

COACH

„Není sport,
v němž bych
neprohrál“

Marek Eben

Herec, moderátor,
hudební skladatel,
písničkář, zpěvák

Spot

magazín vydávaný
ve spolupráci s Českým
olympijským výborem



ČESKÁ
TRENÉRSKÁ
AKADEMIE

baseball
basketbal
florbal
lední hokej
hokejbal
plavecké sporty
squash
softball
stolní tenis
volejbal



Přenosná myčka Helpmation je v mnoha domácnostech nepostradatelným pomocníkem, který nachází uplatnění v nejrůznějších situacích. **SNADNO S NÍ OMYJETE KOLO ŠPINAVÉ PO JÍZDĚ V TERÉNU ČI NA ZÁVODECH, AUTO, MOTORKU, LOĎ, KARAVAN, ZAŠLOU ZÁMKOVOU DLAŽBU NEBO I ZAPRÁŠENOU FASÁDU DOMU.**



PRO OČISTU na cestách, na zahradě i na závodech

Co všechno s přenosnou tlakovou myčkou můžete mýt? S nadsázkou lze říci, že v podstatě cokoli: zahradní nábytek i nářadí, terasu, auto, kolo, motorku, loď, karavan, fasádu domu, plot, vrata, okapy, zablácené boty a mnoho dalšího.

MALÁ A ŠIKOVNÁ

Pokud jezdíte na kole a často jej převážíte v autě, přenosná myčka Helpmation se vám bude určitě hodit, protože zbaví vaše kolo bláta a špíny a do auta jej tak uložíte čistě.

Přenosná myčka Helpmation je kompaktní a lehký pomocník i pro ty, kteří kolo potřebují opláchnout před uložením do sklepa. S lehkou myčkou také lehce vyčistíte hůře dostupná místa, např. okapy či zaprášenou fasádu domu, neboť nižší tlak zajistí, že nedojde k poškození fasády. Rychle pomůže v boji se špínou, ať už jste na zahradě, na sídlišti, na závodech nebo v kempu.

SNADNÉ POUŽÍVÁNÍ

Snadnou manipulaci s přenosnou myčkou Helpmation zajistí pomocná kolečka a popruh přes rameno. Přenosná myčka je lehká, kompaktní a

pracuje nezávisle na zdroji elektřiny a nepotřebuje ani kohoutek na okamžité připojení vody. Vše si nese sebou.

Nádrž má objem 17 litrů a můžete ji naplnit studenou nebo horkou vodou až 60°C. Teplá voda výrazně zvyšuje účinnost mytí. Na pořádné umytí auta vám přitom budou stačit jenom dvě nádrže myčky, čímž šetříte jak peníze, tak přírodu, neboť spotřeba vody je o poznání menší. Potřebujete opláchnout motorku, loď po zimě, karavan či cokoli na zahradě? Není nic snazšího, sáhnete po přenosné myčce Helpmation. www.helpmation.cz



Přenosná tlaková myčka

Helpmation GFS-C1

Rychle vám pomůže v boji se špínou kdekoli a kdykoliv. Umyjete s ní lehce zahradní nábytek, zablácené nářadí, fasádu, kolo, auto i motorku. U domu, na zahradě i na závodech.

Kompaktní a lehká přenosná myčka
Zásobník na vodu 17 litrů
Možnost použít vodu horkou až 60°C
Flexibilní hadice 6 m
Provoz na baterii/zásuvku autozapalovače
Popruh na rameno pro snadné přenášení
Cena 3.989,- Kč

www.helpmation.cz

Dovozce: BLAKAR trading s.r.o.
Azalková 1272, Jesenice u Prahy
infolinka: +420 608 025 404, 606 377 814



COACH

COACH. Měsíčník. Ročník 5., číslo 4, vychází 7. 4. 2020.
Samostatně neprodejné, vychází jako příloha deníku SPORT.
Adresa: 170 00 Praha 7, Komunardů 1584/42,
e-mail: magazinsport@cncenter.cz,
www.isport.cz,
telefon: po předvolbě +420 225 97
volte linku 5275,
Redakce – linka 5111.

Šéfredaktor: Lukáš Tomek,
vedoucí redaktor: Petr Schimon,
grafici: Stanislava Rohan, Jaroslav Komolý,
autor grafické úpravy: Milan Jaroš,
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: Pavel Janega (7454),
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 Šmuclerová.
Rozšiřují společnosti PNS a.s.
Tiskne: EUROPRINT a.s.,
ISSN 2464-6865.

Registrace MK ČR E 22423.
Nevyžádané rukopisy, fotografie
a kresby se nevracejí.
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.

TERMÍN UZÁVĚRKY: 31. 3. 2020
TITULNÍ SNÍMEK: HERBERT SLAVÍK
VE SPOLUPRÁCI:



FOTO: SHUTTERSTOCK.COM

Tři dobré zprávy

Většina z nás, i těch dříve narozených, za celý život nezažila tak zásadní globální průšvih, jako je ten, který právě prožíváme. Každá nemoc v sobě nese nějakou zprávu pro nemocného. Je to výzva, aby ses, člověče, zastavil a zamyslel. Pandemie nemoci COVID 19 možná nese informaci pro nemocné lidstvo, ještě úplně nevíme, co je jejím sdělením, ale je to zpráva jistojistě naléhavá, že něco je blbě.

Dnes je jasné, že pandemie přinesla katastrofu i pro sport. Většina soutěží byla zastavena, olympijské hry odsunuty o jeden rok, stejně jako fotbalové EURO. Uznávám, začíná to negativně, ale sportovci vždy umí najít světlo na konci tunelu. Tak tedy.

První dobrou zprávou je, že měsíčník COACH vychází navzdory agresivní nemoci a ochromení chodu podniků a organizací.

Druhou je, že se Češi rychle zorientovali, chovají se dospěle a ukázněně a zdá se, že mnoha z nich dochází i to, že dobrou prevencí je pohyb a sport. Tělocvičny a jiná sportoviště jsou sice zatím uzavřeny, ale „sportovců z nutnosti“ například na kolečkových bruslích, na kole či na vlastních

běžeckých nohou na pražských stezkách jako by přibýlo.

Tou třetí dobrou zprávou je, že se mnoho lidí snaží přechíst koronavirovou informaci jako výzvu. Dnes je jasné, že až to dozní, bude svět jiný a pevně věřím, zase o kousek lepší. To ale neznamená jen ve smyslu lákavých těšitek, kterými jsme v současnosti zahrnuti, ale spíše kvalitním prožitkem a změnou pohledu na hierarchii hodnot.

Přeji vám příjemnou četbu a platí: ukázněně, disciplinovaně, ale nepodělat se z toho. Držme si vzájemně palce.

Jo, a v květnu jsme tu s měsíčníkem COACH znovu...

Zdeněk Haník

bývalý trenér volejbalové reprezentace a předseda České trenérské akademie ČOV







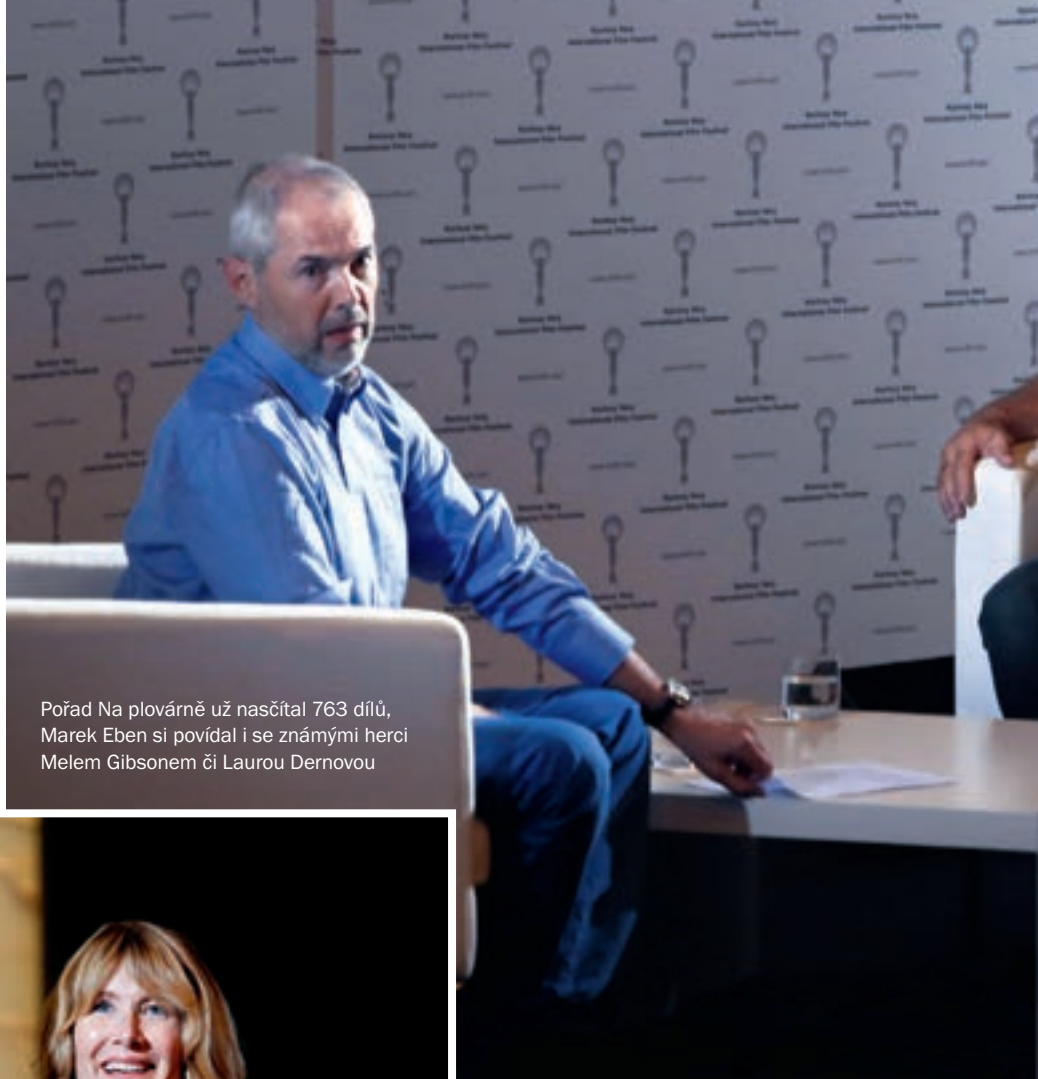
Smích je jako živá voda

Jeho laskavý humor působí jako živá voda v době životního pragmatismu a tvrdých loktů. Asi **MARKA EBENA** ani nemusíte znát osobně, abyste vycítili systém hodnot, které vyznává, a kam duchovně v české společnosti patří. Jako moderátora si ho přeje mít leckdo, chvíli trvalo, než jsme si plácli, aby moderoval anketu Trenér roku. Trefa! Zejména z důvodu, že Trenérské akademii ČOV jde o to, aby celý večer byl komorní a přívětivý, nikoli bombastický, přestože se to zde superhvězdami sportu jen hemží. Aby tam zkrátka panovalo člověčenské teplo a lidsky to vonělo. Stalo se.

TEXT: ZDENĚK HANÍK

Zdá se, že charisma hraje při volbě vůdců v Čechách zásadní roli. Při spekulacích o možných kandidátech na prezidenta padala jména různých morálních autorit jako Höschl, Svěrák, Halík, Kolář a Eben. Co vy na to, když se na takovém seznamu objevilo vaše jméno?

„Samozřejmě že to potěší, když o vás v tomto kontextu někdo uvažuje. Je to milé a zavazující. Není nic horšího, než když lidi zklamete. Když do vás vloží nádeje nebo ideály a vy to zvoráte. Ovšem moje ambice na tomto poli jsou nulové, protože to je pro někoho, koho bude těšit, když půjde Vladislavským sálem a budou znít fanfáry. Na to já jsem z divadla vcelku zvyklý, pár takových her jsme hráli, tak jsem si to vyzkoušel. Ale daň, kterou za to zaplatíte, je obrovská.“



Pořad Na plovárně už nasčítal 763 dílů, Marek Eben si povídal i se známými herci Melem Gibsonem či Laurou Dernovou



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

Pokud to máte dělat dobře, tak to musíte brát jako službu. Jinak to nejde. Chcete-li takový úřad zastávat poctivě, musíte zapomenout na svůj život a ten život dát jako dar národu s tím, že odměnou vám bude nevděk. Za první týden budete mít více nepřátel, než jste si udělal za celý život. Osobní benefity, pokud nejste člověk, kterého těší hýbat dějinami, jsou minimální. Já nemám tyto ambice. Přišel bych o všechno, co mám rád. Vidím svoji životní úlohu někde jinde. Je daleko důležitější, abych obstál ve vlastní rodině, abych se dostal k ošetrovatelským povinnostem. A myslím si, že mohu být lidem prospěšný v showbyznysu. Tam mohu podstrčit myšlenky nebo názory, které se tam tak často nevidí. Abych se pustil

do takového dobrodružství, tomu jsem vzdálen na hony.“

Představte si, že by nebylo vyhnutí, národ by vás tam vyvolal. Co s tím?

„Pokud není zbytí, tak není zbytí. Ale toto není funkce, do které by vás mohli donutit. Vy musíte být vůči lidem zodpovědný. A když víte, že nemůžete jejich očekávání naplnit, tak byste do toho neměli chodit. K tomu musíte mít také nějakou profesní výbavu. Ta věc vás musí zajímat, musíte to dělat s nadšením, s chutí. Když se podíváte na celou politickou sféru, jakými lidmi je obsazena a s kým byste musel komunikovat, tak to nic pěkného nenabízí. Každý příští prezident, který přijde, to bude mít těžké. Celá oblast politiky zvlčila a nikomu

MAREK EBEN

Narozen: 18. 12. 1957 v Praze

Profese: herec, moderátor, hudební skladatel, písničkář, zpěvák a kytarista

Rodina: od roku 1982 ženatý, manželka Markéta Fišerová. Jeho otec Petr i strýc Ilja Hurník bývali skladatelé, s bratry Davidem a Kryštofem hrají od roku 1979 v hudební skupině Bratři Ebenové (folk, rock, jazz, hit např. Já na tom dělám)

Film: mj. role Válečka v seriálu Kamarádi (1969-73), Honza v pohádce O líném Honzovi (1977), Dobrodružství kriminalistiky (1993), Princezna a púl království (2019)

Divadlo: v roce 1979 dokončil studium na Státní konzervatoři v oboru hudebně-dramatickém, angažmá mj. Divadlo V. Nezvala v Karlových Varech, Divadlo Jaroslava Průchy v Kladně, Divadlo Ypsilon

Moderátor: pořad Týty (1991-2001), O poklad Anežky České (1993-2003), Ruská ruleta (od 1994), Festivalové vteřiny na Mezinárodním filmovém festivalu v Karlových Varech (od 1996), talk show Na plovárně (od 1999, hosté např. Václav Havel, Bill Gates, Dalajláma, Martina Navrátilová, Usain Bolt, Björn Borg, Robert Redford, Richard Gere, Sting, Genesis, José Carreras), StarDance (od 2006)

Ocenění: Čestné občanství Prahy 1 (2016), Čestné občanství města Karlovy Vary (2018)



Myslel jsem spíš na to, že jste vnímán jako charismatická osobnost.

„Charisma není něco, co by si člověk úplně uvědomoval. Jestli to tak působí na lidi kolem vás, je to fajn. Ale to není něco, že bych se vzbudil a řekl si: Hrome, já zase musím to svoje charisma uvést do provozu! A že se pohybujete ve veřejném prostoru, na to jsem dobře cvičený, protože jsem v tom od dvanácti let. Mě v tomto směru jen tak něco nepřekvapí. Otázka charismatu je velmi těžko postižitelná. Myslím si, že to většinou vnímají lidé kolem vás, než že byste si to uvědomoval vy sám. A asi je to tak i správně. Člověk by se neměl cítit jako charismatik. Nevím, jestli by to jeho osobnosti prospělo.“

Zažil jste pocit skutečné bolestné prohry, která přijde ve sportu velmi často?

„Já jsem zažil takové menší prohry. Třeba že hrajete představení, které se

„Ale poznáte to. Nemůžete na to nikoho pozvat. Proboha, na to nechoď – to je vaše odpověď. Nevypískají vás lidi, to je pravda. Ale i to jsem vlastně zažil. Na festivalu Rockfest dramaturg Jiří Chlíbaec přišel na myšlenku, aby byli inovativní moderátoři, že by tam mohl být Marek Eben. A ke mně dal Světlanu Nálepkovou. Hlavní hvězdou byla maďarská kapela Pandorasbox, metalisti, tvrdoši. A já jsem si říkal, že diváky bude zajímat, jak to bylo s Pandorinou skříňkou. A když to trvalo tak deset vteřin, ozvalo se: Jdi do prdele! Tak jsem pochopil, že tudy cesta nevede. Že jsem se ocitl ve špatnou chvíli na špatném místě. Zažijete spoustu konkurzů, na které jdete, a oni vás nevyberou. Těch jsem zažil nepočítaně. Takže prohry i ve své branži znám.“

Když mluvíme o negativní reakci, jaká kritika vás nejvíc posune?

„Když je to kritika od někoho, koho si vážíte, a tušíte, že je relevantní. Pře-

„VE SPORTU MI NATLOUKLI VŠICHNI. KDYŽ SE HRÁL FOTBÁLEK NA ŠKOLNÍM HŘIŠTI, BYLI DVA KAPITÁNI, CO SI VOLILI HRÁČE DO TÝMU. JÁ VŽDYCKY ZŮSTAL POSLEDNÍ.“

kvalitnímu se tam nechce. A to je velké neštěstí, protože pak se otevřou dveře pro ty nekvalitní a ti rádi obsadí takové funkce. Nemyslím si, že by vás k takovému úřadu mohl někdo donutit. Ani situace není taková, to není Listopad, kdy bychom se potřebovali zbavit totality. Tady není totalita, tady jsme svobodná země. Pořád se můžeme svobodně vyjadřovat, svobodně se shromažďovat, celkem svobodně tvořit. To se neděje v intencích, v nichž to bylo v roce 1989.“

Jak se vám žije s tím, že se s vámi chce každý vyfotit?

„To je to nejmenší. Že se s vámi chtějí lidé fotit, může být někdy nepříjemné, ale k mé profesi to patří. Pak je druhá možnost, že se s vámi nebude chtít vyfotit nikdo, a to může znamenat, že děláte něco špatně. Tedy přirozenější je, že se občas někdo, kdo bude mít chuť, bude chtít s vámi vyfotit.“

opravdu nepovede. Je tam nevýhoda oproti sportu. Sportovec, když prohraje, tak hraje za týden znovu a třeba se to povede. Ovšem když máte blbé představení, tak víte, že prohrajete minimálně 35x, než se to stáhne. Ta ostuda, že se to nepovede, se bude opakovat. A když se ráno probudíte a uvědomíte si, že je to na programu, máte celý den zkažený. Víte, že ten den vyvrcholí oním mizerným představením, které budete večer hrát. Je i třeba takové představení, které se sice nepovede, ale vy tam máte roli, v níž je vám dobře. To je ten lepší případ. Víte, že se to sice nebude líbit, ale alespoň vy za sebe se necítíte tak blbě. Nicméně stane se, že máte roli, která vám opravdu nesedne, a musíte ji hrát. To jsem zažil mnohokrát.“

To je ale relativní. Třeba hrajete blbé představení, ale oni vás přesto nevypískají...

čtete si to a v hloubi duše cítíte, že ten člověk má pravdu, tak vás to strašně mrzí. A mrzí vás to právě proto, že víte, že ten člověk má pravdu. Pak jsou samozřejmě kritiky nesmyslné, tak to necháte být. Vzpomínám si, že jsme hráli s Ypsilonkou představení, a to byla jedna z těch rolí, v nichž jsem se moc necítil, poněvadž jsem se tam ocitl skoro nahý. Hráli jsme to v Bratislavě a vyšla na to pochvalná kritika. A když už to vypadalo, že to opravdu celé vyzní dobře, ten kritik napsal: „A predsa.“ No, a to „predsa“ jsem byl já. Mrzelo mě to, ale věděl jsem, že má pravdu. Ale že by vás to posunulo dopředu? Vy se v divadle prostě nezabavíte toho nevolnictvím, že vás obsadí podle toho, co si myslí, že byste měl hrát.“

Zkusme se ale oprostít od divadla.

Měl jsem na mysli životní kritiku mimo umění.



INZERCE

**Cesta k úspěchu vede
přes trvalé hodnoty
a fair play.**

FOSFA
Life Science



GENERÁLNÍ PARTNER
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU
2020 - 2024

„Ony se ty věci v životě moc přímo do očí neříkají. Spíše to vycítíte. Neděje se mi to často. Nenapadá mě to, pouze spíše náznak, ale žádný bod zlomu, že musím něco udělat se svým životem.“

Prohra a výhra, tahle polarita je principem sportu. Jak vlastně vnímáte sport?

„Když jsme mluvili o těch prohrách, tak není sport, v němž bych neprohrál. Můj vztah ke sportu je ten, že vždycky prohráju. I v mém golfu. Většinou. Jsou výjimečné chvíle, a v tom je golf pěkný, že vám za sezonu ušetří dva nebo tři dny, kdy se vám daří. No, a zbytek je obrovská kupa ponížení. Ale já jsem zvyklý prohrávat. Ve sportu mi natloukli všichni. Když se hrál fotbal na školním hřišti, tak byli dva kapitáni, co si volili hráče do týmu. A já vždycky zůstal poslední. Byl jsem spíše takový maskot. Nevynikal jsem absolutně nikdy v žádném sportu. Ale jsou to rodinné dispozice. Ani můj tatínek nebyl sportovně založený. U nás se bohužel sport nepěstoval. Ne že bychom nesportovali, fotbal jsem měl rád, lyžoval jsem trochu, ale průměrně. Všechno jsem dělal průměrně. Nebo podprůměrně. A první sport, kterému jsem se začal věnovat více, byl golf.“

Ale vím, že sport sledujete...

„Sleduju, sport mě baví. Fotbal, hokej. Problém je, že to chce se dívat ještě s někým. To je společenská záležitost. Doce-la rád mám biatlon. Jak mě nebavil běh na lyžích, nechci se dotknout běžkařů,

tak biatlon je zničil. V běhu na lyžích, když někdo utekl a byl kilometr vepředu, tak už nebylo co řešit. Ale v biatlonu to drama do poslední střelby je dráždivé. Golf sleduji rád. Kdo to nehraje, nemůže pochopit, že se někdo dívá na golf. Nesleduji takové věci jako judo, box, tomu nerozumím a kontaktní silové sporty mě moc nepřitahují. Protože představa, že by se po mně takto zpocený chlap válel, mě ne a ne oblažít.“

Jakou roli hraje pohyb ve vašem životě?

„Moc toho nedělám, je to slabé. Mělo by to být lepší. Pro hereckou profesi bych potřeboval trochu větší zdatnost. Ale moje herectví bylo částečně takový omyl. Já se cítím na jevišti dobře, ale v určitých věcech. Ovšem pro to, co divadlo potřebuje, toho Romea či Othella, pro nic takového se nehodím. Když si mě v tom představíte, budete se smát předem. Myslím si, že mohu částečně hovořit o štěstí, že mě potkalo moderování a že se tím můžu živit. Navíc jsem v divadle, které pracuje s tím, jaký jste typ. Ypsilonka je typové divadlo. A tam se cítím dobře. Nedávno jsme točili vánoční pohádku s Matoušem Rumlem. A ten uměl všechno to, co já neumím. To je typ herce, kterému řeknete, přeskoč zeď, a on ji přeskočí. Vylez na strom, a on na něj vyleze. Jeď na koni, a on cválá. Šermuj, a on šermuje. Nic z toho není můj případ. Já vyhořím při každé z těchto výzev.“

Není ve vašem vidění vrcholový sport už trochu za hranou?

Baví i sportovce. Na Fotbalistovi roku rozesmál Pavly Nedvěda a Vrbu, v zákulisí StarDance žertoval s Radkem Štěpánkem, rozuměl si i s Trenérem roku Petrem Lacinou.



FOTO SPORT: BARBORA REICHOVÁ



FOTO: PROFIMEDIA.CZ (2)

ZÁKLADNÍ SMYSL ŽIVOTA

Pečuje o svou ženu Markétu, jejíž život se obrátil naruby pár dní před 26. narozeninami, kdy utrpěla mozkovou příhodu, která ji doživotně upoutala na invalidní vozík. Nepokládá tuto péči za oběť, ale za jeden ze zásadních smyslů svého života, který má dvě hlavní koleje: rodinu a práci. Tvrdí, že kdyby se býval po té strašné životní ráně, která postihla jeho ženu, rozhodl jinak, měl by se dnes hůř. To, že to spolu přestáli v dobrém i zlém, že spolu mohou být, bere jako velkou hodnotu svého života. Neříká si, co já bych mohl všechno udělat, kdybych se neobětoval, nýbrž naopak: jak bych si býval zvalal život, kdybych to neudělal.



FOTO: HERBERT SLAVÍK/ČOV

„Je čím dál profesionálnější a jako ve všech oborech tam peníze začínají hrát tak velkou roli, že duch sportu se trochu vytrácí. Myslím si, že je nemožné, aby dnes přišel někdo z buše a vyhrál. Myslím takové ty přirozené talenty, co se někde zjevily a mohly zvítězit. Nevím, jestli to ještě někde jde, spíš ne. Ale to není jenom ve sportu. Například v instrumentální muzice to je totéž. Prostě když nezačnete hrát na piano včas, nedoženete to. Nebo doženete jenom v určitém směru. Můžete se stát dobrým pianistou určitého hudebního stylu, ale už nebudete moct konkurovat špičkovým pianistům, kteří budou hrát Beethovena, Chopina. Kdysi se na Pražském hradě představoval nový klavír, byli tam mladí kluci, pianisti, kterým bylo 14, 15 let, a ten jeden se ptal druhého: V kolika jsi začínal? V pěti... Až v pěti? Já začal ve čtyřech... Jak se to vše profesionalizuje a jak s tím jde ruku v ruce komerce. Třeba kdyby při soutěži, jako byl Závod míru, bylo by horko, závodníci se domluvili a šli se všichni vykoupat. Prý to tak kdysi bylo. Po tom

se mi stýská. Ve vrcholovém sportu už asi není tolik radosti. A myslím, že cyklistika je jeden ze sportů, který je dnes úplně zdevastovaný.“

Kdo měl a má na vás v životě vliv?

„Rodina, ve které vyrostete. To je základ. V dětských letech je člověk jako houba a hrozně snadno a ochotně nasaje, co se děje kolem něj. A když ty věci fungují, máte tendenci je přijmout za své, protože vidíte, že je to dobré. Měl jsem to štěstí, že jsem vyrůstal v rodině, která byla v tomto směru výjimečná. Jak si dospělí vážili jeden druhého, jak se k sobě chovali. Ten princip osobní oběti, jenž byl vidět třeba u mých prarodičů, kteří sloužili rodině bez nároků na cokoliv. Když si vzpomenu na svůj život a podívám se, kde jsem byl všude na dovolené, vzpomenu si na prarodiče, kteří nebyli nikde. Můj dědeček se dostal do ciziny jenom ve válce, to si prošel celou Evropou, ale pak už nikdy. A moje babička vůbec. Pracovali pro rodinu, pro děti, pro vnoučata, aniž by si cokoliv nárokovali. To bylo obdivuhodné. A když v takovém



FOTO SPORT: BARBORA REICHOVÁ





Ve hvězdné společnosti na golfu. Zleva hokejista Martin Straka, kamarád z filmové branže Jiří Bartoška a ruská tenistka Anna Kurniková.

FOTO SPORT: PAVEL MAZÁČ

NAGANO S BARTOŠKOU

Je-li sport projevem souladu těla a ducha, tak tělesná stránka u něho rozhodně nepřevažuje. Ale rád sport sleduje, prožívá, má ho pod kůží, náruživě mu fandí. Rád vzpomíná na moment, kdy probíhalo finále Nagana a hrál se od šesti ráno proti Rusku. Potřeboval ten zápas s někým sdílet, ale jeho žena je údajně úplně imunní vůči sportu. Takže si tehdy pustil onen slavný zápas a vedle něho spala jeho žena. Nedovedl se smířit s tím, že když jde o finále olympijských her, někdo při tom spí! To pro něho bylo přímo depresivní. Pak si vzpomněl, že o dvě patra pod ním bydlí Jiří Bartoška. Zavola mu, jestli se dívá, a taky že jo. Neváhal, oblékl si župan a šel za ním, protože sám nemohl vydržet ty nervy. Tak vzpomíná, jak s Bartoškou sledovali v županech nejslavnější zápas české hokejové historie, zatímco jeho žena spala v klidu o dvě patra výš. Má sport prostě v duši, i když k němu nemá předurčené tělo.

prostředí vyrostete, pak se tomu sám snažíte přiblížit. A většinou jsou takové vzory dost těžko dostižitelné.“

V čem byli nedostižitelní rodiče?

„Pracovitost mého otce, tomu jsem se nikdy ani nepřiblížil. Táta byl taková ta válečná generace a to, že vůbec přežil koncentrák, bral jako závazek. Že když už mu bylo dopřáno přežít, tak že je třeba odevzdat vše, co můžete. Pro něj povalování se byla kategorie hříchu. To považoval za nemravné. Ale třeba já s povalováním nemám žádný problém. Částečně jsem mu to záviděl. Ono s tou tvorbou je to podobné, jako když chodíte do posilovny. Když to opakujete pořád, tak si vybudujete invenční svalstvo a mentální práce vám jde snáz. Když to flákáte, jednou za čas si k tomu sednete a myslíte si, že něco stvoříte, tak to ne. Ovšem někdy se to i stane. Někdy se Pánu Bohu zamane a řekne si, já si vyberu tady toho lempla a nechám ho napsat nejlepší píseň. A ty,

Františku, co u toho sedíš každý den, ty musíš počkat, anebo vůbec nikdy. V tom žádná spravedlnost není. Ale táta, když si k tomu sedl, tak napsal vřdycky. Nepamatuji si, když vstal od piana, že by něco neudělal. Pro něj by to bylo selhání. Takže to vás ovlivňuje, když v tom vyrůstáte. A určitá forma komunikace, jak spolu dospělí mluví, jak se snaží být slušní jeden k druhému, respektovat se. Já, když jsem šel třeba navštívit svoje spolužáky, jsem si připadal jako v akčním filmu. Byl jsem absolutně nepřipravený na to, že by dialog v rodině mohl vypadat takovým dramatickým způsobem.“

Když půjdu do současnosti, kdo vám může mluvit do života?

„Moje žena. A činí tak. Je to předmětem mnoha našich sporů, protože máme velmi rozdílné názory. A moje žena je, na rozdíl ode mě, velmi temperamentní. Vyrůstala v rodině, kde střety byly na denním pořádku. Umí to výborně.

„JSOU VÝJIMEČNÉ CHVÍLE, A V TOM JE GOLF PĚKNÝ, ŽE VÁM ZA SEZONU UŠTĚDŘÍ DVA NEBO TŘI DNY, KDY SE VÁM DAŘÍ. NO, A ZBYTEK JE OBROVSKÁ KUPA PONÍŽENÍ.“

Mně to moc nešlo, ale naučil jsem se to. Už jsem se v tomto směru trochu vylepšil. Jsem schopen se hádat docela kvalitně. Dál určitě moje maminka, která ještě pořád žije a kterou nikdy moc neberu na lehkou váhu, protože má velmi často pravdu. Jistě taky moji bráchové. Pokud jde o hudební stránku, tak jsou to kluci z kapely, to беру vždycky vážně, už jenom proto, že spolu hrajeme a člověk také chce, aby kapela byla v pohodě. Víte, když tam nosíte svoje písně a cítíte, že to někdo hraje nerad, že si myslí, že je to hrozně blbá píseň, ale že ji tedy musí přežít, tak tato představa je pro mě dost těžko snesitelná. Takže kapela mě ovlivňuje. Rád si poslechnu všechny rozumné lidi okolo. Určitě se ovlivňujeme navzájem s televizním štábem, s Honzou Hojtašem, s nímž děláme Plovárny. To jsou velmi užitečné diskuse nad výběrem lidí, jak by to mělo vypadat, co je dobré a co ne. A když se vám podaří najít někoho, s kým jste naladěni na stejnou frekvenci, tak to je poklad. Smějeme se s ním stejným vtipům a stejné věci nám i vadí. A mám pocit, že pro takovou práci musíte někoho podobného

najít. A když ho nenajdete, máte velkou potíž.“

Čím si vás člověk může naklonit?

„Humorem. Když potkám vtipného člověka, tak je mi v té společnosti dobře. A potom dobrými mravy.“

Dočetl jsem se, že humor je pro vás reflexem na bídu tohoto světa. Kterou bídu máte na mysli?

„Vždy jsem si myslel, že jsme humor dostali od Pána Boha, abychom mohli přežít. Hrozně to pomůže. A setkávám se s tím pořád, protože je to mnohdy to, co nám umožnilo přežít. Jsme malý národ, vždycky jsme byli v područí někoho a budeme i nadále. To je naivní představa, že budeme úplně nezávislí. Takže měli jsme Rakousko-Uhersko, pak jsme měli Němce, pak Rusy, a teď Brusel. Brusel je z toho nejlepší, já jsem s tím, při všech výhradách, docela spokojený. Ale humor je tím, čím člověk reaguje na věci, které nemůže změnit. A v té krystalické podobě jsem se s tím setkal, když jsem chodil za Markétou na ARO. Zní to bizarně, ale my jsme se tam docela nasmáli. To byly očistné momenty. Hrozná doba... Protože Markéta byla napojená na všechny

ty přístroje, které si můžete vůbec představit. Ale přesto byly chvíle, kdy jsme se od srdce smáli. To bylo, jako když vás někdo polije živou vodou.“

Přestože ta situace byla velmi těžká.

„Právě proto. Když z vás někdo tu tíhu sejme, protože se můžete zasmát. To je očistné.“

Kdysi jste prohlásil, že se chcete v životě trefit do svého individuálního údělu. Trefil jste se?

„Já to klepu na dřevo, ale zatím je mi dobře. Mně přijde, že když jdete proti tomu, co byste měl v životě dělat, tak vám není dobře. Dlouho jsem například nechápal, co to je život ve lži. Dnes vím, že to začíná u malých lží. Víte, že byste to dělat neměl, ale přesto to uděláte a někde to ve vás navěky zůstane. Jako kdyby to byl červotoč, který vám vlezl do charakteru a začne to loupat. Každý z nás to dělá, ale jde o to, jak moc a jak často. Určitě stojí za to se snažit to nedělat. Žít v pravdě. A to je strašně těžké. Nemyslím si, že bych to uměl, ale určitě se o to snažím. Když se mě někdo ptá, jak se mám, říkám, že nezaslouženě dobře. A přijde mi, že to přesně vystihuje, jak se cítím. Pak vidím spoustu lidí, kteří mají hrozná trápení. A také to musí nějak zpracovat a zvládnout. Nechápu, jak to dělají, ale zvládnou to. Čili jsou dva faktory, které zásadně ovlivňují můj život, rodina a práce. Když se v obou složkách cítíte dobře, máte pocit, že snad jste se do toho údělu trefil.“

Je to sice složité, ale určitá pravidla se mají v životě dodržovat. Je to pro vás, jako věřícího člověka, desatero?

„Určitě. Desatero je geniální věc. Návod, jak to tu přežít v deseti bodech. A zjistíte, že problémy nebo situace, které vidíte na televizní obrazovce, jsou příkladem toho, co nastane při porušení některého z těch bodů. Čímž nechci říct, že je snadné se toho držet. To by musel být člověk svatý, aby podle toho dokázal žít. To nesvedu. Ale alespoň víte, o co se máte snažit. Nejste ve vzduchoprázdnu, ale je to lapidární návod, kterým se dá řídit. Sice to každou chvíli zvoráte, ale je to ohromná věc.“

Vnímáte současný virový útok jako boží trest?

„Vůbec ne. Myslím si, že za tyto věci není Pán Bůh zodpovědný. S Pánem Bohem nemůžete dělat obchody. To není tak, že řeknete, já budu tady hodný a ty mi za to něco obstaráš, že budu třeba zdravý. Takhle to nefunguje. Pán Bůh →



S Ivanem Lendlem si notoval na golfu i v pořadu Na Plovárně

není strůjcem těchto věcí. Také tomu tedy houby rozumím, ale nevidím Boha, který si říká, že už mi ti lidé jdou na nervy, já jim tam pošlu koronavirus. Pochybují, že by Pán Bůh, který tady všechno stvořil, takto přemýšlel. Třeba si vezměte, že spousta pacholků prožije krásné spokojené životy. A zemřou nakonec pokojně v posteli. A když se podíváte na životopisy svatých, tak to je hrůza. To byste řekl, že je to strašný nevděk. Myslím si, že máme svobodu v rámci přírodních zákonů a toto k tomu patří. Ale člověk tomu samozřejmě nerozumí a pochopit se to nedá. Nechápu, když se podívám na celý vesmír, proč se s tím dělal.“

Takže koronavír?

„Třeba nám to jako lidstvu k něčemu poslouží. Budeme s rodinou, budeme se věnovat dětem, nebudeme tolik jíst. Určitě to k něčemu bude dobré. Jsem přesvědčený, že bude spousta rodin, které zachrání svoje životy díky karanténě. To tak může být.“

Kde jsou pro vás jako věřícího hranice mezi vírou a náboženstvím?

„Nevím, já jsem o tom takhle nikdy nepřemýšlel. Musíme brát v potaz, že církev je složena z lidí a lidé jsou chybující. Přesto, že je to svatá církev, tak je složena z lidí, kteří svatí nejsou. To není problém Pána Boha. Není to jeho chyba. Já bych měl potížit s tím, kdybych otevřel Písmo a našel bych tam něco, s čím absolutně nesouhlasím. To by mi vadilo. Ale to tam nenacházím. Ovšem v církvi je spousta takových věcí. My můžeme být paradoxně šťastni, že komunismus u nás jedné věci prospěl, totiž že zbavil církev majetku a výhod. Takže když někdo šel do semináře, věděl, že mu z toho nic hmotného neplyne. Musel to být člověk, který byl stoprocentně přesvědčený, že je to ten hlas, který ho tam vede. Církev nesmí mít moc. Já si myslím, že moc se s církví nepotkává. Kdyby měla církev moc, tak všichni ve sněmovně by byli preláti, kardinálové, biskupové. Všichni by měli sultanu. Jenom díky tomu, že tu moc nemá, tak nepřitahuje lidi, kteří po moci touží. Takže církev beru jako společenství lidí, kterých je třeba.“

Jste pokládán za jednoho z nejlepších moderátorů. Kdy jste poznal svůj talent?

„Já vám nevím. Ono to šlo tak postupně. V podstatě to začalo tak, že když jsme hráli s kapelou, tak tam byla spousta hluchého prostoru a někdo to



FOTO: HERBERT SLAVÍK/ČOV

musel vyplnit. A kluci říkali: Hele, říkej něco. Tak jsem musel něco říkat. A občas se stalo, že nějaká situace publikum pobavila. A pak se to začalo stávat součástí našeho vystoupení, přesto že nás to moc netěšilo. A jednou jsem si řekl, že nebudu vůbec mluvit nebo jenom minimálně. A moc dobré to nebylo, ztratilo to atmosféru. Lidé chtějí kontakt. Takže to beru spíše jako divadelní představení. Nic z toho, co říkám na koncertech, nevzniklo doma. Vzniká to ze situací, že někdo něco dělá, a vy k tomu musíte něco poznamenat. A občas se stane, že se treftíte a lidi to baví.“

Takže to vzniklo jako součást hudební produkce?

„Takové byly počátky. Ale ten přelom, ten hudební zvrat byl, když mně Ota Štajf s Ivo Paukertem nabídli první roč-

ní moderování TýTý. A tento večer mi úplně změnil kariéru. Protože to byla jiná doba. Nebyla Nova, nebyla Prima. Byl první a druhý program. Nebyly žádné ceny – Thálie, Lvi. Pouze Slavík, asi Sportovec roku. A byla tzv. Rolnička a místo ní byl nástupce TýTý. To byl top večer na úrovni českých Oscarů. Kdo tam chyběl, jako by nebyl. Cítil jsem, že to je životní příležitost, která se už nebude opakovat. A naštěstí to fungovalo. Bylo to pro mě nezapomenutelné. Protože poprvé zjistíte, že to funguje i jinde než na koncertech. Že věci, které vám připadají zábavné, tak může vnímat i někdo jiný. To bylo příjemné zjištění. A vše ostatní se od tohoto večera. Myslím si, že kdyby k němu nedošlo, nebyla by Anežka, a samozřejmě, nebyly by Plovárny.“

Máte účinnou látku proti nervozitě při moderování?

„V podstatě jedinou: když mám pocit, že jsem přípravě dal všechno, co jsem mohl. To mi pomáhá. Pak si můžete říct, Pane Bože, dělal jsem, co jsem mohl, ne- nech mě v tom. Když do toho jdete s po- citem dluhu, že jste se tomu měl věnovat více, to je blbé. To už jste nervózní, pro- tože vám na krku sedí pocit viny. A to nic dobrého nepřinese.“

Moderoval jste poprvé Trenéra roku.

Co teď víte nového o světě trenérů a sportu?

„Vždycky je zajímavé setkání s těmi lid- mi. Problém je, že je poměrně povrchní, protože se vidíte chvíli na jevišti a váš protějšek není také úplně v pohodě. Jsou to lidé, kteří nejsou zvyklí chodit na je- viště, a já sám také nejsem úplně v klidu, takže kdybychom spolu seděli u kafe, do- zvěděl bych se toho více. Ale publikum, kde sedí trenéři, je přece jenom přípra- venější. Jsou to lidé, kteří jsou zvyklí více uvažovat o sobě, o svém okolí. Musí být asi trošku psychologové, jinak by to ne- mohli dělat. A musí být také empatičtí. A empatické publikum je dobré publi-

2014

Před šesti lety natočili
Bratři Ebenové své poslední album
Čas holin.

kum. Když máte diváky, kteří jsou za- hledění do sebe a řeknou si, bav mě, to moc dobré není. Takže to byla zajímavá skvadra lidí. Musím říct, že jsem dělal pár sportovních akcí a nikdy to nebylo nic jednoduchého. Kupříkladu Fotbalista roku – to nebyla snadná záležitost. Trenér roku byl vstřícnější večer.“

Mluvil jste na pódiu i o možnosti využití kouče v umělecké branži, nemohl byste to trochu rozvést?

„My kouče vlastně nemáme. V umění je manažer. A ten je závislý na příjmech umělce. Jak vysoko ho dostane, tak vyso- ké budou jeho příjmy. A většinou je zvyklý chválit, chválit, a ještě jednou chválit. Kdežto trenér musí vytýkat a řekne napří- klad: Co to tam děláš? Jak to hraješ? Kdy- by se takto choval manažer v umělecké branži, asi by tam moc dlouho nevydržel.“

Ale zdravé to není, protože i umělec by občas potřeboval slyšet, úplně stejně jako sportovec: Jak to hraješ? Anebo, a v tom by bylo umění toho kouče, to říct třeba nějak vlídněji.“

Jako bývalý trenér národáku vím, že na této úrovni už také nemůžete na hráče moc křičet, jsou to partneři.

„To chápu, určitě to je podobné.“

Jaký vzkaz pošlete českým trenérům?

„Vzkázal bych jim, aby měli svěřence rádi. Pokud je budou mít rádi, tak to ne- zvorají. I ty nepříjemné věci se dají říct konstruktivně, když máte člověka rád. Můžete ho nasměrovat, zvednout, poká- rat. To všechno můžete, ale musí za tím být určitá náklonnost k tomu, koho tré- nujete. A asi částečně i držet na uzdě svoje ego. Tak, jak by to měl mít režisér. Myslím, že i trenér se s tím také musí umět vypořádat. A mít rád lidi. Když je bude mít rád, budou ho mít rádi i oni. A udělá dobré klima v šatně. Bude mít respekt. Ono se to velmi často považuje za druh slabosti, ale není. Řvát na lidi, kteří vám jdou na nervy, je snadné. Ale najít si něco, kvůli čemu je budete mít rád, to má pro mě váhu.“ □

INZERCE



EXTRALIGA

2020

www.baseball.cz
extraliga.baseball.cz
[#baseballczech](https://twitter.com/baseballczech)



Arrows Ostrava



Hroši Brno



Draci Brno



Eagles Praha



Kotlářka Praha



Olympia Blansko



SaBat Praha



Technika Brno



Tempo Praha



Třebíč Nuclears



□ PŘÍBĚH

Odmala ho naplňoval fotbal. V Psárech sousedil Jan Kozel se současným trenérem Baníku Ostrava. Příbuzní s Lubošem Kozlem nejsou, ale od dětství mu říká strejdo. Nakoukl do ligové Dukly, ale soutěžní utkání si za ni nezahrál, nastupoval za divizní Aritmu nebo třetiligové Jirny. Před rokem moc nechybělo a fotbalové prostředí by opustil. Ale poznal studium i fotbal v Anglii a získal titul bakaláře v oboru trenérství na FTVS UK. Návštěva konference Mosty a přítomnost šéfa akademie Southampton FC ho nasměrovala opět k fotbalu a zpět na britské ostrovy. V Southamptonu studuje na univerzitě a v Portsmouth FC je trenérem v akademii a vypomáhá prvnímu týmu.

TEXT: JIŘÍ NIKODÝM



Živit se fotbalem v Anglii? Jde to!

Asi jako každý kluk si myslel, že by z něho mohl být fotbalista. Postupem času ale začal, i díky prostředí, v němž vyrůstal, chápat, že kariéra nemusí vyjít a je dobré být připravený na normální život mimo sport.

Zaměřil se na učení a vedle fotbalu studoval Fakultu tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy v Praze, z níž si hodně cení debat s legendárním hokejovým trenérem Lud'kem Bukačem, který ovlivnil jeho kariéru, osobní život a pohled na svět. Díky němu započala cesta, kterou dále rozvíjely osobnosti v čele s Michalem Ježdíkem, Michalem Bardou, Marianem Jelínkem, Vernerem Ličkou, Mariem Buzkem a Kenem Wayem.

Během studia dostal šanci strávit rok ve Velké Británii. Pobyt na University of Central Lancashire v Prestonu měl pro Jana Kozla přínos hned z několika důvodů. Zlepšil si angličtinu, mohl hrát profesionálně fotbal a také poznal prostředí anglického fotbalu, což se už brzy ukázalo jako souhrn mimořádně důležitých faktorů.

„Byla to skvělá zkušenost. Každému bych doporučil a také přál, aby měl příležitost, jakou jsem dostal já. Kromě studia jsem nejprve trénoval a hrál za rezervu známého klubu Preston North End, přes který jsem se pak dostal do AFC Fylde, týmu National League. To je pátá liga a současně stále ještě profesionální soutěž,“ vysvětluje Kozel. „Kvůli tahanicím s mou registrací, pojištěním a také zranění jsem nakonec nastupoval jen k přípravným a přátelským utkáním. Bohužel jsem přišel o tažení FA Cupem a o finále ligového play off ve Wembley. To jsem měl dlouho v hlavě. I tak jsem ale viděl, jak funguje v Anglii profesionální klub, jaká je jeho struktura, řízení a organizace. Velice mě ovlivnil manažer klubu Dave Challinor, který nevedl klub, ale velkou

JAN KOZEL

Profese: fotbalový trenér

Narozen: 15. 6. 1996

Hráčská kariéra: FK Rapid Psáry, FK Junior Vestec, SK Slavia Praha, FK Dukla Praha, SK Aritma Praha, Preston North End FC, AFC Fylde, SK Viktorie Jirny, Solent FC

Studium: FTVS UK (ukončení bakalářského studia), Solent University Southampton (MSc. Sport Science and Coaching, High Performance Academy Programme)

Trenér: držitel licence UEFA B a kandidát UEFA A, Portsmouth FC Academy (tým U11, U14, asistent U18/U21)

firmu. V tomto směru byl klub na úrovni naší první ligy. Několik měsíců ve Fylde mne posunulo ve všech ohledech.“

V létě 2018 byl zpátky doma. Poctivě studoval a hledal si angažmá, které by ladilo se školou. Hrál za Jirny, ale už přemýšlel, jak dál. Zdálo se, že kvůli bankrotu klubu a mononukleóze dá fotbalu vale, jenže na prosincové konferenci Mosty se všechno změnilo. Tehdy ovšem netušil, že setkání s Mattem Halem, šéfem uznávané akademie týmu Southampton FC z Premier League, nasměruje jeho život zpět do Anglie.

Životní zlom

„Přemýšlel jsem v té době, co budu dělat, až dokončím bakalářskou část studia. Neměl jsem v tom vůbec jasno. Potkala mě dlouhodobá a nepříjemná nemoc, poznával jsem svět bez fotbalu a věnoval se věcem, které přinesly mnoho ovlivnění a inspirace. Mimo jiné jsem jezdil tramvají číslo 17 do bazénu v Podolí, kde jsem pracoval jako plavčík, nebo jako obchodník u hodiněk Elton PRIM. Začal jsem se zajímat o umění. V tom mě velmi ovlivnilo setkání s Osamu Okamura, děkanem Fakulty umění a architektury Technické univerzity v Liberci,“ vypráví Kozel. „Na Mostech jsem se dal do řeči

s Mattem Halem. Po skončení jeho skvělé přednášky jsme se dostali do diskuze a na popud pánů Ježdíka a Bardy jsem s ním a Kenem Wayem strávil více času při zajímavé debatě. Dal mi najevo, ať zkusím štěstí dostat se jako trenér do akademie v Southamptonu. Nevěřil jsem, že bych měl šanci. Ale zkusil jsem to,“ upozorňuje na velký životní zlom.

Akademie Southamptonu patří mezi vyhlášená místa pro výchovu talentovaných fotbalistů. Opírá se o systém hodnot a pravidla, jimiž se všichni v klubu řídí. A nejen to, oni je všichni žijí. „Jel jsem do Southamptonu, chtěl jsem to za každou cenu zkusit a poznat, na co mám. Vydal jsem se naplno za nečekanou příležitostí. Úspěšně jsem prošel prvním kolem. K práci v akademii jsem se sice nakonec nedostal, ale Matt Hale i všichni ostatní mě nezatratili. Krátkou zkušenost jsem zužitkoval. Otevřela se mi příležitost studovat v Southamptonu na Solent University, kde jsem získal stipendium na obor MSc. Sport Science and Performance Coaching,“ říká Kozel. „Spolu se mnou tady studují i britští elitní sportovci z různých sportů. Mými spolužáky jsou atleti, gymnasti, plavci, jachtaři, basketbalisté nebo hráči kriketu. Řekli mi, že jsem pro ně zajímavý svým příběhem, věkem a tím, že přináším pro britský sport jiný pohled z pro ně neznámého prostředí, že impulzy ode mě pro ně mohou být podnětné a inspirativní. Líbí se mi, že jsou všichni otevření, sdílejí informace a zkušenosti, a totéž se čeká i od těch druhých. Jsem z toho nadšený a velice si vážím toho, že mohu na Solent University studovat. Získávám nové podněty, impulzy, informace a dostávám se do zajímavých debat, které mě posouvají v mém studiu trenérství, po lidské stránce a zásadním způsobem ovlivňují můj pohled na prostředí sportu i mimo něj.“

V Portsmouth FC začal jako trenér u kategorie U11 a již v prosinci loňského roku se posunul jako hlavní trenér k týmu U14. Zároveň se jako asistent pohybuje také u osmnáctky a nakukuje v trénincích u A-týmu, kde pomáhá hlavnímu kouči Kennymu Jackettovi nebo bývalému anglickému reprezentantovi Stuartu Pearceovi. Ten se ho při prvním setkání ptal, jestli není za školou a že mu tu omluvenku nepodepíše...

Třidvacetiletý Kozel věk nebere jako nevýhodu, ale jako velkou výzvu: „K malým klukům U11 mě po příchodu do klubu dali záměrně. Jako cizinec jsem dostal velkou výzvu, jelikož jsem musel vše popsat a předvést tak, aby to hráči v tomto věku pochopili. Přesun do U14 znamenal poměrně velký skok a v U18 a u A-týmu už jednáte často s reprezentanty. Člověk mění přístup, vedení i komunikaci. V kategorii U14 se rozhoduje, kdo z akademie dostane pětileté stipendium, které by mělo směřovat k profesionálnímu fotbalu. Tam se láme fotbalový život každého kluka v Portsmouthu. Buď půjde do akademie, kde o něj bude kompletně postaráno a má šanci na profesionální fotbal, nebo v klubu skončí a čeká ho těžká cesta přes amatérský fotbal. Proto je právě kategorie U14 tak důležitá pro klub, který dělá těžká rozhodnutí, i pro fotbalisty a jejich rodiče, jejichž životy právě tato rozhodnutí ovlivňují.“

na hřišti řešení a uměl se správně a rychle rozhodovat. Důležité je, jaký přínos má sport pro život mladého člověka. Zajímá nás přístup kluka k fotbalu. Chceme, aby se u nás cítil šťastný a spokojený a aby mu fotbal dal něco do života. Všichni víme, že těch, kteří se dostanou na úroveň, kdy se budou moci fotbalem úspěšně živit, není mnoho. A proto chceme naše hráče prostřednictvím fotbalu dobře připravit na život s fotbalem i bez něho. Moje cesta pro ně slouží jako ukázkový příklad a tuto cestu jsem měl možnost prezentovat i v jiných akademiích, které mají Aston Villa, Reading či Fulham, kde se o tom, že v Portsmouthu působí mladý trenér a zároveň cizinec, dozvěděli.“

Mluv o své cestě

Správná a častá komunikace se všemi, kdo se podílejí na rozvoji hráče, patří ke stěžejním aspektům tréninkového procesu. Trenéři, hráči, rodiče a vedení akademie mají všichni společný zájem.

„Máme pravidelná hodnocení s každým hráčem a jeho rodiči. Tato sezení jsou pro mě obrovskou školou psychologie a komunikace. Portsmouth je tvrdé přístavní město, paradoxně nacházející se v bohaté oblasti na jihu Anglie, kde žijí velice hrdí lidé a většina jich pracuje v různých profesích v přístavu. Toto město bylo velice zasažené

„JESTLI HRÁČ UMÍ KLIČKU DOLEVA LÉPE NEŽ TEN DRUHÝ, NENÍ PODSTATNÉ. CHCEME, ABY HLEDAL NA HŘIŠTI ŘEŠENÍ A UMĚL SE SPRÁVNĚ A RYCHLE ROZHODOVAT.“

V Portsmouthu není v tréninku důležité, jaké kdo má dovednosti. Neřeší se zasekávačka, klička, hlavičkování a jiné fotbalové záležitosti, to se pokládá za samozřejmost. V popředí je vašeň, nasazení, snaha. Nad tím vším je klub a jeho kultura. Nikdo v klubu není víc než klub sám.

„Tréninkový proces a vůbec fungování trenérů směrem k hráčům vychází z kultury klubu, hodnot, které klub vyznává a také je žije. Nejsou to body, které by byly vypsané na papírové kartičce. Je to celý soubor hodnot a zásad, na jejichž základě vychováváme naše fotbalisty. Na prvním místě je osobnost člověka. Od toho se odrážíme. Jestli hráč umí kličku doleva lépe než ten druhý, není podstatné. Chceme, aby hledal

v bojích ve 2. světové válce, což zanechalo na lidech své stopy. Nikdo tady nikdy nedostal nic zadarmo, všechno si každý musel vydřít. Často jdou rodiče na naši schůzku rovnou z práce. Vidím u tatínků mozoly na rukou, jednomu jsem například podával šroubovák, který mu vypadl z kapsy. Není pro mě snadné s rodiči správně komunikovat. Poznávám, jaké mají tito lidé hodnoty, co je pro ně v životě podstatné. A podle toho se s nimi snažím mluvit,“ popisuje Kozel další nové zkušenosti.

Kolem sebe má skvělé mentory, manažera akademie Marka Kellyho a šéfa vzdělávání trenérů Seana O'Driscolla, který byl prvním, s kým se setkal první den, a to již na nádraží, kde ho vyvedl.



Od toho dne se rozvinul velmi silný profesní a osobní vztah.

Kelly reprezentoval Irsko a kariéru spojil s Portsmouthem. Byl dokonce označován jako nový George Best. V době, kdy měl jít do Manchesteru United, ukončilo mu cestu na vrchol ve 22 letech těžké zranění kolena. O'Driscoll byl zase například koučem Bournemouthu, Bristolu City nebo asistentem Brendana Rodgerse v slavném Liverpoolu. Vedl také anglickou reprezentaci devatenáctku, za níž hráli třeba Joe Gomez nebo Dele Alli.

„Mark Kelly i Sean O'Driscoll se mnou hodně komunikují a cítím se jako jejich dítě. Však mi taky říkají son, synu. Nikdy nezapomenu na jedno sezení s Markem u něho v kanceláři. Zeptal se mě, jaká byla moje cesta. U každého z nás je pro klub důležité, aby uměl mluvit o své cestě. Vyprávěl jsem mu, kudy vedly moje kroky až do Portsmouthu, popisoval jsem svá složitá období i momenty, kdy jsem musel dělat náročná rozhodnutí. On se pak se mnou podělil o svou cestu. Naše povídání mi otevřelo spoustu nových



FOTO: ARCHIV JANA KOZLA

Strhující životní příběh dovedl 23letého Jana Kozla mezi špičkové profesionály ve fotbalové Anglii, přes Southampton do Portsmouthu. Kde bude trénovat dále?

dveří a vystavělo přede mě další otázky. Celé tehdejší setkání bylo nesmírně emocionálně silné a zanechalo ve mně výraznou stopu, třeba tím, že skončilo v slzách a vzájemném objetí,“ ohlíží se za výjimečným okamžikem český pracant.

Štěstí na lidi

Jako naprosto zásadní pro to, aby se posouval, vidí Kozel přístup svých výrazně zkušenějších kolegů a vedení akademie. „Sean O’Driscoll je ve své roli hlavního trenéra akademie jakýmsi koučem všech trenérů. Velice často slyším od něj i Marka Kellyho otázky a výzvy k debatě ve smyslu, proč něco dělám, jak to dělám, jaký v dané věci vidím smysl, proč si myslím, že je to správně nebo naopak špatně. Přistupují ke mně stejně jako můj vlastní otec. Ptají se mě, jak bych se zachoval v určitých situacích, jaká bych volil řeše-

ní. To se týká fotbalu, ale i osobního života a rozvoje. Vzdělávám se a nové věci se dozvídám právě díky těmto otázkám, diskuzím. Chtějí, abych měl na věci názor a věděl, co a proč dělám, uvažoval a přemýšlel o nich. Hodně mě takový způsob poznávání obohacuje. Máte možnost si na všechno sáhnout, vyzkoušet si různé postupy a sám poznat, co funguje a kudy naopak vedou slepé uličky.“

Jan Kozel využil možnosti, které mu nabídly studium a fotbal. Nikde není psáno, že by podruhé něco podobného vyšlo, ať už jemu, nebo komukoli druhému. „Neříkám, že tohle je způsob, kterým se může vydat kdokoli, a vyjde to. Příběhy Jamieho Vardyho nebo Juliana Nagelsmanna jsou také výjimky potvrzující pravidlo. Měl jsem štěstí na lidi, které jsem potkal ve správný okamžik a kteří mě takzvaně adoptovali. Ke všem, s kým jsem měl možnost mluvit,

jsem projevoval respekt. Na druhou stranu jsem se ale neostýchal s nimi bavit, ptát se a být slyšet. Snažím se být otevřený, stejně jako všichni kolem mě jsou vstřícní a otevření směrem ke mně. Nikdo mi nedává najevo, že jsem mladý a z cizí země, i když jsem podle nich výjimkou. Naopak, i oni se mě ptají na různé věci a názory, protože je prostě a jednoduše zajímaví,“ vysvětluje Kozel. „Bylo to pro mě na začátku nové. Ovšem pak jsem pochopil, že ani největší osobnosti a zkušení lidé nemají potřebu se nad nikoho povyšovat nebo ho sražet, ale berou vás jako partnera. Vždyť jsem vedl například své družstvo proti Chelsea, kterou trénuje Ashley Cole. V tak konkurenčním prostředí musíte každý den dokazovat a přesvědčovat, že jste tam správně a že tam někdo neroste náhodou, jako dříví v lese. Nesmírně si cením vstupu do této show a rozhodně v ní chci pokračovat.“ □

INZERCE



HRDÝ PARTNER
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU
2001 - 2024



KAŽDÉ ZLATO
MÁ SVŮJ PŘÍBĚH

18+ POUZE PRO STARŠÍ 18 LET
www.napivosrozumem.cz



NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA

Česko
žije
sport

Jaroslav Špaček



N
S
A

Ing. Michal Jurek



N
S
A

Milan Meliška

STÁT a sport

Ztrácíme význam slov a jedno z těch, které používáme až přespříliš často, je krize. Krizí bylo původně označováno vyvrcholení starořeckého dramatu, po němž následovala peripetie a katarze – rozuzlení a očista. Bez očisty by krize v dramatu nedávala žádný smysl. Současnou situaci nazýváme krizí jistě po právu, herci v dramatu jsme my sami. A stejně tak doufáme, že pro naši společnost skončí očistou. Podobně se můžeme podívat i na roli státu ve sportu, protože sport v době koronaviru je v největší krizi své historie.

TEXT: MICHAL BARDA



Pár stranických funkcionářů v Číně považovalo v lednu 2020 za politicky nepopulární, aby narušili tradiční svátky čínského Nového roku nějakým omezením cestování, i když je lékaři upozorňovali na nebezpečí epidemie nového viru. Když už to na konci ledna v Číně byl průšvih obřích rozměrů a virus se šířil v Evropě, prohlásila jedna studovaná svačinářka ve funkci hlavního hygienika a náměstka ministra zdravotnictví, že pro masivní rozšíření nového viru nejsou v Evropě podmínky.

O šest týdnů později už tu bylo deset tisíc mrtvých a počet exponenciálně stoupal. Když všichni experti požadovali, aby funkci hlavního hygienika zastával lékař s patřičnou kvalifikací, prohlásila ta dobrá osoba, že z funkce neodstoupí, protože požadavek odborných lékařských společností považuje za anachronismus.

Národní sportovní agentura vznikla k 1. 8. 2019 jako instituce, která převzala od 1. 1. 2020 od Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy kompetence v oblasti státní politiky ve sportu. Ještě nám pořád neřekla, co všechno je právě ten

jsi nula. Odměny ke mně, práce k tobě. Pochvaly ke mně, průšvihy k tobě. Sluníčko ke mně, bouřka a blesky k tobě. Když se něco stane, nikdo za nic nemůže. Současná situace nás může učit, jak důležité je poslouchat kompetentní odborníky, a ne mediální pseudocelebrity.

Umíte si představit kouče, který před rozhodujícím utkáním opustí svůj tým a vyrazí na dovolenou? Že vám to připadá nesmyslné? To šéfka jedné státní zdravotní instituce odletěla po vyhlášení stavu nouze na dovolenou na Kubu. Měla, holka, štěstí, hned druhý den se zavíraly hranice. Tak snad si moc nespálila záda, na Kubě totiž měly být v březnu třicítka. Bylo by zbytečné dotýcnou být v nejmenším kritizovat, vždyť sama dala nejlépe najevo, co si o přínosu své přítomnosti v době krize myslí.

Koncepce znamená početí

Ztrácíme význam slov. Původní význam slova koncepce znamená početí, oplodnění, teprve potom v přeneseném významu pojetí, představu či vedoucí ideu. Zdálo by se našemu selskému ro-

„NEPOSLOUCHÁME ODBORNÍKY A VZDĚLANCE, PROTOŽE JEJICH HLAS JE PRO NÁS TAK NEPOHODLNÝ. A KDYŽ JSOU SLYŠET MOC, RADĚJI SE JICH ZBAVÍME.“

její sport: jsou to i novorozenci s vývojovými poruchami, je to parta vesnických dětí na louce, školáci a studenti, sportovci ve sportovních klubech, reprezentanti s plackou na krku na všech televizních obrazovkách? Jsou to i hobíci v lese v zapráskaných teniskách? Ví to vůbec někdo?

Krise odbornosti, krise odpovědnosti

Ztrácíme význam slov a zaměňujeme známou tvář za odbornost, slávu za kvalifikaci a přítomnost v médiích za kompetenci. Žijeme knihu Betty MacDonalové Kdokoliv může dělat cokoliv - dnes, teď a online, v reflektorech sociálních sítí. Neposloucháme odborníky a vzdělance, protože jejich hlas je pro nás tak nepohodlný. Neposloucháme je, a když jsou slyšet moc, raději se jich zbavíme.

Žijeme digitálně, samé jedničky a nuly, a to i ve státní správě: já jsem jednička, ty

zumu jaksi samozřejmě, že koncepce je v jádru každého lidského usilování.

Umíte si představit architektonické studio, které by rok co rok vedl někdo jiný? Jak by asi dodržovalo nějakou základní filozofii či koncepční linku, jak by neustálé změny vysvětlovalo zákazníkům? Nechal byste si od nich postavit dům?

Koupili byste si auto od automobilky, která patnáct let rok co rok mění svého ředitele či šéfkonstruktéra? Jak by firma vůbec mohla existovat a přežít? Opravdu byste jí důvěřovali, nebo byste od ní čekali spíš nějaký podezřelý samohyb jak z písničky od Honzy Vyčítala?

Možná vám takové úvahy přijdou nesmyslné a směšné. Ale jen do té doby, než si uvědomíte, že v čele českého Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy se za posledních čtrnáct let vystřídal čtrnáct ministrů. Mistr světa a (ne)ministr Milan Hnilička je tak v čele Národní



Předseda Národní sportovní agentury Milan Hnilička, premiér Andrej Babiš a Miroslav Jansta, šéf České unie sportu

sportovní agentury za posledních čtrnáct let patnáctým v řadě. Zřejmě slušnej oděl, no...

Ve svém spise Opera didactica omnia napsal génius Jan Ámos Komenský: „Posláním naší Didaktiky od začátku do konce budiž hledati a nalézati způsob, který by umožnil, aby učitelé méně učili, žáci se však více naučili, aby ve školách neměl místo křik, pocit oškřivosti, vědomí marné práce, ale tím více aby tam bylo klidu, potěšení a spolehlivého prospěchu.“

Je to čtení inspirativní a dojemné až k pláči. O více než 350 let později konstatuje zpráva z mezinárodní studie TIMSS 2015, která zkoumala úroveň školství po celém světě, že české děti a učitele nebaví škola nejméně ze všech zemí OECD. To, že do školy chodí nerady, uvedlo v dotazníku 32 procent dětí ze 4. tříd. Ještě v roce 2007 a 2011 jich bylo 28 procent. V páté třídě je to ale už více než 40 procent dětí. Jinak řečeno: čím delší



FOTO SPORT: MICHAL BERÁNEK

hrnu přesáhnou kapacitu národního hospodářství dvakrát až třikrát; přitom se zapřísahají, že za méně stříbra své pašalíky před zhroucením zachránit nedokážou. Finanční velkovezír se začne veřejně svíjet, jako by byl bičován, a začne k sobě jednotlivé vezíry zvat na soukromé audience. Tam, za zavřenými dveřmi, vznikají teprve ty pravé politické handly a aliance. Na konci jednání se účastníci povinně představí médiím a snaží se usmívat v naději, že jejich dohody nikdy neprosáknou na světlo.

A pokud ještě trocha zbyla, hodí se do parlamentu na takzvané porcování medvěda. Tam se jednotliví poslanci servalí, aby co největší kus kořisti přitáhli do své jeskyně a všem doma ukázali, jak na ně v parlamentu myslí. Někteří porcování medvěda pokládali za nezákonné, komunista Filip ho kdysi naopak označil za projev suverenity parlamentu. Nakonec jsou všichni tak nějak spokojeni, ale kdyby taková jednání probíhala v jiných než parlamentních kulisách, pamatoval by na ně trestní zákoník často dvojcifernou sazbou. A navíc je to pro sport úplně špatně.

Správný pohled totiž není, kolik si kdo může urvat a kolik sport stát stojí, ale kolik správně nastavený a řízený sport může státu ušetřit a přinést. Pohyb a sport mají tak dalekosáhlé dopady do vývoje každého člověka, na jeho potenciál i budoucí uplatnění ve společnosti, že podpora sportu i čerpání jeho benefitů musí být multidisciplinární. A multidisciplinární musí být i struktura, na které sport stojí. Stejně jako se na kvalitní armádě podílejí nejen vojáci, ale i vědci, lékaři, technici, kuchaři i psychologové.

Sport tak nemá být v gesci odtržené agentury, ale v moderním státě má být centrálním tématem parlamentu, premiéra a politiky státu. Ještě jednou: v moderním státě má být sport centrálním tématem parlamentu, premiéra a politiky státu. Pro jistotu ještě jednou: v moderním státě má být sport centrálním tématem parlamentu, premiéra a politiky státu. Alespoň do doby, než začne jeho nastavení a ukotvení ve společnosti dobře fungovat. →

26

Tolik spolupracovníků si vybral do Národní rady pro sport předseda Národní sportovní agentury Milan Hnilička. Jsou mezi nimi mj. Pavel Nedvěd, Jaromír Jágr, Jan Železný, Barbora Špotáková, Radek Štěpánek či Kateřina Neumannová.

zkušenost děti se školou mají, tím méně je baví. Hmmm...

Zhůvěřilost bazaru a porcování medvěda

Pokud se současný premiér v posledních letech ke sportu vyjadřuje, pak zpravidla v tom duchu, jak se sport má dobře, protože rok od roku dostává z rozpočtu více peněz. Nějaký sport provozuje každý třetí Čech a každý hlas se tak do voleb hodí.

Každoroční tance okolo sestavování státního rozpočtu přitom nepostrádají poetiku orientálního bazaru z Pohádek tisíce a jedné noci. Jednotliví ministři předloží své návrhy, které ve svém sou-

INZERCE

**T-MOBILE
OLYMPIJSKÝ
BĚH**



**START
17/06/2020
PO CELÉ ČR**



OFICIÁLNÍ PARTNER
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU
2013 - 2020

WWW.OLYMPIJSKYBEH.CZ

Zdraví národa

Přiznejme si to natvrdo: nezdravě a příliš jíme a málo se hýbáme. Máme milion diabetiků, počet neustále stoupá. S nedostatkem pohybu souvisí i řada nesmírně vážných komplikací diabetu, jako jsou obezita, vysoký krevní tlak, riziko mozkové příhody, kardiovaskulární choroby či chronické onemocnění ledvin.

Léčba diabetu a jeho komplikací nás stojí každý rok více než třicet miliard, velkou část z toho bychom neměli, kdybychom se víc hýbali. Mnoha studiemi je prokázáno, že například trénink síly pomáhá diabetu předcházet, zvyšuje metabolismus i pevnost kostí, snižuje krevní tlak i hladinu lipidů, zlepšuje fyzické a duševní zdraví.

Kdyby náš zdravotní systém měl zájem ne draze léčit nemocné, ale za mnohem méně peněz držet populaci zdravou, musel by do pohybu, sportu a správného životního stylu nasměrovat mnohem větší investice. Musel by také nastavit rozumnou míru spoluúčasti pacientů, aby se lidem vyplatilo zůstat zdravý.

Pak by ale mnohem méně vydělávaly

mínku i pro učení matematiky a dalších teoretických oborů.

Americká studie (Grissmer, Grimm, Aiyer, Murrah a Steele) z roku 2010 prokázala, že pětileté děti s vyvinutou jemnou motorikou mají lepší výsledky ve čtení a matematice než jejich vrstevníci. Výzkum dětí s poruchami učení na University of Groningen v roce 2014 zase ukázal, že nácvik dovedností s míčem má pozitivní vliv na poznávání a schopnost řešení problémů.

A v neposlední řadě je sport tím nejúčinnějším nástrojem inkluze – kam se hrabou zástěny a školní asistenti. Moderní věda už dávno ví, že rozdělení lidské osobnosti na mysl, tělo a ducha, jak ho kdysi v osvětlení v dobré víře zavedl Jean-Jacques Rousseau, bylo sice líbivé, leč nepravdivé a často přímo škodlivé.

Pracovní síla

Zdravá a vzdělaná pracovní síla vytváří bohatství státu. Podle analýzy Asociace malých a středních podniků a živnostníků (AMSP ČR) byli v roce 2015 zaměstnanci v pracovní neschopnosti šestnáctkrát častěji než podnikatelé a živnostníci. Souvisí to s legislativou i s tím, že člověk,

a spoléháme na to, že nás v případě nouze ochrání někdo jiný. Opravdu? Jak může být taková naděje ošidná, ukázaly poslední koronavirové týdny. Proklamovaná evropská solidarita, budovaná posledních sedmdesát let přes Společenství uhlí a oceli a Evropské hospodářské společenství až po Evropskou unii, se zhroutila během dvou týdnů, kdy jednotlivým státům chyběly roušky a dezinfekce.

Pozor: to vše v situaci, kdy se z pohledu bezpečnosti ve střední Evropě vůbec nic nedělo! Nedržíme na našich hranicích desetitisíce migrantů, žádný spojenec nebourá otěčkem naše hraniční ploty, nemáme žádné přímé nepřátele. Přesto musí armáda i policie snižovat vstupní testy fyzické připravenosti, protože by jinak dostatek nováčků prostě nenabraly. Fakt si myslíme, že je sport zbytný a nesportovat je moudré?

Peripetie – nejsme v tom sami

Není divu, že sport, který dlouhá léta i v názvu ministerstva stál až na posledním místě, chtěl samostatnost. Dlouhodobá vize a koncepce sportu se šéfy, střídajícími se každý rok? Zapomeňte! Modely financování? Systém, kdy spor-

„POKUD NÁRODNÍ SPORTOVNÍ AGENTURA DOKÁŽE JENOM TO, ŽE ROZDÁ PENÍZE SVAZŮM VČAS, BUDE TO UŽ SAMO O SOBĚ VELKÝ POČIN. NEBUDE TO ALE STAČIT.“

medicínské a farmaceutické firmy, které pro svůj zisk naopak co nejvíc pacientů potřebují. Celkové výdaje na zdravotní péči činí totiž v ČR téměř 400 miliard ročně. Vydat na sport jen pět procent této částky a přitom deset procent zdravotních nákladů ušetřit, byl by to pořádný balík peněz pro všechny.

Vzdělanost národa

Dlouhodobá švédská studie z roku 2009 na 1,2 (!) milionu 18letých branců ročníků 1950 až 1976 ukázala jasnou souvislost mezi fyzickou kondicí branců a výsledky jejich IQ testů. Nejvýraznější korelace byla mezi vytrvalostí, logickým myšlením a porozuměním informacím. Mladíci, kteří mezi 15. až 18. rokem zlepšili svou kondici, zlepšili zároveň i své kognitivní schopnosti. Všechny tyto efekty souvisí s lepším zásobováním mozku kyslíkem. Tělesnou výchovu tak švédští vědci považují za základ a pod-

který vnímá a přijímá osobní zodpovědnost za výsledky své práce, má tendenci marodit méně. A ve sportu je vztah mezi prací a výsledkem nemilosrdně přímočarý, na draze se výsledek okecat ani vymarodit nedá.

Pravidelný trénink dokáže zpomalovat stárnutí a udržet funkčnost organismu i do vyššího věku. Kromě úspor na přímé zdravotní péči to znamená i úspory na nemocenské a důchodech. Nemoci svalové a kosterní soustavy byly v roce 2017 v ČR druhou nejčastější příčinou pracovní neschopnosti. Na celkovém počtu prostonaných dnů se podílely téměř třetinou, s bolestmi zad a svalů jsme prostonali 21 milionů dnů. Představte si, kdyby pravidelný pohyb a sport ušetřily jen deset procent této nemocnosti...

Bezpečnost státu

Již léta neplníme bezpečnostní závazky vůči našim vojenským spojencům

tovní svazy dostávaly od ministerstva peníze na celý kalendářní rok až v říjnu, aby je do prosince stačily všechny utratit, vykázat a nepřišly tak o ně, nutil svazy buď zemřít, nebo lhát a podvádět! Jakou cestu si asi tak volení sportovní funkcionáři měli vybrat? Takže pokud Národní sportovní agentura dokáže jenom to, že rozdává peníze svazům včas, bude to už samo o sobě velký počín.

Nebude to ale stačit.

Na přelomu tisíciletí se Kanaďané zlobili, že jejich sportovci vozí ze světových akcí málo medailí. Kanadští ministři na všech úrovních formulovali společnou strategii a přijali program, v němž se zavázali zvýšit kvalitu, provázanost a dostupnost sportu. V roce 2005 ustavili odbornou komisi, která dostala za úkol celý projekt uvést v život. Tak vznikl kanadský Sport pro život, jehož součástí je i koncepce Dlouhodobý rozvoj sportovce (LTAD – Long Term Athlete Deve-

POSLEDNÍ MINISTŘI ŠKOLSTVÍ, MLÁDEŽE A TĚLOVÝCHOVY

13. 12. 2017-?	Robert PLAGA	
21. 6. 2017-13. 12. 2017	Stanislav ŠTECH	
17. 6. 2015-21. 6. 2017	Kateřina VALACHOVÁ	
5. 6. 2015-17. 6. 2015	Michaela MARKSOVÁ	
29. 1. 2014-5. 6. 2015	Marcel CHLÁDEK	
10. 7. 2013-29. 1. 2014	Dalibor ŠTYS	
2. 5. 2012-10. 7. 2013	Petr FIALA	
13. 7. 2010-31. 3. 2012	Josef DOBEŠ	
8. 5. 2009-13. 7. 2010	Miroslava KOPICOVÁ	
4. 12. 2007-8. 5. 2009	Ondřej LIŠKA	
4. 10. 2007-4. 12. 2007	Martin BURSÍK	
9. 1. 2007-3. 10. 2007	Dana KUČTOVÁ	
4. 9. 2006-8. 1. 2007	Miroslava KOPICOVÁ	
15. 7. 2002-4. 9. 2006	Petra BUZKOVÁ	

lopment). Projekt definoval ideový základ pro všechny oblasti sportu, od péče o zdraví a dítě, přes rozvoj pohybové vzdělanosti, rekreační a masový sport, vzdělávání, až po vrcholový sport i sport seniorů.

Původní idea přerostla v celonárodní závazný koncepční rámec, který dnes musí respektovat každý sportovní projekt i samospráva v Kanadě, od místní až po teritoriální a federální úroveň. Neznamená to centralizaci sportu: společný je koncepční rámec, lokální realizace je pak na jednotlivých municipalitách a svazech. Vláda tak nevydává jediný dolar, aniž by věděla, že jde správným směrem. Program byl tak úspěšný, že ho okopíroval téměř celý anglosaský svět, v Kanadě běží do roku 2022 již jeho druhá etapa a připravuje se třetí.

Protože i Švýcarsko chce dál vozit medaile z olympiád, paralympiád i mistrovství světa a Evropy, rozhodlo se podmínky pro provozování sportu v zemi průběžně podporovat. Na parlamentní úrovni se pravidelně schází zástupci veřejných i soukromých institucí, aby jednali o konkrétních společných krocích a pomoci.

Řeší se pojištění, administrativa i zvýšení hranice pro odpočet DPH pro kluby, vedené dobrovolníky. Vznikl katalog sportovních zařízení národního významu a stát přispívá nejen na vznik infrastruktury, ale i na její opravy a provoz. Sportovní zařízení tak jsou k dispozici sportovcům v oddílech, ale i dětem, školám a komunám pro jejich koncerty, výstavy a další spolkové využití.

Opět funguje celostátní, kantonální i lokální spolupráce. Již 24. března nabídla švýcarská vláda sportu koronavirovou pomoc ve výši 100 milionů švýcarských franků: 50 milionů státem garantovaných bezúročných půjček pro profesionální sport a záchranný fond nevratných 50 milionů pro sport masový. Cílem je udržet infrastrukturu, sportovní provoz i zaměstnanost, do opatření patří i kurzarbeit pro profesionální hráče a trenéry. Těch 100 milionů franků je v přepočtu skoro 2,5 miliardy korun (pravda, v trochu jiné kupní síle), Švý- →

FOTO: PROFIMEDIA.CZ

INZERCE

TOYOTA

CZECH TEAM

GENERÁLNÍ PARTNER
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU

CHCETE JEZDIT JAKO TÝM I VY?

PROACE VERSO
PROSPORT

Více na www.autoproport.cz.



Již léta neplníme bezpečnostní závazky vůči našim vojenským spojencům a spoléháme na to, že nás v případě nouze ochrání někdo jiný. Opravdu?



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

carů je o čtvrtinu méně než nás a klubů mají jen polovinu.

Žijeme v propojeném světě, kde není třeba vynalézat kolo v každé vesnici či státě znovu. Opakované využití úspěšných řešení je běžným přístupem firem i vlád – je to vlastně učení. Každý moderní mobilní telefon má v sobě dnes nálož umělé inteligence, o jaké se vědcům před pár lety ani nesnilo. Problémem tak není nedostatek technologií či neznalost řešení, ale ješitnost a nedostatek disciplíny těch, kteří by vyzkoušené a funkční řešení měli přijmout a realizovat.

To platí stejně pro Toronto i pro poslední senegalskou vesnici. I pro Česko.

Zdroje jsou, ale nejsou lidi

Již v roce 2012 firma KPMG spočítala, že roční přínos sportu do státního rozpočtu je přes 52 miliard korun, více než 40 procent nákladů na sportování přitom nesou rodiny samy. Stát se ale pořád tváří, že sportu dává něco ze svého.

Představa, že samotné peníze bez odborníků, koncepce a strukturálních opatření přinesou efekt, je navíc lichá. I současná koronavirová krize nám říká,

400

Téměř tolik miliard korun ročně činí celkové výdaje na zdravotní péči v České republice.

že pokud by systém zkolaboval, nebylo by to kvůli nedostatku lůžek či ventilátorů, ale kvůli nedostatku kvalifikovaného personálu.

Jedna stará manažerská moudrost říká: „First class people hire first class people, second class people hire third class people!“ Česky to znamená, že ti nejlepší si k sobě vybírají zase jen ty nejlepší, ti průměrní si k sobě ale vybírají jen podprůměrné.

Když se vydáme do horních pater českého sportu, narazíme stále ještě na spoustu pitoreskních osobností z dob kožených kabátů a zlatých řetězů, bratříčkování a vazeb k (nejen) lokálním politikům. I z absolventů, kteří opouš-

tějí sportovně zaměřené vysoké školy, jich velká část prchá s čerstvým titulem jinam.

Stát totiž ve sportu žádnou lákavou perspektivu nenabízí a vydat budoucnost všanc dobrovolným bafuňářům je příliš nejisté. Ti nejlepší tak odcházejí pryč, zatímco jiné státy dokážou vytvořit pracovní místa pro trenéry, manažery i sportovní vědce. Dají jim vzdělání, peníze i perspektivu a chtějí za to od nich - světe, div se - koncepci a výsledky. Jak prosté, milý Watsone!

Krize jako šance

Italský fotbalový trenér Cesare Prandelli k současné krizi řekl: „Teď musíme všichni něco málo obětovat v zájmu vyššího dobra. Možná se nám příroda snaží naznačit, že žijeme příliš rychle a měli bychom se nad sebou zamyslet.“

Ve stejné době si španělské feministky v čele s manželkou socialistického premiéra na 8. března prosadily oslavy MDŽ, na kterých nesly transparenty, že sexismus zabíjí víc než koronavirus. Lékaři varovali, že je to nezodpovědný risk, ale i ve Španělsku rozhodují politici a od-

borníci nebyli vyslyšeni. Jsme krásné a jsme feministky, skandovaly účastnice demonstrací, jichž se po celém Španělsku sešlo na šest milionů. O dva týdny později stálo Španělsko na pokraji humanitární katastrofy a situace bude ještě mnohem, mnohem horší.

Jakkoliv je současná koronavirová epidemie strašlivá a i v Česku už má své mrtvé, na diabetes a jeho komplikace u nás umírá přibližně 80 pacientů každý den. Velká část těchto úmrtí je přitom úplně zbytečná a způsobujeme si je sami. Jen za tu chvíli, než jste si přečetli tento článek, u nás jeden člověk na cukrovku zemřel. A po něm přijdou další a další, jako minuty a hodiny. Nejsou u toho televizní štáby, nepořádají se tiskové konference ani se netleská na balkonech. Je nám to tak nějak jedno.

Katarze

Takže si to shrňme.

Naše ministerstvo školství potřebuje mládež, která dostatečně sportuje, protože jinak její kognitivní a rozhodovací schopnosti v budoucnosti nebudou stačit na náročnější profese a technologie.

„STÁT VE SPORTU ŽÁDNOU LÁKAVOU PERSPEKTIVU NENABÍZÍ A VYDAT BUDOUCNOST VŠANC DOBROVOLNÝM BAFUŇÁŘŮM JE PŘÍLIŠ NEJISTÉ.“

Ministerstvo obrany a vnitra potřebují fyzicky zdatné rekruty, aby zajistili bezpečnost státu. Ministerstvo zdravotnictví potřebuje zdravější populaci, jinak nebude zdravotní systém schopen nárůst civilizačních chorob zvládnout. Peníze by to byly řádově nižší, než náklady současné koronavirové krize, a vložené investice by se navíc mnohonásobně vrátily zpátky.

Ministerstvo práce a sociálních věcí zase potřebuje zdravou pracovní sílu pro budování bohatého státu.

Ministři financí se už dávno děsí zástupů štátskriplů, kteří si nevydělají ani na daně a z opakované dlouhé nemocenské budou toužebně vyhlížet mizerný invalidní důchod.

Ministerstvo pro místní rozvoj, kraje i obce potřebují funkční a rozumně udržovaná sportoviště, aby mohly obyvatelům pro volný čas nabídnout dostupnou

alternativu k měkkému gauči či pivu na umakartovém stole.

A stát potřebuje pro mládež vzory, kvalitní sportovní výsledky i medaile, protože svět už je dnes takový a sport je v něm to nejlepší a přitom nejlacnější PR.

Pořád ještě si myslíte, že sport má být věcí nějaké v koutě stojící agentury, a ne centrálním tématem pro parlament a premiéra?

Národní sportovní agentura současné bezčasí dozajista vyplní koncepční práci a její komunikací, protože zatím o sobě moc slyšet nedala a jen rozdělovat prachy státu nestačí. Jenže když si na webu zadáte heslo „Národní sportovní agentura + kariéra“, jako první odkaz na jejím webu na vás vyskočí: „Přidejte se k nám! V současnosti se nekonají žádná výběrová řízení.“

Kolik času nám ještě zbývá? □

INZERCE

Podporujeme rozvoj odbornosti.

Česká trenérská akademie ČOV

treneri.olympic.cz



Ledenice mají 2300 obyvatel a leží pár kilometrů od Českých Budějovic. Před dvaceti lety tady vznikl z přírodovědného oddílu softbalový klub Žraloci, dnes mají ve sbírce úspěchů tři tituly z ženské extraligy z posledních tří let a loni v říjnu přidali první extraligový titul i muži. **JAROSLAV KORČÁK** tu začínal, hrál a teď trénuje. Aktuálně je hlavním koučem reprezentace mužů, které právě v Ledenicích čeká v červnu ME. V únoru patřil do realizačního týmu družstva, které jako vůbec první evropský tým získalo bronz na MS juniorů na Novém Zélandu.

TEXT: JIŘÍ NIKODÝM

Vyhrávání je návyk a začíná sebevědomím

Proč jsem se stal trenérem?

„Trénovat jsem začal v sedmnácti a přestal kvůli tomu hrát ve dvaceti. Měl jsem pocit, že klub potřebuje pro budoucí rozvoj víc trenéra než hráče.“

Moje nejsilnější vlastnost?

„Schopnost učit a schopnost učit se, vytrvalost, analytické myšlení.“

Co na mě mělo největší vliv?

„Silný pocit byl, když jsem poprvé jako trenér zpíval v národním dresu českou hymnu. Chtěl jsem, aby to nebylo naposled. V začátcích mě hodně naučil kolega Tomáš Kusý a potom desetiletá spolupráce s trenéry z Argentiny, hlavně Juliem Gamarcim.“

Jakými hodnotami se řídím jako kouč?

„Chci, aby hráči měli neustálou snahu učit se novým dovednostem. Snažím se v nich probudit lásku k našemu sportu a udržovat ji. Dbám na otevřenou komunikaci mezi hráči i realizačním týmem. Na závěr – vyhrávání je návyk a začíná sebevědomím.“

Nejlepší rada, kterou jsem kdy dostal?

„Na tréninku i v životě dělej všechno tak, jak si myslíš, že je to správné. Ne tak, jak ti to zrovna teď vyhovuje.“

• • •

Moje nejtěžší rozhodnutí?

„To jsou vždy ta, která se v osobní rovině dotýkají hráčů. Nominace na velké akce jsou asi nejlepším příkladem.“

Co se mi opravdu povedlo?

„Program reprezentace juniorů, který jsme s Dušanem Šnellym nastartovali na podzim 2014, zvládli ho udržet a letos v únoru vyhráli historicky jako první Evropané medaile na MS (U18 bronz).“

Kdy jsem měl pocit, že jsem měl zápas pod vlastní kontrolou?

„V poslední době asi zápas o bronz na MS juniorů. Cítil jsem, že nemůžeme prohrát, že nás nemají čím překvapit. Obecně se držím toho, že hráči musí převážně kontrolovat svůj vlastní výkon a soustředit se na sebe, ne na soupeře nebo rozhodčí. Když to zvládneme, máme zápas pod kontrolou.“

Co dělám, když cítím, že za mnou družstvo nestojí?

„Dávám větší prostor komunikaci. Ať už společné, nebo individuální. Problémy se mají řešit důsledně a hned.“

Do jaké míry rozlišuju v přístupu mezi starým a mladým hráčem?

„V kondiční přípravě nad zkušenějšími hráči oko přimhouřím, v softbalové specifických trénincích rozdíl nedělám. Naopak vyšší nároky na starší hráče

mám ve věcech mimo hřiště – být lídrem, vzorem, v komunikaci ven.“

• • •

Stává se mi někdy, že si vůbec nevím rady?

„Trenér, který miluje svůj sport a neustále o něm přemýšlí, má vždy představu, kudy jít dál. Spíš bych řekl, že jde o neustálý boj s vlastními pochybnostmi.“

Můj trenérský rituál?

„Žádné stálé. Občas se na velkých turnajích nějaké organicky objeví.“

Potřebuje trenér víc vzdělání, nebo životní rozhled?

„Jedno bez druhého nemůže fungovat. Já si myslím, že hodně trenérů opomíjí osobní osobnostní rozvoj. Snažím se přečíst tímto směrem alespoň 20 knížek ročně. Životní moudrost snad ještě časem přijde.“

Čím se trenérsky vzdělávám nebo inspiřuji?

„Pravidelné hovory s kolegy ze zahraničí, čtu knihy a scházím se s trenéry z jiných sportů. Prozkoumávám mindfulness meditace. Studuji cizí jazyky, na podzim se chci pustit do japonštiny. Japonci patří mezi elitní týmy a komunikace na hřišti vlastním jazykem, kterému ostatní nerozumí, je velkou zbraní, což chceme využít pro sebe.“



JAROSLAV KORČÁK

Narozen: 15. 5. 1987

Hráčská kariéra: Žraloci Ledenice (do 2007)

Trenérská kariéra: Žraloci Ledenice (2004-?), nyní trenér mužů, vítěz extraligy mužů (2019), reprezentační týmy ČR (od roku 2011 v nejrůznějších trenérských rolích u juniorských i seniorských týmů)

Největší úspěchy: 4x na MS mužů, 4x mistr Evropy mužů, v letech 2017 a 2018 hlavní trenér juniorů, člen realizačního týmu juniorů U18 na MS 2020 (bronz), nyní hlavní trenér národního týmu mužů

Věřím na vyšší síly, nebo zásadně především sobě?

„Věřím v první řadě sobě. S tématem vyšších sil se seznamuji a prozkoumávám jej.“

U čeho si nejlíp odpočíváš?

„Výlety do hor a přírody, golf, Netflix.“

• • •

V čem byla největší síla reprezentačního týmu juniorů na nedávném MS, kde získal první českou medaili a já byl koučem obrany?

„Odpálili jsme nejvíc homerunů na šampionátu a měli jsme nejlepšího nadhazovače turnaje. Klíčové bylo i sebevědomí, a to jsme v těžkých okamžicích měli na své straně. Na zápas

o bronz jsme byli lépe připraveni takticky než soupeři z Argentiny.“

Jak jsme pracovali s hráči, aby se nezalekli soupeřů ze silných softbalových zemí?

„Roli sehrála dlouhodobost programu, minulé výsledky a vědomí, že do elity již patříme. To se upevnilo po panamerickém turnaji v Guatemale tři měsíce před MS, kde jsme zvítězili. Během MS probíhaly každodenní mítinky s hráči i realizačním týmem. Drželi jsme otevřenou komunikaci a problémy a nejistoty jsme řešili ihned. Turnaj jsme zvládli jako tým, kde se nikdo neuzavřel do vlastní ulity, ale staral se i o to, aby spoluhráč či spolutrenér byl připraven.“

Jakým způsobem se dál mohou mladí hráči zlepšovat a posouvat ve svých kariérách?

„Vytrvat v intenzivním tréninkovém nasazení. Tento základ nesmí chybět. Pak to jsou dvě věci – předvádět kvalitní výkony v extralize mužů a zahraniční angažmá v USA. Nabídky určitě budou, o české hráče začíná být ve světě zájem.“

Jak je možné, že moje Ledenice, malá obec na jihu Čech, se z nuly dostala až na úplnou špičku českého softbalu?

„V první řadě jsme měli obrovské štěstí na lidi – hráče, trenéry i rodiče, kteří se do softbalu zamilovali. Později to byla důslednost v tréninku jednotlivých dovedností a neustálá snaha se zlepšovat. Klíčovou roli vždy hrála a hraje i nyní podpora obce. Mládež se snažíme vychovávat tak, že její vrchol má být v dospělých. V dětských týmech netlačíme na výsledky, ale na úroveň dovedností, soutěživost, a aby děti na softbal chodily rády.“

Co je dnes v softbalu klíčovým aspektem hry?

„Vyhrávání v softbalu bude vždy relativně k nadhazovačům. To je nejdůležitějším aspektem, a protože na svůj trénink nadhazovač teoreticky nikoho dalšího nepotřebuje, může vyrůst kdekoliv. A pak je to odpalování, kde nejdůležitější dovednosti jsou rychlost odpalu a poté časování. Samozřejmě roli hraje mnoho dalších faktorů, které v různých okamžicích nabývají na důležitosti. Na nejvyšší světové úrovni v dospělých hraje klíčovou roli taktika na pálce. To musíme v Česku začít učit již od žáků.“ □

ZDENĚK HANÍK

místopředseda ČOV, zakladatel Unie profesionálních trenérů, volejbalový trenér



„Talent je potenciál. Jeho zdroje jsou vlastnosti, schopnosti a postoje člověka.

Vlastnosti nemůže trenér měnit. Může ovlivňovat to ostatní, jak schopnosti, tak hlavně to podceňované: POSTOJE, tedy vztah člověka k něčemu, například k tréninku nebo ke sportu. Já na otázku, co pro mě znamená talent, však zpravidla odpovídám jednoslovně: POSEDLOST. To je postoj, který stavím na první místo. Ledecká nebo Jágr jsou výjimeční právě proto, že jsou posedlí. Posedlí svou činností, a proto jí věnují v myšlenkách, představách, pocitech i v tréninku podstatně více času než všichni ostatní.“



TEXT: MICHAL JEŽDÍK



FRANCESCO CUZZOLIN

profesor na univerzitě v Udine, Performance Manager TVB-Treviso Basketball, konzultant výzkumného oddělení společnosti Technogym, prezident Evropské asociace kondičních trenérů



„Je mi líto, pravděpodobně s někým nebudu souhlasit, ale pro mě jako trenéra talent neexistuje. Někteří sportovci mohou mít víc předpokladů k rozvoji, avšak dovednosti nemají souvislost s vaší DNA, dovednost pramení z vášně, pracovní etiky a potěšení z toho, že sám sebe víc a víc tlačíte. Trenéři mají velkou a zároveň báječnou zodpovědnost v tom, že mohou zapálit oheň vytvářející tuto oddanost.“

Co pro vás znamená talent?

KEN WAY

britský sportovní psycholog spolupracující s týmy i sportovci



„Nejčastěji se slovo talent používá k popisu jednotlivců předvádějících výkony, které jsou

považovány za mnohem více než průměrné. Obecně se předpokládá, že někteří lidé mají pro svůj sport přirozený talent, jako by to bylo v jejich DNA, zatímco většina se musí spokojit s průměrností (nebo ještě bolestněji nebyt talentovaný!). Naštěstí existuje mnoho vědců, kteří pokračují v pionýrské práci profesorky Carol Dweckové a rozvíjejí koncept myšlení růstu, což znamená, že každý má šanci stát se talentovaným tak dlouho, jak se za něj považuje. Ve sportu nás to přivádí do sfér, které zahrnují termíny jako motivace, závazek, věk, a dokonce i sebedůvěra.

Takové proměnné (a další) mohou vážně ovlivnit myšlenku hodnocení někoho jako talentovaného. Dva mladí hráči mohou mít v určitém věku zcela stejné schopnosti, avšak jeden může mít více sebejistoty nebo motivace rozvíjet svou hru, a proto je brzy hodnocen jako talentovanější. Koncept „fixního nastavení mysli“ versus „myšlení růstu“ má obrovské důsledky pro naši identifikaci talentu.“



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

Mladé hvězdy NHL. Quinn Hughes, 20letý americký obránce z Vancouveru, je v této sezoně nejproduktivnějším nováčkem (53 bodů). O tři roky starší David Pastrňák, kanonýr Bostonu, kraluje střelcům (48 gólů).

PŘEMYSL PANUŠKA

metodik Českého veslařského svazu



„Víte, sportovní talent je úžasná symbióza výrazných osobnostních charakteristik mladého sportovce a jeho vrozených dispozic pro určité sportovní odvětví, pohybové vlohy pro mnoho sportovních aktivit, dobrá míra obratnosti již v útlém dětském věku. Neodmyslitelný je pak význam výchovy a vliv prostředí rodiny, životního stylu a odbornosti v sestavení sportovního programu. Podporujeme rozvoj talentu co nejširším spektrem sportovních činností! Jsem si jistý, že zkušený trenér rozpozná talent, ale tato příležitost je poměrně vzácná. Nejkrásnější lidské vlastnosti - odhodlání a motivovanost, vůle a nadšení dosáhnout limitních možností, pokora i pracovitost - jsou, myslím, zásadní.“

RADIM JEBAVÝ

softball, kondiční trenér reprezentace žen, hlavní kondiční trenér softballových STM, profesor FTVS UK Praha a autor publikací o posilování a sportovním tréninku



„Pro mě talent znamená mít něco navíc oproti ostatním sportovcům. Díky tomuto daru pak vyčnívá v určitých pohybových činnostech nad ostatními. Často jim stačí něco ukázat a oni mají schopnost se rychle danou činností naučit.

Talent si v tréninku zaslouží větší pozornost. Pokud se s ním zachází rozumně, jeho výsledky nám to v dospělosti vrátí. Samozřejmě, že termín talent se používá i v jiných odvětvích než sportovních. Pokud se ovšem s talentem zachází špatně, např. se v mladším věku organismus příliš přetěžuje, tak postupem času se takovýto sportovec zbytečně velmi snadno zničí. Existují ovšem i opačné varianty. Pokud talenti nemají dostatek motivace trénovat víc než ostatní, protože díky pohybovému daru jim stačí být nejlepší i s polovičním úsilím, tak se jim po akceleračním růstu zvýšit tréninkové dávky už nechce, poněvadž to bolí a oni na to nebyli včas připraveni. Existuje tady navíc ještě křehká hranice rozpoznat, kdy se jedná o talent a kdy o ranou specializaci. Nejen v softballu pozorují řadu hráček, které talent mají, ale jsou trenéry v brzkém věku zbytečně jednostranně přetěžovány. Tudiž může být velmi obtížné, aby svůj talent plně rozvinuly až v dospělém věku.“

JITKA FOWLER FRAŇKOVÁ

koncertní klavíristka a pedagožka ve hře na klavír



„Talent je dar, který u lidí přijde bohužel velmi často nazmar. Každý by měl v sobě cítit povinnost ten svůj dar v sobě objevit a následně se mu

s nadšením věnovat. Jen dalším jeho rozvíjením a hýčkáním je člověk opravdu šťasten.“

MICHAL BARDA

házená, trenér brankářů reprezentace Švýcarska, bývalý brankář, trenér, olympionik



„Talent je schopnost najít, vymezit a cíleně a intenzivně rozvíjet tu správnou část potenciálu, který člověk má. Potenciál má každý, ale klíčové aspekty talentu jsou vašeň

objevovat a ochota pracovat. A ty každý nemá!“

MAURIZIO GHERARDINI

basketbal, generální manažer Fenerbahce Istanbul

„Talent znamená přirozenou schopnost, která v kombinaci s kreativitou a odhodláním definuje potenciál a možný úspěch kohokoli, koho nazýváme projekt. Jakmile takový talent objevíme, je naše práce pro jeho rozvoj vytvářet ty nejlepší podmínky.“



JIŘINA NOVÁKOVÁ

zástupkyně ředitele Gymnázia J. K. Tyla v Hradci Králové



„S talentem je to jako s nerostným bohatstvím. Musíte objevit naleziště a potom opatrně, leč promyšleně těžit tak, abyste nenapáchali škody na okolní přírodě. Když se to podaří, země zbohatne. Talent má stejný potenciál. Budeme-li jako společnost investovat do talentu, mnohonásobně se nám to vrátí. Pro mě jakožto pedagoga a rodiče je talent závazek. Měli bychom ho hledat, podporovat a povzbuzovat. Naštěstí si tuhle odpovědnost uvědomuje stále více lidí.“

JAKUB KUDLÁČEK

basketbal, ředitel skautingu klubu Charlotte Hornets v NBA



„Vítejte do nekonečné debaty a hledání té přesné definice slova talent. Kromě toho, že hledání talentu je mojí hlavní náplní každého dne, je i předmětem mnoha sporů a ostrých diskusí, které míváme na našich poradách. Pro mnohé je talent dovednost, tzn. pokud je někdo v něčem dobrý, tak se o něm řekne, že je talentovaný. Pro mě je ovšem to klíčové slovo předpoklad. Moje definice talentu je tedy „vrozený předpoklad pro nějakou činnost“. Samozřejmě talent se skládá z velké mozaiky a predispozice může být fyzická, mentální nebo dovednostní atd., nejlepší je samozřejmě kombinace všech. Pokud si vezmete dva lidi, kteří dejme tomu nikdy nehráli basketbal, začnou trénovat spolu a budou dělat přesně to samé, tak pravděpodobně jednomu z nich to půjde o trochu lépe a bude se novým věcem učit snadněji, půjde mu to přirozeněji a bude ho to stát méně úsilí. O něm bych tedy řekl, že je talentovanější než ten druhý. To ovšem neznamená, že na konci z něj bude lepší basketbalista, protože se dostane do bodu, kde jen talent nestačí a projeví se tvrdá práce, vášně a nadšení, čímž se dá nedostatek vrozených předpokladů vykompenzovat. Každopádně jsem přesvědčen, že když dva lidé budou dělat přesně to samé a budou pracovat stejně tvrdě, ten talentovanější bude vždycky lepší. Pro mě jako „talent scouta“ je frustrující, když vidíte někoho talentovaného, kdo není ochoten na sobě pracovat a svůj dar rozvíjet, častokrát spoléhají právě jen na svůj talent. Došel jsem ale k závěru, že tak je to správně a svět se tím udržuje v rovnováze. Kdyby všichni ti talentovaní měli naprosté odhodlání k tvrdé práci, tak by za 1) nikdo ostatní neměl šanci se prosadit a za 2) třeba v basketbalu by na planetě běhaly stovky nebo až tisíce Michaelů Jordanů a Kobe Bryantů, a to by byla nuda! Přál bych si, aby každý člověk měl příležitost najít a rozvíjet svůj talent, myslím si, že by svět byl šťastnější místo.“

INZERCE

30 1990—2020

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

Jihočeský kraj

ISBHF

AUTOSKLO-H.A.S.™

2020

ISBHF HOKEJBALOVÉ
MASTERS
MISTROVSTVÍ SVĚTA
ČESKÉ BUDĚJOVICE
ČESKÁ REPUBLIKA

17. - 21. 6. 2020

f ceskebudejovice2020 @ hokejbal 📧 cb2020.cz

beko

Hrdý partner hokejbalu
a světového šampionátu

www.beko.cz

WALTER GAGG

prezident Aliance evropských fotbalových trenérských asociací



„Talent pro mě znamená:

1. Být sportovcem podávajícím dobré výkony v mladém věku.
2. Být sportovcem podávajícím konzistentně skvělé výkony na úrovni svého maxima.
3. Opravdový talent musí pracovat více než průměrný sportovec a všichni ostatní, aby dosáhl vyšší výkonnosti.
4. K dosažení a udržení se na vysoké úrovni a na vrcholu výkonnosti musí skutečný talent pracovat víc a efektivněji než kterýkoli jiný sportovec!
5. Skutečný talent musí zůstat POKORNÝ. Udržujte vysokou úroveň pokory!
6. Skutečný talent musí SDÍLET svoje úsilí, svoje osobní vlastnosti a znalosti se svými spoluhráči.
7. Skutečný talent musí ukázat

- a prokázat více radosti a tvrdou práci na trénincích a v zápasech, jako opravdový příklad pro všechny jeho spoluhráče.
8. Skutečný talent MUSÍ být vždy týmový lídr, v dobrých i špatných momentech hry, po vítězství i po porážce.
9. Skutečný talent musí být prvním podporovatelem a asistentem trenéra týmu, ve kterém hraje, MUSÍ být vždycky tím MUŽEM stojícím za svým trenérem!
10. Chování skutečného talentu, mentálně zralého, MUSÍ být vždy opravdovým PŘÍKLADEM pro své spoluhráče, za všech okolností v tréninku a při hře a ve prospěch trenéra!“s

MICHAEL GRIFFIN

baseball, hlavní trenér české reprezentace



„Talent pro mě znamená, že má člověk/ hráč v určité oblasti, například v baseballu, fyzické kvality a nástroje, které mu dávají dobrou šanci v dané oblasti díky svým přirozeným schopnostem uspět.

Například v baseballu hodnotí mnoho skautů hráče v pěti klíčových dovednostech: 1. Rychlost. 2. Rychlost hodu. 3. Schopnost odpálit. 4. Síla odpalu. 5. Obrana. Když chce trenér hodnotit hráče, dívá se na tyto dovednosti a na to, co označujeme jako make-up. Dovednosti vám sice dávají více příležitostí, ale make-up je důležitý, protože o daném hráči nebo člověku vypovídá mnoho věcí. A ty nám ukazují pravděpodobnost, s jakou hráč využije své dovednosti co nejlépe.“

TOMI RASTAS



florbal, šéftrenér elitních kategorií v klubu Erä Viikingit Helsinky

„Tím nejdůležitějším talentem je talent pracovat tvrdě a s vášní. Bez toho talent nic neznamena.“

JAN MÜHLFEIT

bývalý Prezident Microsoft pro Evropu, kouč top manažerů, olympioniků, umělců a autor bestsellerů Pozitivní Leader (Pearson 2016) a Odemykání dětského potenciálu (Albatros (2018)



„Talent je v podstatě genetická informace, kterou dostáváme od předchozích generací, a jelikož geny má každý, tak také talent na něco má každý. Je tedy špatná otázka, zda mám talent, správnou otázkou je, na co mám talent. Talent sám o sobě je však jenom potenciál, který mohu nebo nemusím využít. Pokud se z talentu má stát skutečná dovednost a silná stránka, je potřeba tento talent procvičovat. Jedině díky využívání našeho talentu se budou synapse v naší hlavě rychle propojovat, a pokud tuto činnost budeme dělat hodně často, synapse se do sebe zapouzdří a vytvoří se něco, čemu se říká Myelin. Z naší činnosti se tak stane návyk, takže jsme schopni ji dělat i pod velkou zátěží a jsme schopni ji vykonávat rychle. Hodně lidí často říká „udrž si své talenty, ale hlavně se věnuj tomu, co jsou tvoje slabiny“. Výsledkem toho je skutečnost, že podle společnosti Gallup a jejího průzkumu pouze 14 procent lidí říká, že plně v práci využívá svůj talent a seberealizuje se. Jak já říkám, firmy často ohýbají lidi kolem popisu práce, místo aby ohnuli popis práce kolem lidí a využili tak to nejlepší, co v nich je. Je

dobře se trochu věnovat svým slabinám, ale hlavně bychom měli rozvíjet naše talenty, protože jinak se synapse, které reprezentují talentové činnosti, zase začnou díky neuroplasticitě (schopnost mozku se přetvářet v závislosti na prostředí) rozpojovat a my o tuto dovednost v podstatě přicházíme. Jak talent poznáme? Je to zpravidla činnost, která by nám měla dávat energii. Já často hovořím v souvislosti s talentem o akronymu VIRP:

V = Výsledky (znamená, že v této činnosti máme zpravidla dobré výsledky)
 I = Intuice (talent jsou geny, a proto tuto činnost často vykonáváme intuitivně)
 R = Růst (pokždě, když tuto činnost doděláme, tak se zlepšíme)
 P = Potřeba (jen co tuto činnost doděláme, máme potřebu ji dělat znovu)
 Pokud vám tedy ta či která činnost dává energii a projde testem VIRP, je to s velkou pravděpodobností váš talent. Pokud chcete mít ještě přesnější výsledek, můžete použít talentový test. Já například používám pro lidi z byznysu, sportovce, umělce test společnosti Gallup „Strengthsfinder“, který je obecný, a tudíž použitelný pro všechny profese.“

PHILIP MILLER

prezident Švýcarské asociace fotbalových trenérů



„To je velmi obtížná otázka! Nicméně všechny talenty mají společné to, že podávají skvělé výkony díky svým investicím za zvláště příznivých podmínek.

Klíčovými kritérii jsou sociologické, fyziologické, antropometrické a psychosociální ukazatele.“

MAGNUS HAVELID

svazový trenér Švédské asociace ledního hokeje a hlavní trenér reprezentace U18, s níž vyhrál zlato na MS



„Talent pro mě znamená hráče s výjimečnými technickými a taktickými (s ohledem na hokej) dovednostmi, včetně velké fyzické kapacity. To dává hráči šanci na skvělou kariéru. Avšak ve věku 16 -20 let? Hráč musí v průběhu mnoha let využívat svoji výdrž, vášně a lásku ke sportu po celou dobu na ledě i mimo něj, 7/24. Výsledky pak uvidíte okolo 25. roku věku. Buď si vás pamatují jako talentovaného hráče ve věku 15-16 let, nebo si vás zapamatují jako pracovitého profesionála. Hráče, který se svým talentem něco udělal.“ □

Komplexní software pro trenéry ze všech sportovních odvětví



ORGANIZACE

KOMUNIKACE



ANALÝZA

ON-LINE
TRÉNINKY
SKRZE
MOBILNÍ
APLIKACI



NAŠI PARTNEŘI



Time out. Nás všech



Hodně z nás má v paměti okamžik, kdy jsme v letadle zažili turbulence. Někoho probudil silný náhlý náraz, někdo se musel rychle napřímit a něčeho chytit, nejčastěji opěradla sedadla nebo souseda. Během několika vteřin zazněl z reproduktorů hlas pilota. Co nám řekl? Ujistil nás o nejistotě zapříčiněné turbulencí. Podobné nepohodlí se začalo vkrádat do našich životů na konci ledna. Přicházelo s informacemi z daleké Číny o neznámé nemoci COVID-19.

TEXT: MICHAL JEŽDÍK

Jak to tak bývá, i kvůli vzdálenosti, která naše země dělí, jsme tomu zpočátku nevěnovali pozornost. Větší obavy nás přepadly v průběhu února a definitivně nás doběhly 1. března, kdy byly potvrzeny první tři případy tohoto onemocnění u nás.

Pak to šlo celkem rychle. 11. března přerušena výuka ve školách, 12. března vyhlášen nouzový stav a 16. března karanténa. Mnoho z nás dostalo povolení a doporučení pracovat z domova. Většina vedoucích pracovníků se ptá, jak tuto nejistotu komunikovat interně se svými týmy a externě s klienty. Komunikace tváří v tvář se nedoporučuje.

Velmi špatně dopadl záhy elitní sport. Během několika dní ho téměř zastavila společně nemoc a naše vláda. Nutno říci, že v kontextu situace se jedná o správně vybraný oddechový čas. Jen o něj nepožádal trenér, hráč, ani se nejedná o komerční přestávku. Jak dlouho bude zdravotní time out trvat, nikdo netuší. Virus se nedá odříznout jako mladé výrůstky na stromech.

Ze dne na den je vše jinak. Svět se výrazně zpomalil, ekonomika oslabuje, včetně sportovního průmyslu. Umělci



MICHAL JEŽDÍK

• Vedoucí sportovně metodického úseku České basketbalové federace, člen VV ČOV. Bývalý basketbalový reprezentant, trenér národního mužstva mužů a U20, Sparty, Prostějova, Nymburka. Byl členem realizačního týmu NBA Detroit Pistons v letních ligách. Opakovaně absolvoval Euroleague Basketball Institut. Certifikovaný lektor ČOV.

INZERCE

hledají nové cesty, převážně přes sociální síť, jak zprostředkovat svou produkci příznivcům a současně jim udělat radost a přivést je na jiné myšlenky.

Sport, sportovci a sportovní týmy jsou na tom hůř. Snaží se trénovat individuálně za zavřenými dveřmi, dokud jim to vůbec přijatá opatření umožní. Závodit a hrát utkání bez diváků, bez soupeřů, bez rozhodčích nejde.

Je tady jiná doba, pro všechny. Rodiny tráví víc času doma, rodiče a děti společně. Tolik společného času nemáme ani na dlouhé dovolené. Je to realita, se kterou máme buď velmi malé, nebo žádné zkušenosti. Jsme spolu, většinou na relativně malém prostoru, a do každého dne potřebujeme vmáchnout práci z domova jednoho nebo obou rodičů, být více či méně nápomocni dětem při učení a řešení zadaných úkolů od učitelů. U dětí mladšího školního věku se jedná o několik hodin denně. Uvařit pro celou rodinu, zastat všechny domácí práce, najít si případně čas pro sebe a své záliby, zabývat se o své nejbližší, hlavně prarodiče.

Nezapomeňte také, že na světě nejsou dva stejné mozky, takže věc, která vyhovuje jednomu členu rodiny, nemusí vyhovovat ostatním. A k tomu vnímat a vstřebat všechny informace zvenčí, momentálně spíše negativní. Pro ty, kteří jsou zvyklí pracovat v klidu své kanceláře, učit se ve škole za dohledu učitele, chodit na oběd do školní jídelny nebo s kolegy do restaurace a pak v klidu přijít domů, mohou zmiňovaná rozptýlení znamenat nejen snížení produktivity, ale hlavně narušení psychiky. A vrcholem všeho je myšlenka, že na nás kdekoliv číhá COVID-19.

Položil jsem si otázku, zda jsme na tento čas připraveni a zda jsme se na něj měli šanci připravit.

Příležitost asi byla, ale upřímně, kdo z nás měl myšlenky v době ekonomické konjunktury na to, že přijde nemoc podobná španělské chřipce nebo SARSu? Abychom se lépe adaptovali na novou situaci, nabízíme několik tipů, které by vám mohly usnadnit soužití v této nelehké a pro všechny nezvyklé situaci. →

INSPIRATIVNÍ TRÉNINKY NA DOMA S ČESKOU BASKETBALOVOU FEDERACÍ

f @ @CESKYBASKETBAL

BASKETBALL NEVER STOPS #VRATIMSELEPSI

KAŽDÝ VŠEDNÍ DEN PO DOBU BEZPEČNOSTNÍCH
OPATŘENÍ NA SOCIÁLNÍCH SÍTÍCH
@CESKYBASKETBAL.

ZAPOJTE SE DO VÝZVY A HRAJTE S NÁMI O HODNOTNÉ CENY.



HLAVNÍ PARTNEŘI

PARTNEŘI

GENERÁLNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER

HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNEŘI

MEDIÁLNÍ PARTNEŘI

HOME
CREDIT

Kooperativa
KRAJSKÝ ÚSTŘEDNÍ ÚŘAD

SCOPINA CEZ

CzechRepublic

Okotek

ceps

molten
For the real game

Česká televize

DNES

iDNES.cz

Radiožurnál
Český rozhlas

TVCOM live

BIG
MEDIA

TipSport

HYUNDAI

MONDO

CEP

NIKE

ensana

1. Nastavte si pravidla uvnitř rodiny

Určete si výzvy, které jsou před vámi v tomto období, v tomto týdnu, a rozdělte si je na každý den. Dohodněte se, jak rozložíte čas na práci, na učení se s dětmi, pro sebe, starost o nejbližší, vaření, domácí práce, zábavu a další. Pojmenujte si, co očekáváte jeden od druhého. Kdo a kdy bude mít jakou roli. Využijte a dejte k dispozici své silné stránky. Řekněte, co můžete přidat do těchto pravidel.

2. Zachovejte si rituály

Rituály dávají pocit bezpečí. Neopouštějte je. Okolí přináší pocit předvídatelnosti a všem dávají prostor k soukromí. Pokud jste byli zvyklí ráno běhat nebo chodit cvičit, dávali jste si kávu po obědě, pravidelně jste telefonovali s rodiči, přečetli jste si po příchodu z práce noviny, pokračujte v tom.



3. Vytvořte si doma prostor

Zejména když pracujete z domova a celá rodina je spolu. Tady je místo, kde pracujeme, kde se učíme s dětmi, tady si děti hrají, zde je soukromí táty a mámy, tady je IT a televizní koutek či prostor pro odpočinek. Rozdělte byt nebo dům na relativně malé prostory, které všem umožní se snáze orientovat a rozpoznat, čemu se právě kdo věnuje. Pokud to neuděláte, hrozí, že budete sedět celý den na gauči, odkud budete posílat pracovní e-maily, učit se s dětmi, jíst, odpočívat a postupem času se toto místo může stát i místem pro řešení sporů. V případě, že nemáte tolik pokojů, využijte rohové prostory v místnostech, kolem kterých se tolik nechodí. Když pracujete, nenechte se rušit ostatními činnostmi, snažte se zachovat podobný časový rozvrh jako v kanceláři a nenechte se vtáhnout do další práce jenom proto, že to máte blízko. Snadno se pak dostanete do smyčky, ve které hrozí přepracování a zvyšuje se pravděpodobnost sporu v rodině. Jakmile skončíte práci, běžte do jiné části a užijte si čas strávený s dětmi nebo v kuchyni při vaření.

4. Mějte radost z malých věcí

Dejte si své oblíbené espresso. Zavolejte rodičům nebo svému spoluhráči, přátelům. Na tapetu telefonu si dejte obrázek, který namaloval váš syn za domácí úkol. Konečně si roztřídte fotky. Nebo běžte na dvorek kopat se synem na branku a s dcerou skákat panáka. Dlužíme jim to.



5. Věnujte více času důležitým rozhodnutím

Nejistota způsobuje, že požadujeme více informací. Tudíž mnoho lidí tráví spoustu času hledáním aktuálních zpráv o viru a jeho šíření. Je dobré být informován, ale také víme, že konzumace negativních zpráv způsobuje stres. Osobně vycházím ze třech základních faktorů:

a) Nemoc je reálná a hrozba nakažení také. Určitě mě to zasahuje více než vzdálená hrozba oteplování zeměkoule.

b) Je zde mnoho nejistot kolem šíření viru. Mezi ty největší patří, kolik lidí ho má a jak rychle se rozšiřuje v komunitním prostředí. Tou vůbec největší jsou prezentace čísel. Nejistota zvyšuje pozornost.

c) Nemám kontrolu nad šířením viru, ale mohu být maximálně obezřetný, respektovat názory odborníků a věnovat se prevenci. Do té patří kromě notoricky známých věcí, jako jsou mytí rukou, nepodávání rukou při pozdravu, utlumení sociálních kontaktů, kvalitní odpočinek a spánek, také dobrá fyzická kondice. Hrozba nejistoty vede často k překotným rozhodnutím, jichž můžete v budoucnu litovat. Ať je to například rychlý prodej akcií, nebo třeba přerušování fyzických aktivit, které povede k oslabení organismu. Nejlepší způsob, jak odolat aktivované nejistotě, je zpomalit.



6. Využijte přednosti sociálních médií

Jedním dechem dodávám těch, která neumocňují pocit nejistoty kvůli klamavým informacím z neseřídných zdrojů. Například Skype a FaceTime vám dají lepší pocit spojení s nejbližšími, s kolegy z práce, trenérům se svými sportovci, manažerům se svými trenéry nebo vám s lidmi, o které se staráte. Příkladem za všechny je robotický videotelefon, který využívají v belgických domovech pro seniory.

7. Vyvarujte se ponorkové nemoci

Pokud to vládní nařízení umožní, vystupte co nejčastěji z prostředí, v němž společně trávíte mnoho času. Odejděte ven, na zahradu, na procházku kolem bloku, do lesa, do parku. Výzkumy dokázaly, že trávení času v přírodě snižuje stres.





8. Největší síla je perspektiva

Pojmenujte si, co můžete a co nemůžete ovlivnit. Když to uděláte, je mnohem snazší přijmout to, co není pod vaší kontrolou. Je to stejné jako v jakémkoliv utkání ve sportovních hrách. Využijte toto období pro činnosti, na které jste neměli dříve čas. Je to například ideální příležitost pro trenéry se dále vzdělávat, vytvořit individuální profil každého hráče a sportovce a naplánovat jeho cestu k excelenci, včetně kontrolních mechanismů. Přečtěte si knihy, na které jste neměli čas, zařadte si knihy do knihovny, spojte se s kolegy v zahraničí (většinou na tom budou podobně) a vyměňte si své zkušenosti a náměty do tréninku, uspořádejte si dokumenty v počítači, vyřadte věci, které jste už dávno vyřadit chtěli. Nepromrhejte tento čas.



9. Pobývejte na čerstvém vzduchu

Budete fyzicky a mentálně odolnější. Ideální soupeř pro jakékoliv onemocnění. Se všemi tragickými věcmi, které se dějí ve světě kolem nás v důsledku koronaviru, by se mohlo zdát bláznivé hledat něco příznivého. Přesto zůstat pozitivní, fyzicky a mentálně odolný, to jsou základní složky receptu, jak úspěšně toto období zvládnout.

10. Odpovědnost každého z nás vše začíná a končí

Time out bývá prostor k zamyšlení se a doporučení pro hráče do další části utkání. Sport není pouze elitní cestou vedoucí k excelenci a reprezentaci na vrcholných akcích. Jsou to také školní sport, výkonnostní sport, sport hendikepovaných, sport seniorů. Základem pro všechny složky jsou pohybová gramotnost a zdatnost, základní stavební pilíře pro zdraví národa. To není v kompetenci svazů, klubů, spolků či jiných organizací, je to v kompetenci státu. Protože zdravý národ bude mít odolnou armádu, policii, hasiče, občany, kteří nebudou zatěžovat zdravotní pojišťovny čerpáním nemocenských dávek. Bude mít odolné studenty a seniory a v neposlední řadě i kvalitní sportovce a sportovní týmy, kteří budou konkurenceschopní v mezinárodním prostředí a velmi dobrým marketingem pro stát a jeho vládu. Stejně jako špičkoví vědci, umělci, lékaři, podnikatelé a velké firmy.

Tato situace nám dává příležitost revidovat naše postoje ke zdraví národa, ke sportu, k pohybu a jeho vlivu na rozvoj kognitivních procesů. Můžeme začít třeba u rodiny, která je prvním důležitým článkem pro vytváření prostředí, v němž se děti spontánně pohybují a učí novým věcem.

Trávíme spolu mnohem více času a podmínky a prostředí si s respektem k nařízením vlády určujeme sami. Říká se tomu implicitní učení, které se odehrává bez přítomnosti učitele, trenéra a rodiče, to znamená v prostředí, které mnohem více akceptuje chybování. Děti si věci, které objevily samy a osvojily, ukládají mnohem hlouběji a nesou si je celým svým životem. Kromě toho jsou přirozeně fyzicky zdatné a odolné. Třeba proti podobnému onemocnění, kterému stojíme tváří v tvář právě v těchto dnech.

Využijme omezení jako příležitost s motem: „**Vrátím se lepší.**“

Pevné zdraví a špetku zdravého rozumu k tomu.



Tento dialog navazuje na první díl, v němž jsme se současným děkanem FTK UP Olomouc a předsedou Asociace sportovních psychologů Michalem Šafářem polemizovali o uplatnění sportovního psychologa v reálné praxi a vyjasňovali jsme si, co je vlastně obor psychologie sportovního výkonu. Tentokrát otevřeme Pandořinu skříňku se šťavnatými tématy jako „samozvaní mentální koučové“ nebo „trenér psycholog“.

TEXT: ZDENĚK HANÍK

Neřešte jenom



MICHAL ŠAFÁŘ

- předseda Asociace psychologů sportu
- děkan Fakulty tělesné kultury Univerzity Palackého v Olomouci
- spolupracoval např. s dvojnásobnou wimbledonskou vítězkou Petrou Kvitovou

ZDENĚK HANÍK: „Už víme, kam máme jít za fyzioterapeutem, za výživovým poradcem, máme prostě určité autority v dílčích oborech. A v oblasti psychologie sportu nevíme! Ptám se, jestli jsme tím neposkytli trochu prostor obchodníkům s mentálním tréninkem, kteří nemají potřebnou kompetenci, ale pouze využívají odborného vakua?“

MICHAL ŠAFÁŘ: „Ano, je to částečně i naše chyba, protože existuje poměrně přísná regulace (pětileté magisterské vzdělání v programu psychologie), která nás profesně omezuje, a tím tu vzniká prostor, který nedokážeme vykrýt.“

ZH: „Nemůžeme s tím nic dělat?“

MŠ: „Já se snažím být maximálně tolerantní v tom, jak jsme se bavili posledně o intuitivně velmi schopných trenérech. I mezi mentálními kouči jsou lidé, kteří jsou intuitivně výborní. Linie mezi prospěchem pro sportovní výkon a potenciální škodou, která může být neodborností způsobena, nevede čistě mezi sportovními psychology a mentálními kouči.“

ZH: „A kudy?“

MŠ: „Mezi sportovními psychology dobrými a špatnými a mentálními kouči dobrými a špatnými...“

ZH: „To vakuum obsadí lidé, kteří udělají líbivé prezentace, nabídnou zajímavé téma... Do prezentace nahrají ukázky

z populárních filmů a posluchačům to chutná. No a nevzdělaný trenér neřekne: Stop, co mi to zítřka a pozítří přinese k tréninku? Prostě to zbaští.“

MŠ: „To je přece v trenérské profesi podobné. Charisma prodává. Otázkou je, jestli za vnějším charismatem je vnitřní obsah, hodnota. Někdy je tam bohužel velké prázdno.“

ZH: „To vám dávám za pravdu. Pak je tu ještě jeden problém, že i třeba schopný psycholog jako Ken Way, který působil u mančafu anglické fotbalové ligy, vychází z metod. Sportovní prostředí by asi potřebovalo, aby se postupovalo z dění na hřišti směrem k metodám.“

MŠ: „To je strašně těžké. Opravdu musí existovat synergie trenéra s psychologem. Pro psychologa je nesmírně obtížné uchopit problém hřiště, od herní činnosti k mentálnímu procesu. Postupuje opačným směrem, od člověka, jeho osobnosti, k herní činnosti.“

ZH: „Luděk Bukač komunikoval s profesorem Koukolíkem, existovalo tam propojení. Jak to vidíte? Nevyhovuje nakonec sportovní psychologii to, že se nekomunikuje, že je odříznuta, protože je to i pro ni trochu byznys?“

MŠ: „Hlavní problém není v tom, zda to nevyhovuje, nebo vyhovuje. Možná je sportovní psychologie trochu zahleděna



slabiny

do sebe, že tady tuto alternativu neotvírá. Nebo ti lidé, kteří řeší svoji dílčí část, o tom neuvažují v tomto úhlu pohledu.“

ZH: „Psycholog je vnímán jako expert na hlavu, myšlení, citění, motivaci atd. Ale pak je tady sportovní mozek, který je neodlučně svázan se sportovním tělem. Není zde deficit u sportovního psychologa?“

MŠ: „Férová odpověď: Já nevím. Mohu nabídnout svoji paradoxní zkušenost. Mé nehlubší proniknutí do sportovního mozku je v běhu na lyžích, který jsem sám dělal a určitou dobu jsem se tam motal jako asistent trenéra. Ve chvíli, kdy jsem jako psycholog byl postaven do situace, že mám pracovat s běžci na lyžích, jsem byl nadšený. O to více jsem selhal, protože jsem nebyl schopen udržet rovinu kompetence, která mi přísluší, tzn. mentální práce s člověkem, a začal jsem expertně zasahovat do roviny taktické, technické a fyzické přípravy. Protože jsem vnitřně měl pocit, že tomu skvěle rozumím a že to výkonu určitě pomůže. Tam by psycholog vstupovat neměl.“

ZH: „No právě...“

MŠ: „Klíčová je kooperace s trenérem. To znamená: psycholog nabízí řešení, trenér aplikuje do procesu.“

ZH: „Profesor Hošek tvrdí, že přenechat psychologickou přípravu externím

odborníkům je nezodpovědné a v praxi neúčinné.“

MŠ: „Ano, ale teď je otázka, kde je to externí. Zase vycházím ze své zkušenosti sportovního psychologa, pracuji například v úzkém realizačním týmu. Potom mám ale zkušenost s tím, že pracuji jako najatý zvenku a sportovec za mnou chodí řešit nějakou dílčí část, která se týká jeho fungování v rámci sportovního výkonu. Za optimálních podmínek je součástí té kooperace i trenér. Ale mám i zkušenost, kdy sportovec přichází a prostě nechce, aby to věděl, minimálně v určité fázi, trenér. Já toto nemám moc rád, ale byly odůvodněné případy, kdy jsem tak pracoval. Dá se fungovat ve všech těchto úrovních. Tedy psycholog si musí být vědom, že je hranice toho, co dělá, do čeho ještě může zasahovat a do čeho už nemůže.“

ZH: „Z hlediska psychologie týmové hry nám jde v podstatě o to, aby mančaft lépe hrál. A týmový výkon má psychickou stránku. Největší malér je, že trenéři nevědí, kde hledat pomoc či informace pro oblast psychiky. Ale co je ještě horší, že často vlastně vůbec netuší, na co se mají ptát. Ale možná také proto, že obor psychologie sportu je nejasný.“

MŠ: „Ve světě, v posledních letech i u nás, se například směřuje k výrazné individualizaci kondiční přípravy.



ZDENĚK HANÍK

- zakladatel Unie profesionálních trenérů při ČOV
- bývalý kouč volejbalových reprezentací mužů Česka a Rakouska
- současný místopředseda ČOV





FOTO: PROFIMEDIA.CZ

Když na to jsou peníze a prostředky, tak část kondiční přípravy probíhá jako individuální. Když probíhá v komunikaci s trenérem a se znalostí celkového kontextu, může být jako individuální intervence specifická, přínosná pro celý tým. A takto to může fungovat – a funguje – i v oblasti mentální, byť uznávám, že hranice jsou méně přehledné než u kondiční složky. Když to úplně zjednodušíme, můžete mít v týmu klíčového hráče. Ve chvíli, kdy je v nepohodě, tak není potřeba řešit celý tým. Je potřeba vyřešit jeho. Aby se cítil dobře. Čili je to velmi efektivní intervence do jednotlivce v rámci kontextu týmu.“

ZH: „V tomto směru nepochybuji o dílčích úspěších sportovních psychologů, ale...“

MŠ: „Já myslím, že to je ku prospěchu hry a týmu. Je to moje zkušenost a nejsem trenér. Dívám se na to z jiného pohledu. Třeba když máte tři emočně klíčové hráče pro mančaft a jsou dobře vyladěni na zápas, tak je skoro jedno, jak se cítí ostatní, protože od nich se to odvíjí. Jde o emoční nákazu, která na ně přechází.“

ZH: „Ale zpravidla je to v týmových hrách tak, že klíčoví hráči žádného

takového externího odborníka nevyhledávají.“

MŠ: „Jestli se doba trošku nezměnila?“

ZH: „To připouštím, možná...“

MŠ: „Mám pocit, že tím, jak je mediální reflektor cílenější, i klíčoví hráči, relativně bezproblémoví a mentálně silní jedinci, najednou častěji tuto intervenci potřebují.“

ZH: „Jaké vědomosti by podle vás měl mít trenér v oblasti psychologické přípravy, nebo jak to budeme nazývat, mentální přípravy?“

MŠ: „Vycházím z toho, jakým způsobem nebo jaké informace se trenérům snažíme předávat v rámci trenérského vzdělávání, s respektem k omezenému času a všemu ostatnímu. Mně připadá, že klíčovou vlastností trenéra v rámci psychologických kompetencí je, aby posílil svoji citlivost nebo vnímavost k jevům, které souvisí s psychikou. Aby je byl schopen vnímat, reagovat na ně.“

ZH: „Sportovních jevů, které souvisí s psychikou? To jsou přece všechny!“

MŠ: „Já vím. Když se trenér dostane do situace, kdy je bezradný nebo kdy neví, co s tím má dělat, tak první automatická intuitivní odpověď je, že to souvisí s psychikou. Ale ne vždy to tak musí být. To je nejsnazší terč, protože

K senzačnímu triumfu Leicesteru City v anglické Premier League přispěl před čtyřmi lety i psycholog Ken Way.

„KDYŽ MÁTE TŘI EMOČNĚ KLÍČOVÉ HRÁČE PRO MANČAFT, A ONI JSOU DOBŘE VYLADĚNI NA ZÁPAS, TAK JE SKORO JEDNO, JAK SE CÍTÍ OSTATNÍ, PROTOŽE OD NICH SE TO ODVÍJÍ. JDE O EMOČNÍ NÁKAZU, KTERÁ NA NĚ PŘECHÁZÍ.“

je nejvíce rozostřený, nejvíce skrytý. A samozřejmě se ukazuje, že je nejvíce variabilní, že kolísání v psychice je pravděpodobnější než v jiných složkách výkonu. Ale neznamená to vždycky, že příčina leží v psychice. A tady jsem mluvil o citlivosti a vnímavosti trenéra toto více rozklíčovat.“

ZH: „V tom s vámi naprosto souhlasím, ale to trenéry tak rychle nenaučíme, na to máme v trenérských licencích málo hodin.“

MŠ: „Já netvrdím, že je to naučíme, ale připadá mi to důležité.“

ZH: „Kdybyste měl vyzvednout dílčí oblasti ze sportovní psychologie, které jsou z vašeho pohledu nejdůležitější? Máte semestr 14 hodin nebo v trenérském vzdělávání licence B 8 hodin...“

MŠ: „Nechci říct, že jsem na to rezignoval, ale vycházím z úplně jednoduché premisy, že čím je trenér ve větší psychické pohodě, tím více dokáže realizovat svůj trenérský potenciál. Takže velkou část bych zaměřil na to, aby si trenér našel způsob, jak posune svůj mentální potenciál, svou psychickou

odolnost. Aby byl schopen registrovat situace, kdy se sám dostává do takové nepohody, že to ovlivňuje jeho rozhodování. V tom si věřím, že jsem schopen je to částečně naučit.“

ZH: „Čili psychický seberozvoj?“

MŠ: „V podstatě ano. Mentální hygiena, seberozvoj nebo i vnímavost k tomu, že když je ve stresu, dělá zkratkovitá rozhodnutí. Jde o to, aby dokázal vysledovat první signály toho, že se dostává do nepohody. Sám se zvládnout tak, aby jeho rozhodovací procesy zůstaly s větší pravděpodobností nenarušeny.“

ZH: „To byste tedy nadřadil nad ostatní?“

MŠ: „Připadá mi, že v čase, který při vzdělávání trenérů mám, toto mohu ovlivnit. To může být kapitál, s nímž trenér z kurzu odchází. A trenéři na tento přístup pozitivně reagují. Mají totiž pocit, že se pořád zabýváme něčím jiným, ale ne jimi samotnými. Tedy vnímají pozitivní bezprostřední důsledek, který takový model pro ně může mít.“

ZH: „To dává smysl. Které jsou podle vás klíčové suboblasti psychologie sportu,



FOTO: SHUTTERSTOCK.COM

když necháme stranou seberozvoj? Které v rámci šesti až osmi vyučovacích hodin v rámci trenérské licence pokládáte za nejdůležitější?“

MŠ: „Mám pocit, že to má i širší přesah do sportovního tréninku. A zase →

INZERCE



2020
ITTF WORLD TOUR

CZECH OPEN

25.-30. SRPEN

OLOMOUC

SPORTOVNÍ CENTRUM OMEGA

PŘEDPRODEJ
V SÍTI
TICKETSTREAM



Luděk Bukač komunikoval psychologii s profesorem Františkem Koukolíkem. Jako hokejista získal na MS stříbro a bronz, v roli trenéra slavil dva tituly mistrů světa (1985 a 1996).

2018

V tomto roce vyšla poslední kniha Lud'ka Bukače „Moje hokejové století“, v autorské spolupráci s Františkem Suchanem.

FOTO SPORT: PAVEL MAZÁČ

v týmových sportech je to složitější, že neexistuje univerzální nejlepší metoda nebo univerzální nejlepší téma. Probíral bych s nimi, jak vidí zátěžové situace, jak reagují. Měli by být schopni vystihnout, kde je nejsilnější mentální stránka jejich svěřenců. Jestli je to v rozhodování, v koncepčním myšlení, v rychlosti a přesnosti reakce. A zase jsme v omezeném čase. Pokud se jim podaří alespoň základně to vidět a popsat, tak na to bych se s nimi v práci měl zaměřit.“

ZH: „Čili měli by být schopni sestavit vlastní typologii?“

MŠ: „Ano, měli by být schopni definovat, že je dejme tomu šest nebo sedm mentálních charakteristik pro výkon na hřišti, měli by být schopni je rozpoznat a na ty se potom zaměřit. Trenér je přirozeně orientovaný, a je to pochopitelné, na potenciální slabinu, na to, co nefunguje. Ale pokud v procesu učení

dokáže vyhmátnout silnější stránku a cítí, že mu to funguje, tak na to lépe reaguje. Vycházím z opakovaně potvrzené zkušenosti z vlastní praxe, výzkumů v psychoterapii, působí tam silná synergie. Když se podaří posunout nejsilnější vlastnost dál do plusu, potom to synergicky posouvá i další žádoucí vlastnosti.“

ZH: „Dobře, to dává smysl. Co by měl žádat trenér od psychologa? Řekněme, že jsou v souladu. A teď ještě rozdělme trenér děti a vrcholový trenér.“

MŠ: „Rozhodně ne zázraky. My se hodně bavíme o potřebách. Trenér by měl být schopen říct, co potřebuje. Svými slovy, klidně trenérskou terminologií, by měl definovat něco jako zakázku. Pak následuje diskuse, co to znamená psychologicky a za jakých okolností je to reálně dosažitelné. Nefunguje nikdy, když si trenér pozve psychologa a řekne: Něco s nimi udělej.“

ZH: „Rozumím, ale co bychom pro to mohli udělat, aby to trenéři uměli definovat?“

MŠ: „Míč je trochu na straně psychologa, myslím s definováním zakázky. Tak se ho například zeptám, proč to děláš? A on mi odpoví, protože mě to baví. Bezvadné, a co tě na tom baví? Protože psycholog by měl být schopen najít zřejmou potřebu svého klienta. Dialogem s trenérem by měl být schopen dostat se k podstatě. Protože upřímně, to nemusí být vždy tak, že by byli trenéři nevzdělaní. Mnohdy my sami máme pocit, že nám něco nefunguje, ale nejsme schopni to srozumitelně popsat. O tom je i úvodní část tvorby oné zakázky mezi psychologem a trenérem, aby bylo jasné a nezpochybnitelné, na čem chceme pracovat, kdo za co odpovídá a jak má vypadat společná práce.“

VZKAZ OD MICHALA ŠAFÁŘE

„PARTNERSTVÍ JE CESTA K ÚSPĚCHU, PARTNERSTVÍ PODEPŘENÉ ODVAHOU, DŮVĚROU A OTEVŘENOSTÍ. ROZVÍJEME A KULTIVUJEME TYTO VLASTNOSTI U SEBE I NAŠICH SVĚŘENCŮ. JE TO NAŠ KAPITÁL, NAŠE ŠANCE DÁVAT HLUBŠÍ SMYSL A PŘESAH TĚŽKÉ TRÉNINKOVÉ DŘINĚ, PORÁŽKÁM I VÍTĚZSTVÍM.“

VZKAZ OD ZDEŇKA HANIKA

„TRENÉR MUSÍ BÝT PRO HRÁČE HLAVNÍM PSYCHOLOGEM, OČEKÁVAJÍ TO OD NĚHO. MOUDRÝ TRENER SI NAJDE SVÉHO MENTORA ČI PSYCHOLOGA, KTERÝ MU NASTAVÍ POTŘEBNÉ ZRCADLO ZPĚTNÉ VAZBY.“

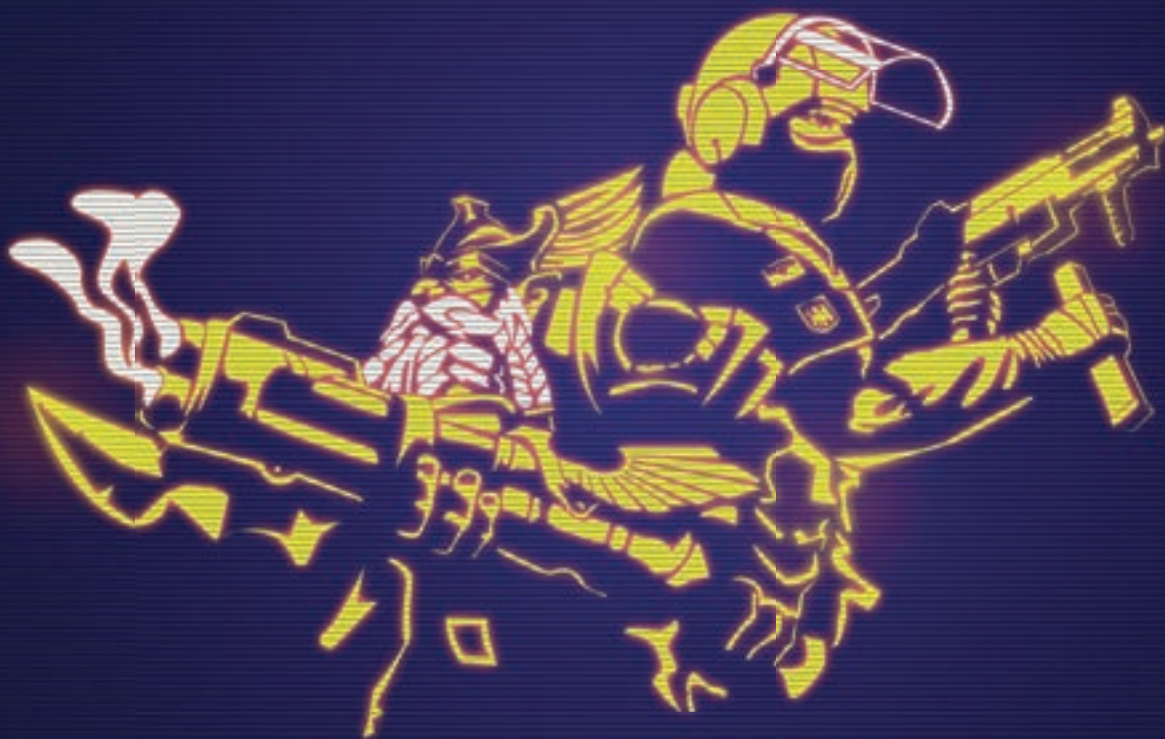
ČESKO-SLOVENSKÁ LIGA ELEKTRONICKÉHO SPORTU



sazka

eLEAGUE

POWERED BY *iSport.cz*



BITVY O **2 500 000 Kč** ZAČÍNÁJÍ!

SLEDUJ VŠECHNY PROFESIONÁLNÍ ZÁPASY V **CS:GO** A **DOTA 2** OD 11. DUBNA

WWW.SAZKAELEAGUE.CZ

sazka

CZC.CZ

iSport.cz

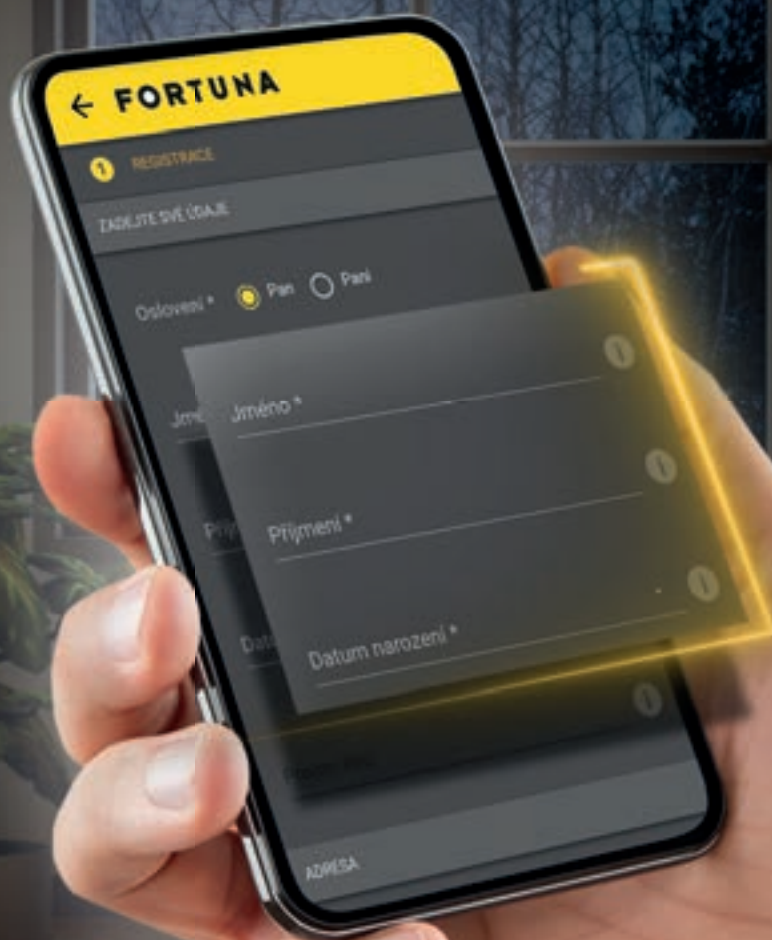
GRUNEX
HERNÍ PORTÁL



FORTUNA

ONLINE REGISTRACE Z POHODLÍ DOMOVA

NAVÍC **BONUS 700 Kč**



Ministerstvo financí varuje: Účastí na hazardní hře může vzniknout závislost! Zákaz účasti osob mladších 18 let na hazardní hře.

Nejširší nabídku sázkových
příležitostí najdeš na ifortuna.cz