

Pardubická zkouška

„Dostal jsem se do výrazně soutěživějšího prostředí s největšími talenty z celého kraje a mládežnickými reprezentanty. Trénoval jsem pod pardubickou legendou Janem Procházkou. Byl to tehdy nejlepší mládežnický trenér a já měl štěstí, že jsem se dostal k němu. Věděl, že se potřebuji omlátit, dělat chyby a poučit se z nich. Nechal mě hrát, měl ve mě důvěru, nejen v dorostu, ale i v reprezentaci juniorů a pak i u pardubického áčka.“

Sparta a Michal Ježdík

„Michal byl jeden z průkopníků informací zvenčí, komunikoval s trenéry z Ameriky, z univerzity a přinášel do tréninku a do hry nové prvky. Začal jsem se pod ním učit věci, o kterých jsem do té doby neslyšel, jako úhel clony, čtení při cloně, při uvolňování bez míče apod. Začal s námi mluvit anglicky, což se někomu mohlo zdát jako machrování, ale když jsem pak šel do zahraničí, byl jsem díky tomu připraven. Na Spartě jsem hrál evropské poháry a poznal trenéra, který dbal na individuální činnosti jednotlivce. Michal měl všechna cvičení

promyšlená, každé mělo smysl, pravidla a potřebný čas. Zaznamenával procentuální úspěšnost a během sezony čísla srovnával. Mně přinesl nový, revoluční přístup k tréninku.“

Lublaň a Sagadinova brutalita

„Bylo to hodně náročné a tvrdé. Trenér Zmago Sagadin měl s klubem filozofii přitáhnout co nejvíc talentů, dostat je pod extrémní tlak a do obrovské tréninkové zátěže s tím, že většina odpadne a z jednoho bude hráč pro NBA nebo evropská superhvězda. Trénovali jsme nonstop, za měsíc jsme měli třeba jen den volna. Jsem rád, že jsem se vmáčkli do výběru a vyšel z toho jako silnější. Díky tomu jsem byl připraven na druhou sezonu, kdy ti nejlepší odešli. Stal jsem se jedním z lídrů, což vyústilo v draft do NBA. Sagadin byl asi můj jediný trenér cholerik.“

Golden State a Eric Musselman

„Nováčkovský trenér, jeho první šance v NBA. Byl až příliš orientovaný na hráče, snažil se zalíbit zkušenějším. Nikoho nerespektoval, bylo mu jedno, kdo hraje. Mně se to nelíbilo, byl jsem nabuzený a chtěl hrát, ale šancí jsem tolik nedostával.“

Boston Celtics a Jim O'Brien

„Běžnou praktikou je, že trenéři, aby si udrželi job, na to jdou přes hvězdy. On ale nezapadal do stereotypu NBA. Měl v sobě zakořeněnou disciplínu, byl nesmírně pracovitý, pečlivý. Oceňoval jsem, že byl schopen vytknout chyby i největší hvězdě Paulu Piercovi. Všichni jsme pod ním byli na jedné lodi.“



„MYSLÍME SI, ŽE ČLOVĚK PO 25. ROKU VĚKU
UŽ JEN HRAJE, ALE NENÍ TO TAK. KDYŽ MÁTE
ČLOVĚKA, KTERÝ VÁS VEDE A UČÍ NOVÉ VĚCI,
DÁ SE PORAD ZLEPŠOVAT.“

KAPITÁN ČESKÉHO TÝMU, KTERÝ NA EURO 2015 SKONČIL SENZAČNĚ SEDMÝ.

Dokázal uplatnit svou autoritu. Dal mi jasně najevo, co jsem za hráče a jak mohu týmu pomoci. Ale vydrželo to jen půl sezony, pak musel odejít."

Boston Celtics a Doc Rivers

„Po poslední přípravě, kdy jsem hrál 40 minut a dal 20 bodů, mi řekl, že jsem uspěl v souboji o základní pětku, že jsem odváděl skvělou práci. Za dva dny se hrál první zápas sezony, já seděl na lavičce a hrál jen 8 minut. To byl moment, který můj vztah s trenérem definoval – říká něco, a dělá něco jiného a nic mi k tomu neřekl. Dovedl pak Boston k titulu, určitě to byl chytrý hráč i trenér, ale z osobnostní stránky jsem ho nepochopil a náš osobní vztah byl nulový."

Cleveland Cavaliers a Paul Silas

„Zažil jsem ho jen pár zápasů. Byl vřelý k hráčům a měl respekt i LeBrona Jamese, jenže týmu se nedařilo. Odešel a mužstvo převzal asistent Brendan Malone. Pro LeBrona už to byla druhá sezona a stával se dominantním hráčem. Trenér byl jen namalovanej, řekl jen pár slov před zápasem, protože všechno bylo postavené na LeBronovi."

Milwaukee Bucks a Terry Stodds

„Podobně jako Musselman také nováčkovský trenér, ale lidštější. Cítil jsem z něj trochu upřímnosti, když mi řekl, proč nehraju. Řekl, že by mi dal rád šanci, ale bohužel to nejde. Bral jsem to a byl jsem s tím celkem v pohodě."

Unicaja Málaga a Sergio Scariolo

„Při návratu do Evropy jsem volil tým s ambicí a rozvojem a pak byla důležitá osobnost Scariola, i když jsem ho neznal. Možností byla i Barcelona, ale tu trénoval vyhlášený blázen Duško Ivanović. Scariolo je výborný manažer, skvěle umí pracovat s lidmi. Jeho úspěch je postavený na přípravě. Je precizní, důkladný. Říká, že musí mít dva dny na přípravu, jinak nemůže hrát zápas. Má nachystaný přesný manuál, aby všichni věděli, co mají kdy dělat, a taky jeden parádní bonus: vždycky umí připravit tým na klíčové zápasy sezony. Když jsme šli do Final Four Eurology, hráli jsme v sezoně špatně a museli k postupu dál v posledním zápase skupiny vyhrát na Partizanu. Tam to skoro nejde, vždycky je tam bláznec. Ale Scariolo nás skvěle připravil a vyhráli jsme. Na tréninku, aby byl ještě víc slyšet, měl mikrofon a přenosný reproduktor, takže jeho hlas byl silnější a měl větší dopad na tým. Nevzpomínám si, že by za dva roky udělal nějakou emotivní scénu, vždycky mluvil k věci."



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

Neřešil individuální výkony. Na prvním místě byl u něj tým."

Málaga a Aito Reneses

„Reneses a Scariolo byli jako den a noc, ale i tak byl pro mě Reneses důležitý trenér. Víc spoléhá na svůj cit a inteligenci hráčů. Pořád jsme dělali cvičení na individuální rozvoj hráče a tím se pak zvedal výkon celého týmu. On mě ve 28 letech pořád učil nové věci a stával jsem se lepším hráčem. Možná to někomu přijde divné s tím, že si myslíme, že člověk po 25. roku věku už jen hraje, ale není to tak. Když máte člověka, který vás vede a učí nové věci, dá se pořád zlepšovat. Hráli jsme krásně, basket nás bavil a vyhrávali jsme. Jeho filozofie postavená na volnosti a talentu nám ale v Eurolyze nestačila. Zastavil nás Panathinaikos se svou disciplínou, připraveností a taktikou Željka Obradoviče. Dokonale nás přečetli, nedali nám šanci."

Nymburk, reprezentace a Ronen Ginzburg

„U Nena není rozdíl v klubu a u reprezentace. U něj to není tolik o taktice, ale má úžasný cit pro hru a skvěle čte lidi, hráče a jejich projevy v určitých momentech na hřišti. Podle toho dává lidi k sobě. To je jeho nejsilnější stránka. Hráče nesvažuje moc taktikou, chce hrát rychle, jednoduše."

Nymburk a Kestutis Kemzura

„Pracoval podobně jako Scariolo. Skvělý trenér s propracovanou přípravou. Tým byl hodně svázaný taktikou, ale postavený na dokonalé přípravě do posledního kroku v útoku. Řekl bych, že byl víc trenér než kouč. Kdybych potřeboval naučit novým věcem mladé hráče, určitě si vezmu Kemzuru."

JIŘÍ WELSCH

Narozen: 17. 1. 1980
v Pardubicích

→ **Pozice:** basketbalové křídlo
nebo rozehrávač

→ **Kariéra:** Pardubice (1997-98), Sparta Praha (1998-2000), Olimpija Lublaň (2000-02), Golden State Warriors (2002-03), Dallas Mavericks (2003), Boston Celtics (2003-05), Cleveland Cavaliers (2005), Milwaukee Bucks (2005-06), Málaga (2006-10), Estudiantes Madrid (2010-11), Charleroi (2011-12), Nymburk (2012-17)

→ **Největší úspěchy:** 2. Čech v NBA (16. místo v draftu 2002), MVP slovenské ligy (2002), bronz v Eurolyze (2007), 7. místo na ME (2015), 5x účast na ME (1999, 2007, 2013, 2015, 2017)

HODINA POHYBU NAVÍC

PROGRAM PRO VŠECHNY DĚTI OD 6 DO 10 LET



PROČ?

- Děti nemají dost kvalitního pohybu: spontánního, zábavného, bez strachu z neúspěchu
- Pohybová deprivace – časovaná bomba!

CO S TÍM?

Zapojte se do programu už teď! Nezáleží na úplné správnosti, ale na rychlosti rozhodování a chuti se hýbat!

- Program je určen pro základní a mateřské školy, střediska volného času a sportovní přípravky
- Tištěná metodika a videometodika
- Ohlasy ze škol s amatérskými videi
- Další vzdělávání pro učitele a vychovatele: nový pohled nejen na školní tělocvik! Letos zdarma!
- Přihlaste svou školu do finančně podporovaného programu: už teď!



hop.rvp.cz

NEJDELEŠÍ ANGAŽMÁ

1.

Guy Roux / Auxerre

fotbal

Guy Roux byl s Auxerre spojen 53 let. Hrál tam od roku 1952 a o devět let později začal ještě jako hráč tehdy amatérský tým ve třetí francouzské lize i koučovat. Auxerre šplhalo nahoru, zahrálo si finále domácího poháru, v roce semifinále Poháru UEFA, až konečně v roce 1996 získalo ligový titul. Rouxovi prošli rukama Eric Cantona, Laurent Blanc nebo Basile Boli. Když v roce 2005 ve věku 66 let řekl dost, měl za sebou jako trenér Auxerre 894 prvoligových utkání.

2. Connie Mack / Philadelphia Athletics

baseball

Cornelius Alexander McGillicuddy, zvaný Connie Mack, šéfoval Philadelphia Athletics celých 50 sezon existence klubu od roku 1901, než v roce 1950 ve věku 87 let odstoupil. Má na kontě 3731 vítězství, o téměř tisíc víc než kdokoliv jiný v jeho sportu. Jako první manažer v historii baseballu vyhrál třikrát Světovou sérii, byl uveden do baseballové Síně slávy. Mac neměl jinou volbu, šlo mu o jeho vlastní kapitál – klub mu totiž částečně patřil a pro stálé finanční problémy také 17x skončil na chvostu tabulky.

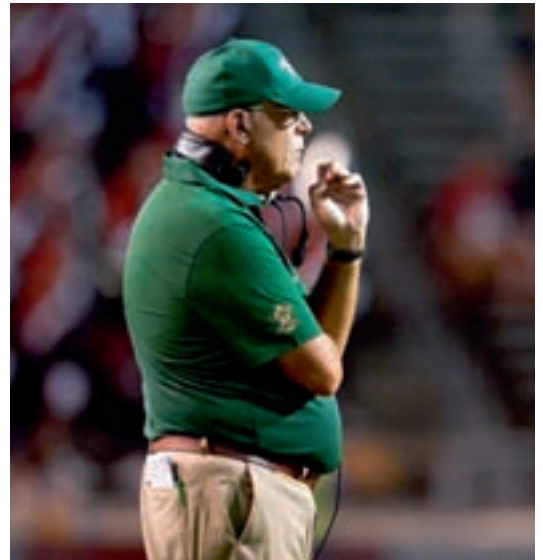


FOTO: PROFIMEDIA.CZ



3. **Thomas Schaaf / Werder Brémy** *foťbal*

Schaaf dlouho znamenal Werder – z 52 let svého života jich v Brémách strávil 40! Sedmnáct let jako obránce áčka, pak jako trenér mládeže, běčka, asistent a nakonec 14 let jako hlavní trenér. Nástupce slavného Felixe Magatha nastoupil v roce 1999 a v následujících 14 sezonách vyhrál titul, třikrát Německý pohár a postoupil i do finále Poháru UEFA. A pak to najednou přestalo fungovat a v roce 2013 se Werder jen těsně zachránil v soutěži. Bolestný konec a pýcha na věrnost jednomu klubu.



5. **Jimmy Laycock / William & Mary University** *americký foťbal*

„Nevím, co bych vám povídal. Ještě nekončím a tohle není večírek na rozloučenou“, prohlásil 66letý Jimmy v listopadu 2016 před koncem své 37. sezony jako headcoach univerzitního týmu. Urostlý quarterback na stejné škole v roce 1970 absolvoval, po 10 letech se na svou alma mater vrátil jako kouč. „Ještě nejsem připraven odejít. Nevím, kdy to na mne přijde, kdy ucítím ten správný čas. Přemýšlel jsem o tom, ale ještě je tu hodně zápasů a příležitostí vyhrávat, a to se mi líbí.“

4. **Pat Summittová / Tennessee Lady Vols** *basketbal*

Patricia Sue „Pat“ Summittová byla legendou ženského univerzitního basketbalu. Za 38 let přivedla Lady Vols k osmi titulům NCAA, než v roce 2012 odstoupila. Nikdo v historii NCAA nevyhrál víc zápasů než ona. Získala i dvě olympijské medaile: stříbro v roce 1976 jako hráčka a zlato v roce 1984 jako headcoach amerického ženského týmu. Byla proslulá nesmlouvavým stylem, mimálně dvakrát ji univerzita žádala, aby převzala mužský tým. Zůstala u dívek, jejich 13 účastí v univerzitním Final Four překonává i Johna Woodena.



6. **John Wooden / UCLA** *basketbal*

Legendární Wooden sloužil za druhé světové války u námořnictva, po zastávce v Indianě přišel v roce 1948 jako basketbalový kouč na univerzitu v Los Angeles. Stal se prvním basketbalistou uvedeným do Síně slávy jako hráč i kouč. UCLA pod jeho vedením vyhrála 10 univerzitních titulů během 12 let, v několika sezonách vůbec neprohrála. Po 27 letech a desátém titulu Wooden jako headcoach skončil, ale dál přednášel a psal knihy. Magazín Sporting News v roce 2009 vyhlásil Woodena největším koučem všech dob.

7. Bob Stoops / Oklahoma Sooners

americký fotbal

Kdysi tak úspěšný fotbal byl po třech zoufalých sezonách v Oklahomě v troskách, když do klubu v roce 1999 nastoupil Stoops. O dva roky později Sooners vyhráli univerzitní mistrovství a od té doby patří stále ke scéně amerického univerzitního fotbalu. Před rokem předal Stoops žezlo nástupci Lincolnu Rileymu se slovy: „Jsem ten nejšťastnější chlap na světě, že jsem směl zažít, co jsme v minulých více než 18 letech dokázali!“ S téměř 80 procenty vítězných utkání byl neúspěšnějším koučem v historii oklahomské univerzity.



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

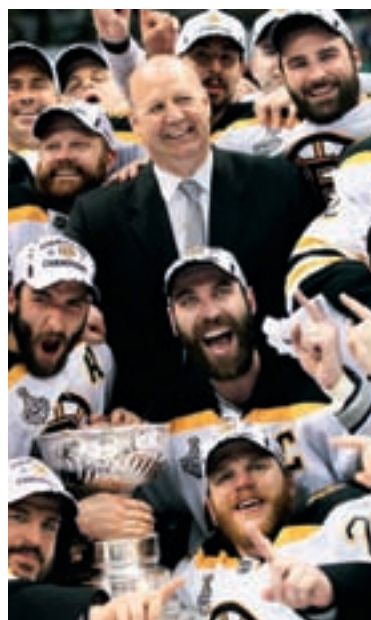


8. Giampaolo Mazza / San Marino

fotbal

Není na světě moc koučů, kteří by vydrželi na lavičce národního týmu nepřetržitě 15 let. Mazza to dokázal, přestože za tu dobu s týmem jen jednou zvítězil a jednou remizoval. Nastoupil do funkce v roce 1998 a po třech

letech získal první bod za remízu 1:1 v kvalifikaci MS proti Lotyšsku. „Byl to slavný zápas. Ještě jsem začínal a myslel si, že všechno bude snazší, ale nebylo. V posledních letech jsme se ale zlepšili,“ řekl kouč, který v říjnu 2013 sám hodil ručnik do ringu po 85 utkáních na lavičce San Marina.



9. Claude Julien / Boston Bruins

hokej

V únoru 2017 se celý Boston připravoval na oslavu vítězství New England Patriots v Super Bowlu, když hokejový rival místo oslav vyhodil Julienu, nejdéle sloužícího kouče v NHL. Boston prohrál šest z posledních devíti utkání a spadl z postupového místa ve Východní konferenci. Julien sice šéfoval lavičce Bruins deset sezon a v roce 2011 získal Stanley Cup, ale dva roky po sobě propásal play off a věděl, že to má nahnuté. „Chtěl jsem u týmu vydržet co nejdéle, ale neměl jsem žádný prostor pro chyby“, komentoval svůj konec.



10. Rolf Ziegler / Röcknitz

házená

Už Rolfův otec byl házenkářský trenér a syn ho následoval: stal se učitelem a hlavně trenérem házené. V roce 1955 spoluzakládal klub v Röcknitzu v Sasku, družstvo žen pak přes 30 let patřilo ke špičce německé ligy. Posledních osm let pracuje jako asistent u juniorek, šéftrenérka Heike Sprungová musí jeho temperament při utkáních často brzdit. Letos v únoru oslavil Ziegler 90. narozeniny a vedení klubu s ním počítá dál. „Dokud se Rolf cítí zdravý a fit, tým se bez něj neobejde. Vždyť ještě pořád jezdí na tréninky vlastním autem!“



Aktivity Fotbalové asociace České republiky

Trenérsko metodický úsek

TMÚ zveřejnil nové metodické video „**Herní koncepce mladších žáků**“, které by mělo opět pomoci budovat herní tvář českého fotbalu. Více na tv.fotbal.cz/metodicka-videa



Změny v organizaci trenérských kurzů nižších licencí

FAČR představil tři nové lektory (níže na fotografiích), kteří ideově povedou nižší trenérské licence, které jsou zaměřeny na fotbal dětí. Budou spolupracovat s krajskými Grassroots trenéry a zodpovídat za jednotnost přístupu na všech krajských a okresních trenérských kurzech. Je to nový krok, který však sleduje zásadní myšlenku a tou je jednota v myšlence, že veškerý trénink, cvičení a vedení hráčů vychází ze hry. Hra je základem všeho a tak je nastaveno i trenérské vzdělávání.



Jde o další významný sjednocující krok k nedávno představené e-learningové licenci Grassroots leader pro začínající trenéry, ale i tatínky a maminky pomáhající ve fotbalovém světě dětí.

Důležité termíny pro podzim 2017



14.11. Praha - Přijímací zkoušky UEFA A licence
21.11. Olomouc - Přijímací zkoušky UEFA A
12. - 13.12. Praha, Olomouc - Doškolení trenérů, kterým končí letos platnost trenérské licence.

Na webu TMÚ FAČR budou pozvánky na tyto akce zveřejněny v polovině září s bližšími informacemi.

Ženský fotbal

#CESKAREPRE ŽENY
FIFA WOMEN'S WORLD CUP 2019 QUALIFIERS

POZVÁNKA
NA KVALIFIKAČNÍ UTKÁNÍ
FOTBALOVÉ REPREZENTACE ŽEN

**ČESKÁ REPUBLIKA
VS. NĚMECKO**

19. ZÁŘÍ / 17:58
MĚSTSKÝ STADION ÚSTÍ NAD LABEM

VSTUPNÉ 100,- Kč

Mládežnické reprezentace

Skvělý výsledek U19 na Mistrovství Evropy v Gruzii

Svěřencům trenéra Jana Suchopárka chybělo málo k finálové účasti. Jejich cesta turnajem skončila v semifinále s Anglií porážkou 1:0.



U17 a U19 čeká na podzim nový kvalifikační cyklus

Kvalifikace ME U17 - základní fáze

13.10. ČR - Arménie (Letohrad)

16.10. ČR - Izrael (Letohrad)

19.10. ČR - Turecko (Svitavy)

Kvalifikace ME U19 - základní fáze

(hráno v Lucembursku)

8.11. ČR - Arménie

11.11. ČR - Lucembursko

14.11. ČR - Skotsko

Nově na webu www.fotbal.cz v sekci Reprezentace naleznete termínovou listinu všech utkání mládežnických reprezentací U15 - U20.

Hlavní trenéři reprezentací pro sezónu 2017/2018



U21

Vítězslav Lavička



U20

Karel Krejčí



U19

Luboš Kozel



U18

Jan Suchopárek



U17

Václav Černý



U16

Václav Kotal



U15


Antonín Barák

Libor Sionko novým manažerem reprezentace U21

Ve funkci manažera reprezentace do 21 let nahradí Jaromíra Šeterleho bývalý reprezentant Libor Sionko.



RYTÍŘI B



Na Tour de France 2003 vedl Lance Armstrong o patnáct sekund před Janem Ullrichem, když se v 15. etapě při stoupání na Luz-Ardiden dostal do kontaktu s diváky a spadl. Ullrich, vítěz Tour z roku 1997, na Armstronga počkal, aby se s ním utkal v otevřeném souboji – a nakonec téměř o minutu prohrál a přišel o naději na celkové vítězství. „Ani na moment mě nenapadlo, abych zaútočil, to se prostě nedělá“, vysvětloval Ullrich po závodě. Cyklistická média ho označila za Rytíře Fair Play.

MEZ BRNĚNÍ

MICHAL BARDA A MARTIN KAFKA



Kde se vzali rytíři?

Rytíři byli ve středověku ozbrojení jezdci, kteří chránili majetek a život svůj či svého lenního pána. Protože zbroj i koně byli tehdy dost nákladnou záležitostí, být rytířem šlo do peněz. Záhy se tak původní model zámožného šlechtice, který chrání ostatní, začal mísit s ozbrojencem, který teprve za své věrné služby získal majetek a šlechtický titul.

Během zvláštního rituálu byl adept pasován na rytíře a získával právo nosit meč. Na šlechtickém dvoře v pozdním středověku i v literatuře se rytířský stav spojoval s řadou ctností, které rytíře idealizovaly, ale zároveň i zavazovaly. Patřily mezi ně pokora, přátelství, chrabrost, zdvořilost, věrnost, důstojnost či velkorysost. Těmito vlastnostmi rytíř reprezentoval svůj stav a také dobýval přízeň dam. A také musel přežít v ne právě klidné době. Alexandre Dumas ve Třech mušketýrech či Miguel de Cervantes v Donu Quichotovi dokázali obraz rytíře přitažlivě vykreslit a rozšířit. Být rytířem znamenalo žít v tomto ideálu, ale jako tak často v životě, nic nebývá tak úplně černobílé. Mezi rytířem a ozbrojeným lapkou byl ve středověku někdy rozdíl jen pár hodin jízdy k další vesnici.

V době původních rytířů začala v Anglii vznikat i zábava, které se říkalo fotbalové hry. První detailní popis fotbalu se datuje do 12. století a autorem byl jakýsi William Fitzstephen, který popsal aktivitu londýnské mládeže během festivalu nazývaného Shrove Tuesday. Fotbalové hry byly pro svou neuvěřitelnou často zakazovány, pravidla příchozí vždy dohadovali až těsně před začátkem hry. Mezi roky 1324 a 1667 tyto hry jen v Anglii zakazovalo 30 královských a lokálních zákonů. Počet zákazů jasně svědčí o tom, jak populární tyto hry byly.

Po období středověku i romantismu v literatuře sice význam šlechtického původu klesal, ale na vážnosti získávalo rytířství ducha – jako výraz společenské odpovědnosti, chování a respektu bez ohledu na původ. Ideál rytířství v ozbrojeném souboji se skutečně praktikoval ještě v leteckých soubojích mezi piloty za první světové války. Po zrušení výsad šlechty se etos rytířských ctností přenesl do skautského hnutí sira Baden-Powella nebo do sportu. Od roku 1963 pracuje pod záštitou UNESCO v Paříži i Mezinárodní výbor Fair Play.

V Evropě, na Východě, na Západě, v Evropě

Ideál rytířství, přestože není nijak přesně popsán, stále žije a fascinuje v různých dobách i kulturách. A lidé mu věří a intuitivně velmi přesně vnímají, co do něj patří a co ne. Obrazu středověkých evrop-



ských rytířů odpovídali samurajové v Japonsku. V roce 1954 natočil Akira Kurosawa nejslavnější japonský film všech dob a jeden z nejlepších filmů světové kinematografie, Sedm samurajů. Film pojednává o hrstce odvážných, kteří se postaví na stranu práva a bezbranných. Kurosawův otec pocházel ze samurajské rodiny a režisér tak sám velmi dobře samurajský kodex znal. O šestnáct let později americký režisér John Sturges s Kurosawovým svolením podle této předlohy natočil svůj slavný remake Sedm statečných, který se stal světovou westernovou klasikou. Stíh: zaprášené místo mezi corralem a nádražím kdesi v mexických horách. Britt (ve filmu herec James Coburn) se nechá pro urážku vyprovokovat k souboji, ale proti kulce z revolveru vrhá v rozhodující chvíli svůj nůž místo do těla protivníka do dřevěného sloupu vedle něj. Signál je jasný: pohrdám smrtí a nechci ti ublížit, ale chráním svou důstojnost!

Poníženy protivník se od okolostojících zmateně domáhá uznání: „Vyhrál jsem! Všichni jste to viděli – řekněte, že jsem vyhrál!“ „Prohráls!“ oduší suše Britt, odchází a už si ho nevšímá. Všichni jsme v pražském kině sledovali tu scénu se zatajeným dechem a všichni jsme také věděli, kdo vyhrál a kdo

MÁLOKDO VÍ, ŽE VÝRAZ „FAIR PLAY“ POCHÁZÍ
OD WILLIAMA SHAKESPEARA, POPRVÉ SE
OBJEVIL V JEHO HŘE KRÁL JAN Z ROKU 1597.



prohrál. Jen ten nedovtipa na plátně pořádku trval na svém a v příští scéně tak po zásluze prohrál i svůj život. Přáli jsme mu to a taky už jsme si ho dál nevíšmali. Jako Britt.

Mimochodem, Kurosawovi se americký remake tak líbil a tak si jeho úspěchu vážil, že Sturgesovi na důkaz uznání věnoval samurajský meč. Asi měli respekt v rodině.

Shakespeare, průmyslová revoluce a pan baron

Málokdo ví, že výraz „fair play“ pochází od Williama Shakespeara, poprvé se objevil v jeho hře Král Jan z roku 1597. Většího rozšíření se ale toto slovní spojení dočkalo až v 19. století, kdy se sport v Anglii stával klíčovým prvkem výchovy mladých mužů. To bylo totiž takhle.

Lidé byli hraví a soutěživí odjakživa. Během industrializace a rodícího se kapitalismu se v anglické společnosti s větší produktivitou práce objevilo i více volných peněz. A protože bezpracný zisk se hodí vždycky, nesla s sebou průmyslová revoluce i překotný rozvoj hazardu. Podle hesla „lehce nabyt, lehce pozbyl“ se průmyslem stal i sport: soutěžilo se ve všem a zběsile se sázelo úplně na všechno. Sázení však vyžadovalo zachování rovných šancí pro všechny, jinak by se jednalo o podvod. Kde totiž do hry vstupují prachy, tam končí veškerá legrace. Zájem o maximální zisk tak vedl nejen k rozvoji volného soutěžení, ale paradoxně i k jeho regulaci. Bylo potřeba zavést pravidla a systémy sportovních soutěží i pravidla sázení. Vznikl moderní sport.

Zároveň se s nástupem osvícenství rozvíjel i zájem o vzdělávání, zdraví a zábavu. K ideálu britského „křesťanského gentlemana“ patřilo zachovávat společenská pravidla a sport v tom začal hrát důležitou roli. Fair Play se stalo nepsaným zákonem a morální hodnotou, která ztělesňovala samotnou esenci sportu. Hra byla totiž vymezena pravidly. Očekávalo se, že sportovci budou pravidla dodržovat, protože jinak by hru poškozovali a znehodnocovali její výsledek. Soupeři byli partnery ve hře a čím byli lepší, tím víc bylo třeba si jich vážit. Dodržovat pravidla se tak stalo otázkou cti. A do tohoto prostředí přijel studovat anglický výchovný systém francouzský baron Pierre de Coubertin.

Olympismus a rytířství

Pierre de Coubertin, vizionář a pedagog se zájmem o historii a společenské vědy, svým nadšením pomohl oživit starověké olympijské hry. Založil v roce 1894 Mezinárodní olympijský výbor a doufal, že výchova mládeže sportem pomůže vybudovat lepší svět. Chtěl využít myšlenku olympijských her jako inspiraci, kterou doplnil výchovnými hodnotami sportu v 19. století v Anglii. Byl ve své době přesvědčený, že provozování sportu zastaví fyzický a morální úpadek společnosti: „Člověk nesestává se jen z duše a těla, ale ze tří prvků: duše, těla a charakteru. Charakter přitom není utvářen myslí, ale převážně tělem. Lidé ve starověku tohle věděli a my to teď bolestně poznáváme znovu.“

Pierre de Coubertin šel sám příkladem: coby rozhodčí rozhodoval první národní mistrovství a také první francouzský mezinárodní zápas v ragby. Logic-



FOTO: PROFIMEDIA.CZ (2)

➤ RAGBY, TO JE BOJ PRO OPRAVDOVÉ CHLAPY, KTEŘÍ SE ALE NEJENOM NA HŘIŠTI ŘÍDÍ ZÁSADY FAIR PLAY

„Člověk nesestává se jen z duše a těla, ale ze tří prvků: duše, těla a charakteru. Charakter přitom není utvářen myslí, ale převážně tělem. Lidé ve starověku tohle věděli a my to teď bolestně poznáváme znovu.“

PIERRE DE COUBERTIN

ky tedy zařadil ragby i na program letních olympijských her v Paříži v roce 1900. Na programu Her pak ragby zůstalo až do roku 1924, než nadlouho vypadlo a vrátilo se až v Rio 2016 ve formě sedmiček.

Rugby, Rugby football a ragby

Vznik ragby se často spojuje se jménem Williama Webba Ellise, který chodil do školy ve městě Rugby a podle pověsti v roce 1823 při fotbale „bez ohledu na tehdejší pravidla vzal míč do rukou a běžel s ním dopředu“. Je to jen legenda? Možná ano, ale trofej pro vítěze světového poháru dnes nese jméno Webb Ellis Trophy a na škole v Rugby má tento student plaketu. Nový sport se šířil a v roce 1871 se v Londýně sešli zástupci 21 klubů, aby založili Rugby Football Union. Tři bývalí studenti školy v Rugby, nyní právníci, také sepsali první skutečně jednotná pravidla hry.

Ragby je komplexní sport. Skvěle rozvíjí rychlost, sílu, vytrvalost a koordinaci, obsahuje prvky atletiky, gymnastiky a úpolů. Kromě toho ragby vyžaduje i zapojení intelektu, protože na hřišti se ve stejnou dobu pohybuje třicet hráčů. Ragby je extrémně náročné na organizaci hry v tvrdém kontaktu s úpolovými prvky. Přitom se ale hráči musí v každém okamžiku dokonale kontrolovat a nenechat se kontaktem unést. Bez této sebekontroly by nebylo možné dodržovat pravidla

KODEX CHOVÁNÍ HRÁČŮ RAGBY

- Vždy hraj podle pravidel.
- Nikdy a za žádných okolností se nepři s rozhodčím ohledně jeho rozhodnutí.
- Tvrdě pracuj k dosažení týmových a osobních cílů.
- Trénink vede k dokonalosti – týmové tréninky jsou nejlepší formou jak zlepšit svou hru a tým i hru týmu jako celku. Zúčastni se proto všech tréninků.
- Pamatuj na poděkování svému trenérovi, rozhodčímu a soupeři. Vždy se chovej jako dobrý sportovec a zatleskej dobré hře.
- Neponižuj ostatní, ani je nezastrašuj. Cílem hry je, aby se všichni bavili, účastnili a zlepšovali své dovednosti. Chovej se ke všem hráčům tak, jak by sis přál, aby se oni chovali k Tobě.



ani zvolenou taktiku hry. Hráči musí dodržovat týmovou disciplínu, ale také překonávat bolest i nepříznivý vývoj utkání. Tato dovednost hraje klíčovou úlohu i mimo hřiště v osobním a profesním životě hráčů.

Ragby tedy vzniklo z fotbalu a rozvíjelo se v jedné zemi vedle něj. I proto je zajímavé, jak sami Angličané hráče obou sportů srovnávají: „Zatímco fotbalista předstírá, že je zraněný, ragbista předstírá, že mu nic není.“ A spisovatel Oscar Wilde to ještě barvitě doplňoval: „Ragby je hra pro barbary, kterou hrají džentlmeni, zatímco fotbal je hra pro džentlmeny, kterou hrají barbaři.“

Rytíři Fair Play

Oscar Wilde byl jistě skvělý romanopisec, ale trochu zjednodušoval a přeháněl. Všichni fotbalisté určitě nejsou stejní. V sezoně 2012/2013 dosáhl německý útočník Miroslav Klose ve čtvrté minutě utkání Lazio Řím proti SSC Neapol ze stavu 0:0 branky rukou, kterou chtěl rozhodčí uznat. Klose však sám ruku přiznal, gól neplatil a hrálo se dál;



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

Kloseho Lazio nakonec prohrálo 0:3. Pochvalu soupeřů a médií po utkání Klose skromně odbýval: „Je to pro mne ta nejnornálnější věc na světě!“ Určitě si nevymýšlel: už sedm let předtím byl německým fotbalovým svazem vyznamenán medailí Fair Play. V utkání proti Arminii Bielefeld na něj byla odpískána penalta, ale Klose šel za rozhodčím a přiznal, že to foul nebyl.

Kordista Jiří Beran na olympiádě v Riu opravil v duelu s domácím šermířem výrok rozhodčího, protože v nepřehledné situaci nezasáhl svým kordem soupeře, ale vlastní stehno. Rozhodčí to nepostřehl a přisoudil Beranovi bod, ten ho ale odmítl a nakonec soubor prohrál.

„Pro mě to byla normální věc. Tak by to mělo být nejen ve sportu, ale i v životě, i když ve sportu je to asi normálnější,“ komentoval svůj čin Beran. „Udělal se z toho velká věc, až jsem byl rozpačitý. V Brazílii se to dokonce přelilo do politické roviny. Všichni najednou viděli, že svět není jen o korupci, ale že se lidi chovají fér. Dávalo jim to naději, že se dají věci změnit. Bylo to potěšující i smutné.“

Jednu velmi tradiční a specifickou věc ale ragbisté přesto mají: nazývají ji „Třetí poločas“. Je to přátelské posezení po tvrdém zápase, ve kterém si hráči vůbec nic nedarovali. A právě tento třetí poločas velmi dobře vystihuje filozofii tohoto sportu – na hřišti jsem tvrdý a nesmlouvavý v rámci pravidel a v duchu Fair Play. A po zápase jsem i s velkými rivaly přítel a kamarád, který se vzájemným tvrdým souborům zasměje a soupeře ocení.

JIH PROTI SEVERU

Poslední Rugby World Cup i Olympijské hry v Riu ukázaly jasnou převahu zemí jižní hemisféry. Do semifinále v Riu se dostala mužstva Fidži, Velké Británie, Jižní Afriky a Japonska, v semifinále MS 2015 hrál Nový Zéland, Austrálie, Jižní Afrika a Argentina. Evropa měla tedy jen jediného účastníka všech semifinálových bojů.

Týmy jižní hemisféry mají jiné pojetí i přístup ke sportu i tréninkovému procesu. Všechny tyto mimoevropské země jsou ve hře průkopníky. Víc si cení, jak soupeře přehrát, než jak eliminovat možná rizika. Cílem je individuální činnost, jejímž výsledkem je týmový výkon.

Jejich hra je postavena na individuální kvalitě a rychlosti ve všech oblastech – kondiční, technické a taktické. Na jižní hemisféře funguje i synergie ve výchově hráčů v soutěžích, v klubech a v přípravě reprezentace na všech úrovních. Soutěže jsou uzavřené a krátkodobé, jednotlivé úrovně na sebe navazují. Profesionální hráči mají několik smluv – s klubem, s provincií a se svazem [reprezentací]. Je tedy zaručeno, že všem článkům bude hráč plně k dispozici.

Nejpropracovanější systém mají na Novém Zélandu. Hráči jsou do týmů provincií „dosazováni“ podle potřeb národního týmu. Díky tomu má svaz pod kontrolou, jak probíhá trénink všech reprezentantů i talentů. I to je důvodem, proč je tým All Blacks takovým hegemonek světového ragby.

Ještě si vzpomínáte na středověké rytířské ctnosti? Pokora, přátelství, chabrost, zdvořilost, věrnost, důstojnost, velkorysost ... Toto myšlení a chování je v ragby naprosto přirozené nejen pro hráče, ale i pro fanoušky. Na stadionech fandové obou soupeřů sedí klidně vedle sebe, aniž by je musel od sebe oddělovat kordon policistů nebo drátěné ploty. Jak je možné, že to nejde jinde?

Tanec na špičce meče

Již jsme zmiňovali, že hranice mezi rytířem a darebákem byla často tenká a břitká jako ostří meče. A stejně zraňující. Tři roky po svém rytířském gestu v Pyrenejích byl Jan Ullrich odvolán z dalšího ročníku Tour – jen jeden den před startem. Stejně rozhodnutí pořadatelů toho dne postihlo 58 profesionálních cyklistů v jednom z největších dopingových skandálů cyklistické historie.

Spouštěčem byla Operación Puerto – razie španělské Guardia Civil, která u lékaře Eufemiana Fuentes se zajistila 211 krevních konzerv, detailní plány medikací a kódovaný seznam, kterým jezdcům patří. V síti policie uvízla i řada manažerů a sportovních ředitelů špičkových cyklistických stájí. Podle vyšetřujícího soudce jejich práce a komunikace „vykazovala způsob práce, typický pro organizovaný zločin“. Soudní bitvy mezi stájem, světovou antidopingovou agenturou WADA i jednotlivými osobami se táhnou dodnes. V polovině července 2017 vydal soud v Madridu rozhodnutí, že jména sportovců, kterým krevní konzervy patřily, nesmějí být oficiálně oznámena. V tisku se jména sice objevila již po vypuknutí aféry před jedenácti lety, ale doktor Fuentes se bránil u soudu, že oficiální zveřejnění jmen by bylo porušením lékařského tajemství. Nikdo se neodvolal a i v cyklistice platí zákon omerty. Vyšetřování skončilo, zapomeňte...

Ullrichův tehdejší soupeř a hrdina Lance Armstrong byl později zbaven všech svých rekordních sedmi titulů z Tour, když vyšlo najevo, že jeho tým US Postal po dlouhá léta provozoval ten „nejsofistikovanější, nejprofesionálnější a nejuspěšnější dopingový program, jaký sport kdy zažil“, jak napsala ve svém vyjádření americká antidopingová agentura USADA. Organizovaně tehdy dopoval víceméně celý tým US Postal, aby pomohl Armstrongovi na vrchol. Naprostá většina tehdejších jezdců je v té či oné roli s cyklistikou spojena dodnes. Lance Armstrong je stále některými lidmi považován za jednoho z nejlepších sportovců všech dob.

Bylo by tak snadné soudit...ale koho vlastně? Sportovce, který se ve sportovním souborji zachová fair, ale přitom léta organizovaně dopuje?



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

1

POUZE JEDINÉHO ÚČASTNÍKA
MĚLA EVROPA V SEMIFINÁLE
POSLEDNÍHO SVĚTOVÉHO
ŠAMPIONÁTU A OLYMPIJSKÉHO
TURNAJE V RAGBY.

Funkcionáře, který je placen za to, aby se jeho tým umístil co nejlépe? Firmu, která si za sponzorské peníze kupuje místo na prvních stránkách novin, a ačkoliv se veřejně hlásí k ideálům čistého sportu, je jí vlastně jedno, jak se na titulku dostane? Nebo společnost posedlou výkonem, která oslavuje vítězství svých barev... Často za každou cenu? Není to právě celá společnost, které je to jedno? Nejsme to my všichni, každý z nás? A je tak s podivem, že se v takové situaci organizace dopingu někde dokonce chopí státní orgány? Že zloděj hlasitě křičí: „Chyťte zloděje!“

Každý z nás žije ve svém mikrosvětě a každý ho svými postoji a chováním formuje. Z našich mikrosvětů se skládá naše rodina, naše společenství, naše země i stát. Nesudme tedy jiné, ale pokusme se změnit to, co každý z nás změnit můžeme – sebe a náš vlastní svět okolo sebe. Jeho hodnoty, ideály i vztahy, jeho každodenní chování i vzájemný respekt. Jestli se na sebe usmíváme a šíříme okolo sebe pohodu a lásku. A pokud na to sami nemáme dost sil, zkusme to zítra nanovo. Dopřejme si taky třetí poločas. Neútočme pro své špatné svědomí na ty, kteří se chovají rytířsky každý den. Važme si jich a chraňme je: jsou vzácní, zranitelní a křehcí, nemají brnění...

KODEX CHOVÁNÍ TRENÉRŮ RAGBY

- Měj závazek být stále informovaný o správných tréninkových principech.
- Nastav standardy chování pro ty, které trénuješ a pro sebe. Uč své hráče, že pravidla hry a standardy chování mimo hřiště jsou ve vzájemné shodě a nesmějí být porušeny.
- Vyvaruj se přetěžování talentovaných hráčů velkým počtem utkání. Všichni hráči potřebují a zaslouží si dostat pocit účasti ve hře.
- Buď přiměřený ve svých očekáváních od svých hráčů ohledně času, energie a entusiasmů. Hráči rychle ztratí zájem, když nenaplníte jejich očekávání.
- Zásadní rolí trenéra je zajistit, aby hráči trenéra respektovali a vždy byl dobrým příkladem.
- Rozvíjej u hráčů týmový respekt k soupeři, rozhodčím a zdravotnímu personálu, pokud se hráč zraní.
- Zajisti, aby veškeré podmínky a prostředí k tréninku byly bezpečné a používej drily a tréninkové metody, které jsou efektivní pro rozvoj hráčů.
- Nikdy nezapomínej, že hráči vstupují do procesu i kvůli pocitu radosti a potěšení ze hry. Vítězství je pouze jedním z komponentů, proč se hry účastní.
- Nezanedbávej plánování a přípravu na tréninky a utkání. Délka a obsah tréninků by měly odpovídat úrovni a věku hráčů.
- Vybírej hráče pro všechny specifické pozice na základě jejich somatotypu, váhy, věku a dovedností. Určuj pozice pro hráče tak, aby byly pro ně bezpečné a vhodné.



www.uniqa.cz



UNIQA
Generální partner
českého volejbalu

DUŠAN UHRIN

Zdravím Tě, osmnáctiletý Dušane,

vydáváš se na novou cestu, ve které už nebude jen sport a bezstarostná zábava. Míříš studovat na Fakultu tělesné výchovy a sportu do Prahy, abys poznával trenérský svět. Třeba z tebe trenér nebude, ale určitě se Ti dostane potřebného vzdělání, aby ses ve sportu neztratil. Táta byl ředitel školy, tak nějaké geny budoucího učitele nebo trenéra určitě v Tobě jsou. Měj oči zaostřené, uši nastražené a hlavu otevřenou. Poznávej zatím nepoznané a sbírej zkušenosti ve všech oborech, které s trenéřinou souvisejí. Potkáš hodně zajímavých lidí, od kterých se můžeš mnohé naučit a nechat se inspirovat. Kvalitní vzdělání je základem, aby ses mohl dobře připravit na trenérskou práci.

Na Fakultě tělesné výchovy a sportu jsem si vybral specializaci fotbal, ale koketoval jsem i s hokejem. Učil nás profesor Kostka, který byl v hokeji výjimečnou osobností a k hokeji mě lanařil. Když měl hodinu hokeje, půlku vedl on a druhou půlku já. Zůstal jsem ale u fotbalu. Měl jsem vystudováno a osm let jsem na FTVS v odvětví tělovýchovná škola vedl kurzy pro fotbalové trenéry v Klánovicích, kde jsem měl na seminářích budoucí trenérská esa jako Brückner, Masopust nebo Hřebík.

Od vzdělání a dalšího soustavného studia se musíš odpíchnout. Určitě si budeš v nějaké chvíli myslet, že bys hned mohl trénovat třeba první ligu. Ale nikam nespěchej, nic Ti neuteče. Poznávej trenéřinu pozvolna, přirozenou cestou. Začni u mládeže nebo u dorostu. Poznávej zákonitosti tréninkového procesu, skládání týmu, nastavení pravidel. Zkoušej, hledej, uč se, pamatuj si pozitivní i negativní zkušenosti.

Bylo mi 28 a roztrhl jsem si na Admiře sval. Nebylo to dobré a šel jsem trénovat dorost. Postoupili jsme o dvě soutěže výš až do ligy dorostu. Tam už jsem ale s týmem nebyl. Najednou mě klubový šéf „strčil“ do kabiny áčka spojeného týmu Meteor Admira. Trochu jsem váhal, ale už nebylo možné udělat krok zpátky.

Až půjdeš poprvé do kabiny dospělých, kde jsou borci třeba stejně staří jako Ty, nebo někdy i starší, musíš vědět, že jsi na to profesionálně a také komunikačně připravený. K tomu Ti právě pomohlo období učení u mládeže. Důležité je rychle překrýt nejistotu. Okamžitě mluv, komunikuj s týmem, buď rozhodný a přesvědčivý. Mluv, ať nemají příležitost přemýšlet. Musí vidět, že máš přípravu v malíčku a výborně propracovaný tréninkový proces. Budou Ti věřit. Oni sami musí poznat, že jdeš správným směrem, a dostaneš je na svou stranu.

V Admiře nám to klapalo a já pak dostal nabídku jít jako asistent Mirka Lva do Sparty, která zrovna v sezoně 1975/76 byla ve druhé lize. Mirek pracoval v bance a do Sparty byl tak trochu zapůjčen. S Mirkem jsme si vzájemně předávali své znalosti, a já si tak praxí rozšiřoval vzdělání. Po půl roce se Mirek vrátil do banky a já, bylo mi jen 33 let, se stal hlavním trenérem áčka.



FOTO SPORT: JAROSLAV LEGNER

Už jako mladý můžeš dostat velkou šanci. Soustřeď se na kvalitní tréninky, častou komunikaci s hráči, s tím zase přijdou výsledky a Ty získáváš stále větší autoritu. Kluci musí věřit, že něco umíš a že tréninky jsou k něčemu. Důležité je mluvit s hráči. Opět je musíš získat na svou stranu a zbláznit do fotbalu. Dávej na hráče pozor, aby se chovali jako profesionálové. Když se tak nechovají, zakroč. Nedávej jim žádné tresty, jako jsou extrémně dlouhé výběhy nebo tvrdá dřina v posilovně. Otočí se pak proti Tobě. Počkej na ně, pozvi je na pohovor. Mluv s nimi a zdůrazni jim, jaká jsou pravidla. Komunikace podložená studiem je klíč. Mluv s hráči po každém zápase. Dej jim slovo, ať si druhý den po utkání řeknou, jak viděli zápas, ptej se jich. A pak jim řekni svoje. Buduješ tím vztahy mezi Tebou a týmem. Když se Ti pak poštěstí dostat se k reprezentaci, už spoustu problémů řešit nemusíš. Ale vytváření optimálních vztahů trvá déle, nejsi s hráči tak často a nedají se tak snadno ovlivnit.

Hodně jsem s hráči mluvil. Bral jsem to jako přirozenou součást mé práce. Cítil jsem, že s nimi musím často rozmlouvat, debatovat. A hlavně ve chvílích, kdy se objevil nějaký problém. Se Spartou jsme třeba byli na soustředění v Údlicích u Chomutova a starší borci se zapomněli u piva. Ráno jsme všechno probrali a kluci to vzali. U národního týmu jsem pak často jezdil za hráči do zahraničí, abych je nejen viděl na hřišti, ale hlavně abych s nimi mohl mluvit. Jezdil jsem za Němečkem do Francie, Skuhřavým do Itálie nebo Kukou a Kadlecem do Německa třeba i šestkrát za rok.

Když jdeš za svým, můžeš vyhrát i na první pohled jasný zápas. Udržuj atmosféru napětí, protože hráče motivuje a přináší kvalitnější výkon. Důležité je dostat hráče do varu, vol taková slova, až je nahecuješ do nepřičetnosti. Sám buď ve varu, musí z Tebe jít

DUŠAN UHRIN

→ **Narozen:** 5. února 1943 v Nové Vsi nad Žitavou

→ **Trenérská kariéra:** mj. Sparta Praha (1981-83 a 1991-93), AIK Stockholm (2002), APOEL Nikósie (2003-04), Dinamo Tbilisi (2006-08), reprezentace Česka (1994-97) a Kuvajtu (1999-01)

→ **Největší úspěchy:** finále EURO (1996), 3. místo Pohár FIFA (1996), semifinále Ligy mistrů (1992), 2x československá liga (1991, 1993), 5x český Trenér roku



energie, kterou musíš dostat do hráčů. Nikdy ale hráče neurážej, nenadávej jim. Zvyšuj hlas, neboj se zařvat, ale jen s cílem nabudit. O pauze pojmenuj chyby, řekni, jak budeme hrát, a pak je zase dostaň do transu.

Zažil jsem se Spartou výjimečný zápas proti Barceloně, kterou jsme 1. dubna 1992 porazili v tehdejším posledním ročníku Poháru mistrů evropských zemí 1:0 a měli šanci postoupit až do finále. Vítězství bylo výsledkem kvalitního tréninkového procesu, měl jsem hráče dlouho pod sebou a motivace přišla sama s našlapaným stadionem. Co jsme v předchozích měsících odpracovali, se sešlo dohromady.



FOTO SPORT: MICHAL BERÁNEK (2)

Pro dobrou atmosféru se snaž udržovat korektní vztahy s novináři. Neboj se pojmenovávat věci otevřeně. Když si myslíš, že máš pravdu, řekni to na rovinu a za nic se neschovávej. Může se stát, že uděláš chybu, přiznej ji. Když hráčům něco slíbíš, musíš to dodržet. Nikdy se nespokoj s dílčím úspěchem, jdi za svým cílem až do úplného závěru. Snaž se vidět věci s odstupem času s chladnou hlavou a hledej momenty, z nichž se můžeš poučit.

Na EURO 96 nikdo nečekal, že dojdeme až do finále. Už před turnajem jsem Vládrovi Šmicrovi slíbil, že ho pustím v pátek před nedělním finále do Prahy, aby se oženil. Nepřipadalo nám to moc pravděpodobné. A pustil bych ho znovu. Jednou jsem mu to slíbil, takže je nezbytné slib dodržet. Po postupu do finále přes Francii jsme byli až moc uvolnění a závěr turnaje si užívali. Měl jsem být důslednější a měli jsme se psychicky lépe připravit. Po třech letech jsem se poprvé podíval na finále, které jsme s Němci prohráli 1:2 zlatým gólem v prodloužení. Udělal jsem chybu, že jsem střídal Karla Poborského. Měl jsem argumenty, aby Šmicer nastoupil do prodloužení, protože vždycky se zápasem něco udělal. Z lavičky ale děn na hřišti mnohdy vypadá jinak než z tribuny nebo v televizi. Dnes už vím, že jsem měl střídát někoho jiného. Omlouvám se Karlovi, že jsem ho střídal, byl to jeho nejlepší zápas.

Může se stát, že budeš mít kvalitní výsledky a všimnou si Tě v zahraničí. Drž se svých zásad a neslevuj ze svých prověřených věcí. Na druhou stranu ale musíš respektovat prostředí, do kterého jsi přišel.

Stalo se mi v Kuvajtu u národního týmu, že hráči se před zápasem šli pomodlit a o přestávce taky. Nemohl jsem jim to zakázat. Jen jsem určil pravidlo, že nejdřív jdou do modlitebny a pak jim hlasitě promlouvám do duše. V Emirátech v klubu Al-Nassr přivedli hráči do šatny šamana. Ten vzal kohouta, usekl mu hlavu a všichni se, včetně mě, napili krve kohouta. Kluci tomu věřili, tak jsem to nechal. A vyhráli jsme.

Nezapomeň si vždycky pečlivě vybrat svůj tým spolupracovníků. Na každého se potřebuješ spolehnout. Při angažmá v Maccabi Haifa byl sekretářem klubu Polák, který za mémi zády vodil do klubu polské hráče. Místo podepsaných dvou let jsem sám po roce skončil. V AIK Stockholm týmový doktor nedělal svou práci, ale měl to obšlápnuté u vedení klubu. Také jsem odešel dobrovolně. Vybrat si svůj realizační tým je klíčem k úspěchu. Nejde jen o asistenty, ale i maséry, lékaře. Podařilo se mi to ve Spartě za prezidenta klubu Václava Maška a pak i u národního týmu, kdy byl předsedou svazu František Chvalovský. Všechno do sebe zapadalo. A nedopusť, aby mezi Tebou a prezidentem nebo majitelem byl nějaký prostředník. Vždy jednej přímo s hlavním šéfem. Mně se tohle vždycky vyplatilo, ve Spartě i u reprezentace.

Hodně štěstí Ti přeje



IDEÁLNÍ HRÁČ

Seriál „Psychologie po kapkách“ se ve svých prvních dílech soustředil na tzv. činnostní psychologii, resp. psychologii herních činností. V tomto a několika dalších dílech se zaměříme na osobnost hráče, jako základní a nedělitelnou jednotku týmového výkonu. Už v minulosti lákalo teoretiky hledání odpovědi na otázku, zda existují typické psychické vlastnosti úspěšného hráče. Lze vystopovat, jakými psychologickými kvalitami disponují Jaromír Jágr, Pavel Nedvěd či Tomáš Berdych? Mají nějaké společné rysy, soubor psychických vlastností, které má mít ideální hráč?

TEXT: ZDENĚK HANÍK

Hráčství nezaručí ani namíchání kvalitních surovin

Asi trenéry nepotěšíme. Uvažování o ideálním namíchání psychických kvalit úspěšného hráče je nejspíš slepou uličkou, jelikož každý člověk představuje jedinečný a neopakovatelný příběh. Zprůměrování měřitelných osobnostních rysů hráčů může být do určité (leč velmi omezené) míry i určitou inspirací. Ovšem v individuální práci s mladými hráči by mohl tento přístup vést k nežádoucímu zjednodušování.

Sportovci nejsou věci a jejich cena je pro příslušný sport nevyčíslitelná, relativní a vybírat hráče do družstva je delikátní disciplína. A přestože současný sport podporuje pocit, jak mocné jsou moderní technologie, ukazuje se, že ani zdaleka se vše ve sportu prokalkulovat nedá.

Naštěstí.

Protože hra by bez své nevypočitatelnosti ztratila kouzlo. Ke hře totiž patří také emoce, a jak byste chtěli kvantifikovat vlastnosti jako například náruživost, to je přeci nesmyslné, nemyslíte? A přeci se nechceme dobrodružství odhalování tajemného světa hráčské psychiky tak snadno vzdát.

Vycházíme zde z oblasti psychologie osobnosti, v našem případě osobnosti hráče. Ve sportovních hrách panuje režim prohra – výhra. Z toho důvodu budeme pátrat po vlastnostech osobností,

kteří se na tento režim dokáží adaptovat a obstát v něm. Budeme se ptát, jestli navzdory jedinečnosti a neopakovatelnosti každého osobního lidského příběhu přeci jenom neexistují obecné rysy úspěšných sportovních osobností.

Vítězné typy hledá každý

„Pravdu mají vítězové“. Tento slogan se rád bere do úst, ale jak to funguje v kolektivních hrách? Je například náhradník družstva, které vyhrálo Ligu mistrů, rovněž vítězem? A je hvězda týmu nebo nejlepší střelec či smečar ve volejbalu skutečným architektem vítězství?

Vyhrávat chce každý. Proto se také hledají vítězné typy hráčů. Ovšem, co o nich ve skutečnosti víme? Při jejich hledání nám zpravidla nepomůže výzkum či statistika. Někdo vítězné typy hráčů nazývá lídry. Je otázkou, zda je to přesné synonymum, ale budiž. Jací hráči to tedy mohou být v kolektivních hrách?

Zaprvé jsou to hráči, pro něž MY stojí na stejné úrovni jako JÁ, přesněji řečeno jejich potřeba osobního sebenaplnění se realizuje prostřednictvím týmu.

Zadruhé jsou to nezřídka typy lidí, kteří mají sílu a potřebu ovlivňovat své prostředí. Měnit tradice a vzdorovat zaběhlým zvykům. Takoví hráči jsou totiž schopni sebe-motivace a motivace druhých.

ZDENĚK HANÍK

→ ZAKLADATEL UNIE

PROFESIONÁLNÍCH TRENÉRŮ
PŘI ČOV

→ BÝVALÝ KOUČ

VOLEJBALOVÝCH REPREZENTACÍ
MUŽŮ ČESKA A RAKOUSKA

→ SOUČASNÝ

MÍSTOPŘEDSEDA ČOV





Zatřetí jsou to zpravidla osobnosti s pevnými postoji, ale někdy také velmi tvrdí oponenti, kritické trenérské práce, a dokonce často i soupeři trenéra, pokud si trenér neuvědomí, že takoví hráči potřebují osobnostní rozmach.

Začtvrté zpravidla (pokud se bavíme o dospělém hráči) obsahuje jejich hráčský životopis podstatné úspěchy družstev, v nichž hráli.

A už dost zobecňování, abychom si rovněž nezahrávali se zprůměrováním. Čili hráče s takovými vlastnostmi hledáme a bohužel nacházíme jen zřídka. Když už je najdeme a získáme pro společnou práci, jsou to právě oni, kdo z největší míry tvoří výsledek.

My, jako trenéři, je pouze partnersky doprovázíme. S takovými hráči to totiž jinak ani nejde. Ano, pro týmový výkon potřebujeme rovněž další role, koncové hráče, tvůrce hry, nebo psy obránáře i nosiče vody. Ti všichni tvoří tým, který je víc než součtem individualit.

Ovšem dějiny tvoří osobnosti, vítězné typy hráčů takovými osobnostmi vždy jsou. Práce s nimi někdy skřípe, často i bolí, ale vězte, že bez nich nic nevyhrajete, i když se při spolupráci

s nimi pohybujete vždy na hranici mezi trůnem a propastí.

Vzpomeňme na známý příběh fotbalisty Zinedina Zidana. Jeho foul hlavou do hrudi Itala Materazziho, po němž byl vyloučen ve finále MS 2006, byl sice profesním selháním, ale podle mě velkým lidským činem, nikoliv charakterovým poklesem, jak tehdy tvrdila některá média.

„Nezranitelnější místo srdce je zároveň nejhlubším místem duše,“ říká básník. Zidanovo srdce bylo tehdy v tom finálovém zápase proti Itálii nejsilnějším, ale i nejzranitelnějším místem – odtud prýštila vášeň a nasazení i zranitelnost. To místo je sídlem herní geniality, osobnostního charismatu i hlubokého lidského citu. Je mocné a zároveň křehké.

Tolik hledaná „hráčskost“ není jen produktem herní inteligence, ale i herní duše. A ta sídlí právě tam, kde byl Zidane zasažen a rozumově už nebyl schopen to ukočírovat. Byl vyloučen a Francie možná kvůli tomu prohrála, ale „člověčina“ musí vždy stát výš, i ve sportovním prostředí. A řekněme, že měl Zidane pro svůj čin vážný lidský důvod.

ZINEDINE ZIDANE JAKO HRÁČ VYHRÁL LIGU MISTRŮ, ITALSKOU A ŠPANĚLSKOU LIGU, STAL SE MISTREM SVĚTA A EVROPY A ZÍSKAL ZLATÝ MÍČ. PŘESTO SI MNOZÍ FANOUŠCI VYBAVÍ JAKO PRVNÍ JEHO ÚDER ČELEM DO HRUDI SOUPEŘE.

VÍTĚZNÉ TYPY HRÁČŮ JSOU ZAPRVĚ HRÁČI, PRO NEŽ MY STOJÍ NA STEJNÉ ÚROVNI JAKO JÁ.

✓ ZIDANE VÁLÍ I JAKO TRENÉR. RONALDA A SPOL. PŘIVEDL OD LEDNA 2016 UŽ K SEDMÉ TROFEJI.



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

Tenkrát člověčina prohrála, ale obecně má zpravidla navrch, doufám. Nikdo nepochybuje, že Zidane byl vítězným typem hráče, a je dokonce i úspěšným trenérem. Přesto na jeho příkladu vidíme, jak nesmírně složité je hledat – obhajovat, či kritizovat – motivy lidského chování.

Trenér se v chování hráčů musí umět orientovat! Například rozpoznat, co je u hráče situační jednání a jaké má souvislosti, a co je naproti tomu životní postoj. Nebo, co je vrozený, relativně neměnný rys osobnosti, a co se naopak dá tréninkem, výchovou či osvětou ovlivnit.



FOTO: REUTERS

Arsené Wenger, kouč fotbalového Arsenalu, říká: „Ptejte se hráčů na jejich zkušenosti ze hry, ale nenechte si mluvit do finální nominace a taktiky.“ Trenér je tedy partnerem hráče. K partnerství a vedení hráčů je třeba vyznat se v jejich psychologii.

Když hovoříme o vítězných typech, pak šťastný ten trenér, který pochopí, že je jejich průvodcem, třeba přísným a rozhodným, a taky ochráncem, když je třeba, ale rozhodně ne vládcem.

Co nebo kdo je osobnost?

V laickém vnímání může slovo **osobnost** znamenat **jedince** nějak **pozoruhodného**, vynikajícího především v pozitivním smyslu. Má to ovšem být tak, že Zidane je osobností a český ligový fotbalista, řekneme z Mladé Boleslavi, který není třeba ani v národáku, osobností není?

Samozřejmě, že osobností je, poněvadž jedinečnost člověka (i hráče z Boleslavi) se neměří jenom schopnostmi nebo dokonce sportovními úspěchy. Psycholog Pavel Říčan vysvětluje, jak složitá a vlastně neuchopitelná je oblast psychologie osobnosti. Například jeden z pohledů vidí **osobnost** jako **osobitost**, čili odlišnost jedince od jiných jedinců. Z tohoto pohledu je Jágr jiný typ osobnosti než Ovečkin nebo Crosby.

V psychologii je ovšem nejuživanější vnímání **osobnosti** jako jakési **architektury** či **struktury** celku psychiky. Nabízí se srovnání s anatomií a fyziologií lidského těla. Psychika je rozčleněna na relativně samostatné složky (vůle, motivace, temperament apod.), z nichž každá má určitou funkci. A právě souhrn těchto složek lze přirovnat k tomu, jak funguje například souhra plic, mozku, krevního oběhu z hlediska tělesného.

V kolektivních hrách navíc psychická zralost (celost) v sobě zahrnuje vždy více než pouhé „já“, totiž „**já + svět těch druhých**“. Tým v sobě zahrnuje hráče, hráč v sobě zahrnuje tým. „Ti druzí“ jsou klub, trenér, spoluhráči, společnost.

Osobnost je vnímána jako celek duševního života člověka. Trenér by si měl být vědom, že pracuje se složitou bytostí, nikoliv s mechanickým strojem na výkon a na vyhrávání. Vrátime-li se k nadpisu, pak psychologicky vzato **ideální typ hráče** samozřejmě neexistuje. Přesto nechceme resignovat na snahu odhalit psychické kvality, které jsou úspěšným hráčům společné. Toto hledání je vzrušující, a někdy dokonce i inspirující.

Setrvejme tedy v prostředí pravděpodobnosti a nežádejme jistoty. Takový je sport, taková je hra, taková je psychologie. Do tohoto prostředí vás zvu i příště. Ještě se zdržíme u problematiky „psychologie hráče“, jelikož je to jedno z nejkomplicovanějších, ale nejdůležitějších témat psychologie sportovní hry.



LEHCE MOTIVAČNÍ ČÍSLO



Na co myslím, když běžím...

PROCES, NEBO VÝSLEDEK

Velmi často se v poslední době vracím k citátu legendárního trenéra a sportovního ředitele amerického fotbalu Joe Paterna: „Existuje mnoho lidí, zejména ve sportu, kteří si myslí, že úspěch a dokonalost jsou totéž. Nejsou. Dokonalost je něco, co je trvalé a spolehlivé a do značné míry ji ovládá člověk. Naproti tomu úspěch je podléhající zkáze a je často mimo naši kontrolu.“

TEXT: MICHAL JEŽDÍK

Paterno dále pokračuje: „Pokud se budete snažit o dokonalost, velmi pravděpodobně budete nakonec i úspěšní. Lidé, kteří dávají dokonalost na první místo, mají trpělivost dojít k úspěchu. Jedním z úskalí pro ty, kteří podlehnou mentalitě úspěchu, je ohrožení úspěchem ostatních. Naopak lidé, kteří jsou fascinováni excelencí, jsou nadšeni, když ji vidí u ostatních.“

Rozumím tomu tak, že excelence je o procesu, zatímco vítězství je o výsledku. Excellence umožňuje prostor pro neúspěch a učení, zatímco posedlost z vítězství ne. S tímto názorem se plně ztotožňuji zejména při práci s dětmi a mládeží.

Léta strávená trénováním mládežnických týmů pro mě byla nesmírně důležitá. V tomto období jsem trénoval, aniž bych měl zkušenosti, informace a dovednosti, které mají lidé kolem 45 až 50 let. Náš systém předpokládá jednu věc, která je z mého pohledu jako rodiče velice špatná: děti, které jsou součástí mládežnických programů, jsou trénovány a vedeny mladými a nezkušenými lidmi.

Důvod je zcela zřejmý. Většina organizací nemá takové ekonomické zdroje, aby kromě provozních nákladů zaměstnávala zkušené, zralé a osvědčené profesionály. Stává se

však, že ačkoliv některé kluby ekonomické zázemí mají, nejsou ochotny do zkušených trenérů mládeže investovat. Proto jsou děti většinou přiřazeny někomu, kdo se má v basketbalu (nebo v jiném sportu) ještě v nemalé míře rozvíjet, a to nejen z pohledu učení dovednostem, ale také například ze strany motivování dětí, komunikace s nimi nebo vnímání rozdílů mezi biologickým a kalendářním věkem.

Vím, že jsem jako trenér mládeže udělal mnoho chyb. Vím ale také, že všechno jsem dělal s velkou vášní a zaujetím na základě poznatků, které jsem získal od svých nejlepších učitelů v Česku i zahraničí. Stále jsem se

vzdělával a postupně si vytvářel vlastní rukopis, do kterého jsem na jedné straně pouštěl selektované nové informace a na druhé vyřazoval ty, které se nehodily nebo jednoduše nekorelovaly s moderním/mým pojetím basketbalu.

Na palubovkách jsem trávil hodně času a vedl jsem více věkových kategorií, abych měl zpětnou vazbu, co na koho, ve kterém věku a za jakých podmínek platí. Stále jsem měl na paměti, že klíčové pro rozvoj dětí jsou střednědobé a dlouhodobé cíle, které ale až na výjimky nejsou děti schopny vnímat s plnou vážností. Logicky byly lačné po momentálním úspěchu, po výsledku v utkání. Mým každodenním úkolem bylo vracet hráče na dlouhodobou cestu, k procesu. Byl to nekonečný boj.

S odstupem času rovněž vím, že jsem si vytvořil mnoho pevných vztahů s dětmi, které jsem trénoval, a jejich rodiči. V průběhu let jsem si také uvědomil, v souladu s mojí osobností a charakterem, že jsem byl na mladé lidi velmi náročný. Vždycky jsem byl náročný, možná někdy ke svým hráčům až despotický, na každé úrovni. Stejně tak jsem to měl nastavené k sobě. Určitě jsem toho po hráčích chtěl hodně a upřímně, byl jsem vždy překvapen pozitivními reakcemi bývalých hráčů, když jsem je časem potkal.

„Excelence umožňuje prostor pro neúspěch a učení, zatímco posedlost z vítězství ne.“



Dostalo se mi od nich mnoho respektu, často i vděčnosti a náklonnosti. Téměř od všech, ačkoliv jsem na ně byl nesmírně tvrdý, když jsem je trénoval.

Často jsem si v této době položil otázku: **Co pro tyto děti my trenéři reprezentujeme?** Určitě pro ně jsme jednou z klíčových osob, pohledem, kterému věří. Často je trenér jedním z mála mužských „hrdinů“, kterého v určitém životním období pravidelně potkávají. Ettore Messina, současný asistent u družstva NBA San Antonio Spurs, čtyřnásobný vítěz Euroligy a jeden z nejlepších trenérů-pedagogů v Evropě, ve svém článku o období, kdy trénoval děti, napsal: „Děti mi vždy dodávaly mnoho elánu a energie. Byly pro mě velmi dobrým barometrem, protože dobře rozeznají a chápou, zda je něco učím, nebo zda je pouze „využívám“ k tomu, abych vyhrál zápas.“

Práce mládežnických trenérů je nesmírně obtížná, protože musí spojit několik jejich „poslání“. „Mezi ty nejvýznamnější patří pokusit se děti naučit hrát basketbal a současně dát každému příležitost, a to i těm, kteří nejsou tak dobří,“ pokračuje Messina. „Zároveň je vašim posláním kultivovat zdravou touhu zvítězit, kterou má každý, od trenérů až po zaměstnance klubu, pro který pracujete. Velmi často jsou tyto dvě věci v rozporu.“

Velkým úkolem je **nalézt rovnováhu mezi sportovními cíli a procesem učení**. Někdy to je každodenní rozpor, dokonce i uvnitř sebe sama. Velmi často jdete domů a říkáte si: „Měl jsem nechat hrát tohle dítě víc.“ Ačkoliv by to znamenalo prohru. A když jste tam, stojíte u postranní čáry a vedete tým v utkání, rozhlédnete se a sám si odpovíte: „Potřebuji na palubovce dobré hráče, takové, kteří vyhrají zápas.“

Nikdy nevíte, zda jste to udělali dobře, nebo do jaké míry jste udělali něco špatně. Co vás ve vztahu s dětmi zachrání, je, že přesně vědí, zda je respektujete, či ne. Respektujete v tom smyslu, že vše, co po nich žádáte, musí být v rovnováze s tím, co jim dáváte, co je učíte. „Naučte děti nejen jak driblovat, přihrávat, střílet, jak lépe porozumět hře, ale také aby měly radost ze hry, aby respektovaly soupeře, své spoluhráče a trenéry,“ dodává ze své zkušenosti Messina. „To je to, co jim můžete dát. A ony to vědí. Pokud takové věci přehlídíte, nebo jim nevěnujete pozornost, zjistí to velmi rychle, a v tom momentě je ztratíte. To je pravda, která platí v každém věku, jak pro 14leté děti, tak pro 35leté muže. Ti, kteří ztrácejí zájem o to, co je učíte, v jakémkoliv věku, by byli beztak ztraceni.“



„DĚTI DOBRĚ ROZEZNÁJÍ A CHÁPOU, ZDA JE NĚCO UČÍTE, NEBO ZDA JE POUZE „VYUŽÍVÁTE“ K TOMU, ABYSTE VYHRÁL ZÁPAS.“

Když jsem trénoval národní tým, měl jsem v něm velmi důležitého mladého hráče, jehož levá ruka byla velmi slabá. Všechno, co dělal, dělal pravačkou, nebo směrem doprava. Jednoho dne mě na tréninku oslovil, byl trochu rozmrzelý a prostě mi řekl: „Vím, o co se snažíte, snažíte se mě naučit, jak hrát také doleva, levou rukou.“

Odpověděl jsem mu: „Pokud se zlepšíš a naučíš se používat také levou ruku, můžeš si vybrat, jaké místo na palubovce chceš, a atakovat obě strany. Můžeš se stát komplexnějším hráčem a to by bylo dobré pro tebe a lepší i pro nás jako tým.“

Přerušil mě a řekl: „Ne, ne, jste dobrý trenér, pokud mě využíváte na to, v čem jsem dobrý, pokud ze mě dostanete to, v čem už jsem dobrý. Nechci se nic nového během reprezentačního bloku učit. Využívejte mě v takových situacích a dávejte mi takové role, ve kterých jsem dobrý a cítím se komfortně.“

To je myšlení, které mohu respektovat, ale ne nutně s ním souhlasit.

MICHAL JEŽDÍK

NAROZEN: 4. 8. 1963

→ VEDOUČÍ SPORTOVNĚ METODICKÉHO ÚSEKU ČESKÉ BASKETBALOVÉ FEDERACE, ČLEN VV ČOV. BÝVALÝ BASKETBALOVÝ REPREZENTANT, TRENÉR NÁRODNÍHO MUŽSTVA MUŽŮ A U20, SPARTY, PROSTĚJOVA, NYMBURKA. BYL ČLEMEM REALIZAČNÍHO TÝMU NBA DETROIT PISTONS V LETNÍCH LIGÁCH. OPAKOVANĚ ABSOLVOVAL EUROLEAGUE BASKETBALL INSTITUT. CERTIFIKOVANÝ LEKTOR ČOV.



→ **1** otázka, **9** odpovědí

PERFORMANCE

JAKÁ JE VAŠE DEFINICE VÝKONU / VÝKONNOSTI?

TEXT: MICHAL JEŽDÍK

Dosažení špičkového výkonu je vnímáno a definováno různými způsoby. Mluvili jsme s devíti experty z různých soutěží a sportů, abychom zjistili, co pro ně znamená špičkový výkon.

JOEL QUENNEVILLE

hlavní trenér Chicago Blackhawks v NHL



„Výkon z mé pozice jako trenéra znamená, že hráči hrají nejlépe, jak kdy mohli, a pokud to udělají, uspějí. V podstatě o tom je naše práce. Dostat z každého jednotlivce jeho maximum tak, aby si byli jisti, že jsou zapálení, že chtějí hrát a že chtějí být nejlepší, jak jen mohou.“

„Výkon z mé pozice jako trenéra znamená, že hráči hrají nejlépe, jak kdy mohli, a pokud to udělají, uspějí. V podstatě o tom je naše práce. Dostat z každého jednotlivce jeho maximum tak, aby si byli jisti, že jsou zapálení, že chtějí hrát a že chtějí být nejlepší, jak jen mohou.“





MIKE TANNENBAUM

výkonný
viceprezident
fotbalových operací
Miami Dolphins
v NFL



„Pro mě to je moment, kdy lidé mohou maximalizovat své schopnosti a v nejspíš nejlepším čase hrát co nejlépe podle svých schopností.“

ANGUS MUGFORD

ředitel High Performance
Toronto Blue Jays v MLB



„Z mého pohledu je to společná práce, zaměřená na hráče, řízená trenéry a sportovním úsekem klubu. Všichni sdílejí podněty, jak mohou společně pracovat s cílem pomoci hráčům dosáhnout jejich potenciálu. Myslím, že je mnoho klubů a organizací, které to dělají. Zároveň jsem přesvědčen, že teď je právě doba, kdy bychom měli vytvářet kulturu vysokého výkonu - jak spolu pracujeme a komunikujeme, abychom pomohli našim hráčům dosáhnout toho nejlepšího, co v nich je.“

MARKO YRJÖVUORI

zakladatel Performance Training Academy, lektor finského NOV, v minulosti LA Kings (NHL) a LA Lakers (NBA) - kondiční příprava, prevence zranění a sportovní terapie



„Výkon je schopnost soustředit svou mysl společně s řízením lidského pohybu ve vysoké rychlosti nebo potřebou maximální síly.“

KEN WAY

sportovní psycholog, mj. v minulosti Leicester City v Premier League



„Na nejzákladnější úrovni je výkonem chování, které je měřeno podle vybraného rozsahu standardů.“

To může zahrnovat například měření času, hmotnosti, vzdálenosti, přesnosti, rychlosti, reakce, síly, obratnosti, doby trvání, uměleckých kvalit - často v kontrastu s výkonnostními standardy dosaženými jinými lidmi. Samozřejmě ve sportu se média

zaměřují zejména na výkon elitních sportovců a trenéři usilují o nalezení způsobu, jak zlepšit výkonnost. Existují však i výkonnostní měřítka na nižších úrovních - například zvýšený počet dětí a mládeže ve sportovních aktivitách, větší počet sportujících starších, starých, obézních, zraněných, zdravotně postižených, atd. V samé podstatě slovo výkon naznačuje stupeň měření a (často, i když ne vždy) určitou formu hodnocení.“

ROBIN LADAUGE

expert francouzské ragbyové federace
na kondiční přípravu hráčů družstva mužů a U20



„Výkonnost ve sportu můžeme definovat jako kapacitu sportovce produkovat celek

komplexních odpovědí za pomoci svých technických a taktických kompetencí, stejně tak jako zdrojů fyzických a mentálních. Pro zlepšení

výkonnosti je třeba věnovat se všem těmto dominantám a přikládat jim veškerou potřebnou důležitost. Naprosto zásadní je správně sladit tyto komponenty mezi sebou. Prostor ke zlepšování se pro hráče nachází v tréninkových situacích, které jim pak umožní zlepšit své kompetence v utkáních a v soutěžích.“





FOTO: PROFIMEDIA.CZ (2)

WES WILCOX

generální manažer
Atlanta Hawks v NBA



„Maximalizace sebe. Maximalizovat svůj tým, to je, myslím, definice výkonu.“

Mnohokrát se mě trenéři univerzitních týmů ptali a stále ptají, co mají říct hráči, který věnoval čtyři roky tvrdé přípravě, a přesto možná nebude dost dobrý, aby hrál NBA, na což se po celou dobu absolutně soustředil. Z mého pohledu bychom se měli snažit změnit své zaměření, nesoustředit se tolik na výsledek, ale zaměřit se na proces. Nesoustředit se na NBA, zaměřit se na to, jak nejlepší každý hráč může být. Proces má větší přesah. Nezasahuje pouze hráče. Cílí stejně tak na realizační tým, trenéry a celý klub nebo univerzitu. Hráč v tom není sám. Prostě se snažte pochopit, kdo jste, jaké jsou vaše silné stránky, slabé stránky, přijměte koučování, nebraňte se mentování a pracujte tvrdě, jak jen můžete, abyste byli nejlepší, jak jen můžete být. Když jste součástí týmu, snažte se co nejrychleji porozumět své roli v něm a tomu, jak váš individuální výkon může pomoci celkovému úspěchu týmu. Toto je moje definice úspěchu.“



MICHAL BARDA

asistent reprezentace Švýcarska v házené mužů, lektor EHF



„Performance je cesta a systém. Na začátku je vize, vášně a odvaha být lepší - nejlepší, jak jen můžete být.“

Zatímco většina lidí se bude měřit s ostatními, vy se budete každý den poměřovat sám se sebou a se svou ochotou stále se učit, po porážce znovu tvrdě pracovat a zažívat u toho nejvyšší radost. Potřebujete, aby se tohle bláznovství stalo vašim životem. Když se vám to podaří a dáte si ty správné cíle, jednoho dne se rozhlédnete a zjistíte, že jste nejlepší ze všech. Je to jednoduché, ale není to snadné. Kdyby to bylo snadné, dělali by to všichni.“

SEAN MARKS

generální manažer
Brooklyn Nets v NBA



„Výkon je tak široké téma, že se může rozšířit skrz naskrz v odvětví, ve kterém působíme. Výkon není jen něco, co se odehrává

na hřišti, ale odehrává se také za ním, před ním a kolem něj. Jde o to, abychom hráče připravili k tomu, aby byli schopni podat výkon na špičkové úrovni v závislosti na jejich schopnostech, když je potřeba. Je to všechno, co se děje v zákulisí a co zpočátku nikdo nevidí, neslyší a nemluví o tom. Je to vše od sportovní vědy po sportovní medicínu až po výběr hráčů. Toto všechno jsou součástky, které, když do sebe správně zapadají, vytvoří společně výkonný produkt.“

NEJLEPŠÍ
ENERGIE
PRO KAŽDÉ
ZAŘÍZENÍ



MADE IN GERMANY

AA ALKALINE 10 YEARS POWER IN STORAGE**

VARTA

LONG LIFE

+30% MORE POWER
In Digital Cameras vs. VARTA Simply Alkaline**

MADE IN GERMANY

AA ALKALINE 10 YEARS POWER IN STORAGE**

VARTA

HIGH ENERGY

+80% MORE POWER
In Digital Cameras vs. VARTA Simply Alkaline**

MADE IN GERMANY

AA ALKALINE 10 YEARS POWER IN STORAGE**

VARTA

MAX TECH

+100% MORE POWER
In Digital Cameras vs. VARTA Simply Alkaline**

VARTA

sazka

BET

VYŠŠÍ VÝHRA

AŽ O **100%**

Za **AKO** sázku
ti navýšíme výhru

SAZKABET.CZ

5 ZÁPASŮ +10%

10 ZÁPASŮ +30%

NAD 25 ZÁPASŮ +100%

