

# COACH

## Stopy a kroky basketbalu

**Jakub Kudláček  
& Jiří Zídek**

Dvojrozhovor osobností  
po EuroBasketu 2022

**Spot**

magazín vydávaný  
ve spolupráci s Českým  
olympijským výborem



ČESKÁ  
TRENÉRSKÁ  
AKADEMIE

NÁRODNÍ  
SPORTOVNÍ  
AGENTURA



baseball  
basketbal  
florbal  
fotbal  
kolečkové sporty  
lední hokej  
hokejbal  
plavecké sporty  
squash  
softball  
stolní tenis  
šachy  
veslování  
volejbal

# CZC.CZ



## PC SESTAVY PRO KAŽDÉHO

**CZC.PC**



Windows 11

Uvedená akce platí do 30. 10. 2022 nebo do vyprodání zásob.

# COACH

COACH. Měsíčník. Ročník 7., číslo 10, vychází 4. 10. 2022.  
Samostatně neprodejně, 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: Jaroslav Komolý, Kristýna Pašek Kubová,  
autor grafické úpravy: Milan Jaroš,  
redakční rada: Michal Ježdík, Filip Šuman,  
Zdeněk Haník, Michal Barda,  
obchodní ředitel-print: David Šaroch (7227),  
inzerce: Jan Nassir (7338),  
jan.nassir@cncenter.cz,  
kontakt na inzertní poradce: linka (7512),  
ředitel marketingu: Jaroslav Sodomka,  
marketing: Patrik Kubečka,  
e-mail: patrik.kubecka@cncenter.cz,  
Chief Customer Officer: Libor Berka.

Vydává: CZECH NEWS CENTER a.s.,  
Komunardů 1584/42, 170 00 Praha 7,  
IČO: 02346826  
Generální ředitel: Juraj Felix, Tomáš Stránský.  
Rozšiřují společnosti PNS a.s.  
Tiskne: Slovenská Grafia 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: 27.9. 2022  
TITULNÍ SNÍMEK: HERBERT SLAVÍK  
VE SPOLUPRÁCI:



FOTO: SHUTTERSTOCK.COM

## Sport bez pohybu?

Musím říct, že mě dlouhodobě baví myšlenky Jakuba Kudláčka. Zřejmě ne nadarmo si ho nejlepší basketbalista historie Michael Jordan drží ve své stáji jako skauta. V hlavním rozhovoru tohoto čísla, který vede Michal Ježdík s ním a Jiřím Zídkem, reaguje na závěrečnou otázku, co by vzkázal českým hráčům trenérům a rodičům, zdánlivě banální odpovědí: „Dobře si nadefinujte, kam se chcete dostat. Pečlivě analyzujte, kdo jste, a když víte, kdo jste a kam chcete jít, bude docela jednoduché naplánovat cestu, která k tomu vede. A nezapomeňte si na té cestě dávat postupné cíle.“

Tato slova krásně ladí s mým seriálem Psychoprostor, kde symbolicky stavím šestipatrový dům trenérského myšlení. Kudláček totiž přesně popisuje ono zrádné první patro, v němž na trenéra čeká otázka: Víš, co chceš? Tvrdím, že minimálně polovina trenérů se této otázce ve své praxi vyhne, nebo na ni nedokáže odpovědět. Proto mi jeho vzkaz zejména trenérům přijde jako trefa do černého.

V tomto vydání se můžete také dozvědět, jak se různí experti staví k otázce „Proč (ne)vnímáte e-sport jako sport?“ Podle mého e-sporty jsou tady, určitou skupinu lidí baví, a proto jsou schopné naplnit halu. A my se nemusíme trápit tím, zda e-sporty lze vnímat jako sporty. Pokud se i nadále budou vyvíjet jako silný společenský a ekonomický fenomén, tak se někdo bude snažit je využít. Může to být Mezinárodní

olympijský výbor a zařadí je do svého programu, nebo někdo úplně jiný. Já respektuji, že si e-sporty vybojovaly prostor a právo na existenci. Pro mě byl sice sport vždy spojen s pohybem, ale pokud si stanovíme, že sport je jakákoliv konfrontace, pak jsou e-sporty, stejně jako šachy, právoplatnými sporty. Pohledy nás, šedesátiletých boomerů, na tomto vývoji nemohou nic změnit.

A na závěr dvě věty z hlavního tématu, který zpracoval Sláva Lener pod názvem Umbrella – úspěšný systém výchovy hokejistů ve Finsku. Cituje dva insidery finského zázraku Erika Westerlunda a Kimma Oikarinena.

„Klíčová je kooperace mezi kluby. Jsme malá země, pracovat společně je jediná cesta, jak přežít.“

„Meziklubové telefonování od trenéra hráčům nebo rodičům není povoleno. Když už ano, musí se komunikace odehrávat jen na úrovni vedení klubů.“

Já bych tyto věty viděl jako dobré memento pro české prostředí, co říkáte? Přeji příjemnou četbu a navzdory zlé době hřejivý podzim...

**Zdeněk Haník**  
bývalý trenér volejbalové reprezentace a předseda České trenérské akademie ČOV





# Bez herní inteligence už to nejde



FOTO: CZ BASKETBALL / VÁCLAV MUDRA

Skvělý basketbal, nasazení týmů, odhodlání, elegance, slušnost, vyprodané arény, neutuchající energie, oddanost fanoušků, emoce, zážitky. Takový byl EuroBasket 2022. **JIŘÍ ZÍDEK** mladší a **JAKUB KUDLÁČEK** sledovali zápasy šampionátu nejen v O2 areně naživo. Oba jsem kdysi trénoval, s oběma i nadále spolupracuji a pojí nás nejen pracovní vztah. S vášní, potřebným nadhledem a osobní zkušeností o právě skončeném turnaji, ale i o sportu vůbec, o jeho směřování a reprezentaci, odpovídali na otázky, či si spíše vedli dialog.

TEXT: MICHAL JEŽDÍK

FOTO: REUTERS



Dennis Schröder, rozehrávač německého bronzového mužstva na nedávném EuroBasketu a člen All Star týmu turnaje, proti litevskému soupeři Ignasu Brazdeikisovi

**Co vám utkvělo v mysli z EuroBasketu v Praze?**

**ZÍDEK:** „Návštěvy a atmosféra v hale a stoupající trend výkonnosti naší reprezentace, jež se nevzdala ani za nepříznivých okolností, které tým potkaly.“

**KUDLÁČEK:** „Boj o lístky, což je něco, co z České republiky neznám a беру to jako součást každého velkého utkání v zahraničí a trošku jako měřítko velikosti utkání. Utkání proti Srbsku splňovalo top kritéria NBA, NCAA nebo Euroligy, kde jsou v konečných fázích soutěží až brutální boje o vstupenky.“

**Basketbal není v USA vnímán pouze jako sport, ale jako zábavní průmysl. Vzbuzuje emoce, přináší zážitky, nejen z výkonu na hřišti. Může to být jeden z cílů basketbalu v Evropě? Nejlépe na utkání jen pro výsledek?**

**ZÍDEK:** „Musí. Myslím, že Amerika určuje trend, tím pádem bych řekl, že se tímto směrem budeme ubírat. Platí to i v jiných oborech, Amerika udává směr. Tradiční evropské pojetí basketu je, že jeden či dva majitelé kvalitního evropského týmu dávali obrovské subvence. Měli vlastně odpovědnost za většinu rozpočtu, ale poslední finanční opatření

týkající se struktury rozpočtu, jež zavádí Euroliga (pravidla finanční stability a fair play), se jednoznačně od tohoto modelu odklání, což mi říká, že jdeme cestou marketingu a finanční udržitelnosti každého týmu, a tím pádem se přibližujeme Americe. Ale zachováváme si, a to doufám, že nám zůstane a v Americe mi to chybí, ty tradiční šílené fanoušky. Když se podíváš na youtube, porovnání amerických a evropských fanoušků mluví za všechno.“

**KUDLÁČEK:** „Evropa je teď na přechodu a musí se rozhodnout, kam půjde. Aby náš byznys model byl udržitelný, musíme basketbal a další sporty prodávat jako zábavu. V Evropě jsme zatím nepřišli na to, jak náš produkt prodávat, aby byl sám o sobě udržitelný bez ohledu na státní, městské a další dotace. Na rozdíl třeba od Spojených států, a to na vícero úrovních, v profesionálním sportu NBA nebo v univerzitních soutěžích pod hlavičkou NCAA. Oba tyto americké modely jsou udržitelné, a ještě generují nemalé zisky skrze prodej vstupenek, televizních práv a merchandisingu, což se u nás v evropském basketu doposud nepodařilo. A nemám pocit,



FOTO: ČTK

**BÝVALÝ PIVOT**

**JIŘÍ ZÍDEK mladší**

**Narozen:** 2. 8. 1973

**Stav:** ženatý, s Martinou, spolužačkou z gymnázia, společně vychovávají 3 syny a 1 dceru

**Současná profese:** komentátor Euroligy (Euroleague TV)

**Hráčská kariéra:** UCLA (1991-95), Charlotte Hornets (1995-97), Denver Nuggets (1997-98), Seattle SuperSonics (1998), Žalgiris Kaunas (1998-2000), Ülker Istanbul (2000), Real Madrid (2000-01), Alba Berlín (2001-02), Trefl Sopoty (2002-03), Nymburk (2003-05)

**Největší úspěchy:** vítěz NCAA s UCLA (1995), vítěz Euroligy s Žalgirismem Kaunas (1999)

BÝVALÝ ROZEHRÁVAČ

## JAKUB KUDLÁČEK

**Narozen:** 3. 3. 1990

**Současná profese:** ředitel mezinárodního scoutingu Charlotte Hornets v NBA, bývalý vedoucí mládežnického úseku chlapců ČBF

**Hráčská kariéra:** Slavoj Litoměřice (do 2007), Reggιο Emilia (2007-11), San Severo (2011), JuveCaserta (2011-12), Cantù (2012-13), Sutor Montegranaro (2014), Nymburk (2014), Clavijo Logrono (2014-15), v letech 2008-13 reprezentoval ČR

**Největší úspěchy:** s Cantù si zahrál Euroligu a v roce 2012 s ním vyhrál italský Superpohár, účast na ME 2013



FOTO SPORT: BARBORA REICHOVÁ

že by to byl v minulosti cíl. Teď mám po prvé dojem, že to tak lidé vnímají, že se basket a profesionální sport všeobecně bude muset ubírat cestou udržitelného byznys modelu, i kvůli finančním problémům spousty klubů a stále větší nejistotě při čerpání různých dotací. Jsou to jednoduchá čísla, náš produkt musí celkově vydělat víc peněz, než utratí, a hodnota klubů a lig by měla růst, aby byl dlouhodobě udržitelný.“

**ZÍDEK:** „Ještě bych doplnil, že pro mě je první vlaštvou fakt, že kluby v Německu musí mít pozitivní rozpočet plus 250 tisíc eur, jinak jim nebude nezávislou auditorskou firmou udělena licence pro start v dalším ročníku. Je to jedna z nejlépe se rozvíjejících soutěží v Evropě, která má tato pravidla, a je šance, že ostatní ligy, potažmo kluby budou muset následovat jejich příklad.“

**KUDLÁČEK:** „Navážu na Jirku. Mimo chodem Německo není ta nejbohatší liga, respektive ta, která utrácí nejvíc. Právě proto, že mají útratu navázanou na výdělek a snaží se kopírovat byznys model, v němž například počet zaměstnanců v klubu začíná odpovídat opravdovému byznysu. Jsou tam desítky, někdy více než 50 zaměstnanců, a už to začíná připomínat spíše standardní firmu. Německo nikdy neutrácelo tolik co například Itálie nebo Španělsko, kde kluby byly často hračkou majitelů nebo se v nich odehrávaly různé zákulisní hry, které, jak se vše postupem času stává legálnější, už také nejsou žádoucí. Basketbalové trhy jako Německo nebo Austrálie jsou ukázkou, že to funguje, ale musí se na tom aktivně pracovat.“

**Reprezentace není samozřejmost. Co přináší, a naopak obětují hráči, když reprezentují? Nejen oni, ale i jejich rodiny?**

**ZÍDEK:** „Musí obětovat volný čas, de facto tu část roku, kterou mohli strávit s rodinou, protože klubová sezona trvá plus minus devět, deset měsíců. Skloubit klub a reprezentaci je pak logicky náročné. Myslím si, že jim to poskytne jinou partu, jiný pohled na věc, teď mluvím sám za sebe. Atmosféra, když se daří a jsou úspěchy, je jiná než v klubu. V klubu je to pracovní poměr, tím pádem i tlaky jsou jiné. Hráčům pobyt v reprezentaci může pomoci ve výkonnostním růstu, že jsou víc vidět, to znamená i lepší kontrakty. A hlavně v létě nemusí trénovat sami, ale můžou být součástí týmového konceptu a zlepšovat se ve hře pět na pět. To je jisté.“

**KUDLÁČEK:** „Abych neopakoval Jirku, protože souhlasím s většinou věcí, které byly vyřčené. Na reprezentování toho není moc racionálního. Reprezentování je emocionální a emotivní akt, a i proto hráči po tak dlouhých sezonách obětují své volno. Identifikují se také se svým národem. Já jsem to tak třeba měl, když jsem hrál, stál jsem pod naší vlajkou a poslouchal hymnu. Je to něco víc než hrát za klub. Když posloucháte vyjádření kluků v reprezentaci, těmto pocitům se to přibližuje. Nebezpečí je, že tento pocit identifikace s jedním národem v tomto multikulturním světě se zmenšuje a bude ještě zmenšovat. Trochu se tedy bojím o budoucnost národních mužstev. Všechny federace by si měly udělat reflexi, co můžou hráčům nabídnout. Doteď →

INZERCE

**Shockey app je moderní aplikace, která se zaměřuje na rozfázování bruslařských dovedností dle současné metodiky. Klade důraz na správné provedení a získání správných bruslařských návyků.**

Tento produkt je dostupný nejen v ČR, ale má dosah po celém světě. Aplikaci Shockey si stáhneš v Apple Store a Google Play.

GET IT ON Google Play  
Download on the App Store

**Ondřej Smrž • tel.: 702 006 099**  
• e-mail: [info@shockey.cz](mailto:info@shockey.cz) • [facebook.com/smrzhockey](https://facebook.com/smrzhockey)

35934176



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

Nikola Jokić a Luka Dončić nejsou vzory v atletičnosti, ale převyšují konkurenty ve vnímání hry

to nemusely většinou řešit, protože tam existovala silná citová vazba, která byla silnější než racionální důvod pro to, aby hráči na šampionátech nehráli. Nevýhod spojených s reprezentací je hodně. Sezony v klubech jsou extrémně dlouhé, snižuje to prostor pro regeneraci, pro individuální i silový trénink.“

**Hraje v rozhodování (ne)reprezentovat roli i osoba trenéra a spoluhráči?**

**KUDLÁČEK:** „Stoprocentně. Hraje a musí. A je to samozřejmě další část těch iracionálních vlivů. Kamarádství, kdy kluci jsou spolu v podstatě deset let, což je jedna generace, která spolu často i vyrůstala. Na rozdíl od klubů, kde, jak Jirka říkal, se jedná o pracovní poměr a spoluhráči se často mění z roku na rok. Toto je jeden z apelů na všechny federace, aby se snažily vytvořit prostředí, v němž hráči chtějí být. Když se podíváte na reprezentace Řecka, Itálie nebo Španělska, je to v podstatě jedna velká rodina, která pracuje nejen s hráči, ale i s jejich nejbližšími tak, aby všichni byli v co možná nejkomfortnější situaci.“

**ZÍDEK:** „Určitě. Můžu hodnotit za svou kariéru, nejvíc srandy jsem zažil v partě v národáku. Tečka. Racionálně bych doplnil, že se významně zlepšila situace kolem pojištění hráčů a jejich kontraktů.

Když jsem hrál já, FIBA přenášela povinnost pojistit kontrakty na kluby, což bylo dost nevhodné, protože kluby byly donuceny, aby pustily své hráče do reprezentace, a ještě aby zaplatily extra pojistku nad rámec pojistky, kterou platily za kontrakt v klubu. Díky tomu docházelo k velmi nekomfortním situacím, v nichž byl hráč někde uprostřed dění – chtěl hrát za reprezentaci, ale klubu se nelíbilo, že za něj měl další finanční výlohy, a přitom jej uvolňoval. Já jsem byl například v klubech, které vždy hrály o nejvyšší mety a měly spoustu reprezentantů z různých zemí. Když jsme odjeli na reprezentační srazy, trenér neměl pomalu ani s kým trénovat. To byla také složitá vnitroklubová situace.“

**Chceš, Jakube, něco doplnit?**

**KUDLÁČEK:** „Ano, přál bych si, aby se klubová a reprezentační scéna spojily a začaly ‚číst stejnou knihu‘. Teď většina rozhodnutí a negativa leží na hráčích, kteří se rozhodnou reprezentovat, nebo nereprezentovat. Představte si, že hráči, kteří hrají NBA nebo Euroligu, mají za sebou 85 až 90 utkání a k tomu se jim přidají další během léta v reprezentaci. Následně se vrátí do klubu pozdě. Klub, který je jejich chlebozárcem, již začal s přípravou, a to už je automatic-

ky staví do jiné situace než spoluhráče. Nechci říct automaticky do lepší, nebo horší. To je věc, na které musí obě strany zapracovat společně, aby vše neviselo pouze na hráčích a nebyli dáni do situace neustálého výběru nebo konfrontace buď s kluby, nebo reprezentacemi. Tohle je hlavní výstup z mých rozhovorů s hráči během posledních let.“

**Otázka k realizačním týmům. Italové světili roli hlavního trenéra Gianmarku Pozzeccovi, jenž má velmi silné emotivní vztahy s hráči. Pozzecco zařadil do svého týmu strůjce všech italských úspěchů, 77letého Carla Recalcatiho. Co vy na to?**

**KUDLÁČEK:** „Znám všechny hráče a trenéry italské reprezentace, vyrůstal jsem s nimi nebo mě trénovali, na mistrovství jsem s nimi strávil několik dní. Pozzecco je velmi emotivní, to je jeho nejsilnější stránka. Přesně to sedí k reprezentaci, o čem jsme se bavili před chvílí. Cílem reprezentace není naučit basketbal, ale využít potenciál jak všech hráčů, tak trenérů. To bylo vidět i v posledním oddechovém čase před koncem vypjatého utkání ve čtvrtfinále, který vedl asistent trenéra. Doménou jejich hlavního trenéra jsou vztahy. Myslím, že italský tým dosáhl i díky těmto aspektům na víc, než se před-



pokládalo. Italové tedy nehledali jednoho člověka, který umí všechno, ale naopak toho, jenž celý tým i realizační řídí. Gianmarco si byl očividně vědom svých limitů a síly lidí, kteří jsou kolem něj. Právě tak byl tento trenérský tým postaven. On věděl, že jakožto nováček v roli hlavního trenéra bude potřebovat někoho, kdo má ohromné zkušenosti, a proto zavolał Carla Recalcatiho. Když se vrátíme ke zmíněnému oddechovému času, je zřejmé, že Pozzeco je schopen potlačit své ego. Nechal svého asistenta, aby nakreslil poslední akci. To dokazuje inteligenci všech lidí v realizačním týmu.“

**ZÍDEK:** „Já tam vidím silná propojení, která mají hluboké kořeny. Recalcati byl trenérem Pozzeca ve Varese a nyní je jeho mentorem v reprezentaci. Byl i jeho hráčským mentorem. Důležité je, že Pozzeco si uvědomuje své limity a je ochoten se učit. Učil se v Cedevitě Záhřeb a nyní v Miláně pod Messinou.“

**KUDLÁČEK:** „U Sergio Scariola, trenéra španělské reprezentace, to bylo ale podobné. Byť je to skvělý stratég, ve finále řídil velmi intenzivně hru týmu hlavně v obraně jeho asistent. Všeobecně tu vidím rukopis NBA, kde má každý člen realizačního týmu svou expertizu, kterou družstvu předává, a head coach to řídí a diriguje.“

**Je domácí prostředí výhodou, nebo svazuje ruce?**

**ZÍDEK:** „To zhodnotí až čas. Každému sedne jinak. Je to navázané na momentální formu a pak na úspěch. EuroBasket

# 1

**Jedničky v NBA: Jiří Zídek byl prvním českým hráčem v elitní lize, Jakub Kudláček je prvním Čechem ve významné klubové pozici.**

je turnaj, není to klubová devítiměsíční sezona. Je to takové kasino.“

**KUDLÁČEK:** „Já si myslím, že domácí prostředí je velký faktor. A desítky reprezentačních turnajů různých věkových kategorií, které jsem sledoval, mi dávají za pravdu, že vseměs má domácí tým tendenci udělat dobrý výsledek. Za mě je to jednoznačně výhoda. Otázkou je, zda se s tím byl schopen náš tým dostatečně vyrovnat, zda ho to svázalo, nebo to přijal jako výhodu.“

**Jsmo podle vás národ, který umí hrát s očekáváním, nebo to vnímáme jako negativum?**

**ZÍDEK:** „Myslím si, že Tomáš Satoranský změnil přístup. Dřív se nám nehrálo dobře s očekáváním. Jeden příklad. Nevýhráli jsme s Bosnou a Hercegovinou o dostatečný počet bodů zajišťující postup, a když jsme jeli do Litvy, kde jsme potřebovali vyhrát, Tomáš řekl: Jedeme do Litvy vyhrát. Vyhráli jsme. Podle mého názoru to konkrétně v našem týmu vychází od Tomáše Satoranského.“

**KUDLÁČEK:** „Nejsem si jistý, že to umíme. Od vzniku samostatné České republiky jsme těch očekávání před sebou ještě moc neměli, protože jsme byli nastaveni tak, že překvapujeme, a asi i právem vzhledem k reálné kvalitě našich družstev. Mistrovství Evropy 1999 bylo překvapení. V roce 2013 jsme slavili první výhru po čtrnácti letech, opět překvapení. Po několika skvělých výsledcích posledních let bylo za mě toto mistrovství teprve prvním momentem, kdy jsme měli opravdu reálná očekávání, doprovázená mediálním tlakem, očekáváním fanoušků, uvnitř komunity, hráčů samotných a realizačního týmu. Teprve tento šampionát nám dává zpětnou vazbu, jak jsme se s tímto v turnaji poprali a co nám to ukázalo.“

**Co charakterizuje současný basketbal z pohledu výkonu na hřišti?**

**ZÍDEK:** „Versatilitu hráčů bych jmenoval jako první. Pozice už nejsou rozděleny tak, jak tomu bylo dřív. Daleko větší atletičnost, dynamičnost a výbušnost. Podívejte se na fotku basketbalového družstva z devadesátých let minulého století a ze současnosti.“

**KUDLÁČEK:** „Popsal bych to větou: skvělé dovednosti ve zvýšené rychlosti při větší výšce hráčů a schopnosti hrát na obou stranách palubovky.“

**Mnoho odborníků v Berlíně používalo pojem Nová doba basketbalu. Co vy na to?**

**KUDLÁČEK:** „Nepoužíval bych pojmy nová – stará doba, protože to stanovuje pomyslnou čáru, u níž něco končí a nové začíná. Za mě je to prostě vývoj. Basketbal se rozvíjí velmi rychle, teď se hraje jinak, než se hrálo před pěti roky, a úplně jinak, než se hrálo před dvaceti roky. Je to vývoj.“

**ZÍDEK:** „Také to považuji za normální vývoj. Domnívám se, že toto tvrzení bylo podepřeno velkým očekáváním, protože letošní mistrovství se konalo po pětiletém půstu a k tomu přibyla účast mnoha hvězd. Takže toto vyjádření je ovlivněné euforií a emocemi.“

**Je nějaký rozdíl mezi basketbalem na klubové a reprezentační úrovni? Nebo jinak: jsou země, které mají svou vlastní identitu na hřišti a tou se snaží prosadit? →**



FOTO: REUTERS

Emotivní kouč Gianmarco Pozzeco vyhecoval italský tým k senzačnímu osmifinálovému triumfu nad Srbskem

INZERCE

**START YOUR IMPOSSIBLE**

**TOYOTA**

Worldwide Olympic Partner | Worldwide Paralympic Partner

**ZÍDEK:** „Národní týmy a všechny turnaje, které hrají, jsou takové all star turnaje. Máš velmi krátkou dobu na to tým připravit, dát mu jednoznačnou taktiku, již mu chceš vtisknout, a pracuješ s těmi nejlepšími, kteří jsou k dispozici. Nebudeš je učit basketbal, ale pokusíš se naložit tým na co nejlepší notu a ve stejnou chvíli budeš doufat, že se nikdo nezraní.“

**KUDLÁČEK:** „Já bych to rozdělil na dva typy reprezentačních družstev. Jeden je ten, jenž nominuje ty nejlepší hráče do reprezentačního okna, a následně se vytvoří taktika a styl, kterými budou hrát. Druhý typ jsou ty země, jež se připravují aktivněji i během sezony nebo mají navázané seniorské reprezentační družstvo na jejich národní akademie. Tím pádem je jednoznačně vidět větší rukopis. Můžeme jmenovat Izrael, Finsko, Japonsko, Austrálii a další. Ty mají danou identitu, podle ní vychovávají hráče, kteří zapadají do konceptu hry.“

**Kudy kráčí evropský basketbal z pohledu rozvoje talentu? V Berlíně jsem několikrát zaznamenal, že úroveň talentu v Evropě klesá, a i proto se NBA víc koncentruje na Austrálii a Afriku.**

**ZÍDEK:** „To je otázka pro Jakuba.“

**KUDLÁČEK:** „Já s tím výstupem souhlasím. Nesouhlasím s tvrzením, že v Evropě je méně talentu. Za mě je v Evropě stále přibližně stejně talentovaných hráčů jako dřív, akorát z nějakého důvodu Evropa teď hráče rozvíjí méně než v minulosti. Těch důvodů je hodně. Jedním z nich je mnohdy nenastavený udržitelný systém rozvoje hráče od mládeže až po seniorské týmy, na rozdíl od programů v Austrálii nebo Spojených státech, kde má školní sport návaznost na profesionální sport.“

**ZÍDEK:** „Když Kuba odpovídal, měl jsem čas se zamyslet a považuji toto tvrzení za pravdivé. Z jednoho prostého důvodu, že tradiční velké federace jako Španělsko, Litva a Srbsko nemají takovou pipeline mladých hráčů, i na klubové úrovni, jako tomu bylo dřív. Partizan a Crvena zvezda nestojí na domácích hráčích jako za doby Honzy Veselého, který v Srbsku hrál. Litva nemá excelentního středního rozehrávače od doby Šarunase Jasikevičiuse, prostě nemá. Země, kde je basketbal národním sportem. Španělé vyhráli EuroBasket 2022, ale nevidím na obzoru extra super hvězdu ve věku 18 až 22 let.“

**KUDLÁČEK:** „Moje osobní zkušenost je, že když jsem se v patnácti letech rozho-



Lauri Markkanen a Juancho Hernangómez, finská a španělská hvězda evropského šampionátu

doval kam do Evropy jít, vybíral jsem si z několika nabídek z různých zemí a všechny byly na víceleté kontrakty. Podepsal jsem smlouvu na sedm let. Byla to doba, kdy se týmy praly o hráče a chtěly jim nabídnout co nejlepší podmínky k rozvoji. Dnes, když se bavíte s agenty hledající místa pro nejlepší růst jejich klientů, máte problém najít tým, který bude ochotný dlouhodobě investovat a mít plán delší než na období od září do května. Většinou z finančních důvodů a vzhledem k tomu, že u naprosté většiny klubů je prioritou seniorský tým, často právě ty první finanční škrty jsou v mládežnickém sektoru.“

**Existují společné charakteristiky současných top hráčů?**

**KUDLÁČEK:** „Mentální nadřazenost, podpořená výkonem na hřišti.“

**ZÍDEK:** „Fyzické předpoklady. Takový ‚přespaťák‘, jenž běhá přes paty jako já, už nemá šanci. Velká mentální tvrdost,

odhodlanost přemýšlet a pracovat v horizontu deseti až patnácti let. Vyržet s tímto mentálním nastavením po dlouhou dobu. Mluvíme o top, top úrovni, která bez fyzického potenciálu nejde. Na něm se až staví další patra.“

**KUDLÁČEK:** „Já bych ještě zdůraznil dovednosti. V NBA jsou hráči, kteří atleticky nejsou tak dominantní, ale zároveň jsou jejich dovednosti podpořené brutálním mentálním nastavením. I díky tomu patří k nejlepším na světě.“

**Zůstaňme pouze u dovedností. Jaké jsou dvě, tři klíčové pro současný a budoucí basketbal?**

**KUDLÁČEK:** „Herní inteligence neboli cit pro hru a střelba.“

**ZÍDEK:** „Herní inteligence, zejména v Evropě, kde největší hvězdy nejsou větší než trenéři. Bez ní to pak nejde. To poznávají hlavně američtí hráči, když do Evropy přijdou. Střelba. Ale samozřejmě se opět vracím k fyzickým předpokladům. Před-

stavte si, že Saty by byl zavalitý, tím pádem by nebyl tak dynamický a nikdy by se nedostal na elitní úroveň, kde je. Stejně je to s Honzou Veselým. On i Saty mají úplně jiný strop než všichni další hráči od roku 1990 na jejich pozicích. Takové jsme neměli. Bavíme se o evropských hráčích, nebavíme se o Americe, kde většina hráčů skáče hlavou u koše a musí si dát bacha, aby se nepraštili o obroučku. Když se bavíme o evropských hráčích, musíme mezi základní atributy zařadit fyzický potenciál. I náš stávající jediný hráč v NBA Vítek Krejčí má extraordinární fyzický fond.“

**Jak se s těmito nároky vypořádávají Dončič a Jokič, kteří nejsou tak atletičtí jako většina jejich spoluhráčů a soupeřů? Co dělá tyhle dvě hvězdy NBA tak speciálními?**

**KUDLÁČEK:** „Já nemůžu mluvit o konkrétních hráčích (kvůli pravidlům NBA – pozn. aut.), tak se pokusím zobecnit typologii takových hráčů. Jsou to určité herní inteligence a schopnost vnímat hru, v tom jsou o planetu jinde než ostatní. Zároveň schopnost hrát na více rych-

**„NIKDY NEZAPOMÍNÁM NA JEDNU VĚC, KTEROU BASKETBAL MÁ: ŽE MÁME HLAVU NAHOŘE A DÍVÁME SE NAHORU, COŽ JE V SOUČASNÉM SVĚTĚ TAKÉ DŮLEŽITÁ VLASTNOST.“**

JAKUB KUDLÁČEK

lostních stupních. To znamená například, že absolutní výbušnost není taková, jakou bychom očekávali, ale schopnost hru zpomalit a hrát ji podle svého tempa, které se neuvěřitelně mění. Součástí toho jsou ideální parametry pro hru na jejich pozici, tento faktor je u těchto hráčů neuvěřitelně důležitý. Výsledkem je, že neuvěřitelně atletičtí hráči se musí přizpůsobit tempu hry, které není tak rychlé nebo se často mění. A protože nemají takové vnímání hry, nejsou schopni se přizpůsobit.“

**ZÍDEK:** „Já teď budu mluvit jako fanoušek. Toto není můj chleba a nepopsal bych to tak perfektně jako Kuba. Když je vidím, mají velmi silný střed těla (core), jsou tím pádem stabilnější a dokážou toho využívat. Navážou kontakt s obráncem a v tento moment využijí své technické vyspělosti před konkurencí. Oni tu dynamiku, z mého pohledu, nahradí silnějším středem těla. K tomu přidávají mentální nadřazenost. Jejich víra v sebe sama je mimořádná.“

**Pokud byste teď byli trenéry mladých hráčů, na co byste je připravovali?** →

INZERCE



# VAŠE OČI VÁM MOHOU DÁT VÝHODU

Dejte nám 10 minut, a ukážeme Vám jak.



Centrum pohybové medicíny Praha Křižík

## DYNAOPTIC MŮŽE ZMĚNIT VAŠI HRU



**Vidění 20/20 je pouze startovní čára.**

Se sportovním viděním EyeQ a EyeQ trenérem dokážete váš optometrista identifikovat silné stránky vašeho vidění i oblasti ke zlepšení, a tím pozvednout váš výkon na další úroveň.

**1. Změřte atletický potenciál.** Pomocí 5minutového testu EyeQ identifikujte silné a slabé stránky svého vidění, které ovlivňují váš výkon.

**2. Porovnejte s vrstevníky a profesionály.** Podívejte se, jak si vaše osobní skóre stojí v porovnání s těmito vrstevníky a špičkami.

**3. Zlepšete se s EyeQ Trainer™.** Podpořte své schopnosti pomocí snadno ovládatelných cvičení, které budete dělat doma.

**4. Změřte pokrok.** Znovu se otestujte se sportovním viděním EyeQ při příštím setkání.

**Ve sportu je téměř 80 % vnitřní vizuální. Ale ani vidění 20/20 neznamená, že sportovci předvádějí maximální výkon.**

Ve sportu nezůstávají objekty statické. Pohybují se. Rychle. Pravidelná oční vyšetření mohou ukázat, že vidíte jasně, ale nemohou říct, jak dobře dokážete zjistit, kde v prostoru se mič nachází, jak rychle se pohybuje, nebo zda mění směr.

RightEye přesně měří specifické dovednosti v oblasti vidění, které ovlivňují reflexy a koordinaci ruka-oko, včetně:

- rychlosti pohybu očí
- rychlosti zpracování
- dynamického vizuálního zaměření
- plynulého vizuálního výkonu
- jednoduché reakční doby
- volby reakční doby
- schopnosti binokulárního vidění
- vizuální koncentrace
- kontrastní citlivosti

**Jen tak nesedte.**

RightEye sportovní vidění EyeQ měří a analyzuje vaše pohyby očí, zpracování mozkiem a reakční dobu v porovnání s vrstevníky, amatéry a profesionální sportovci. V případě, že zpráva identifikuje prostor ke zlepšení, váš optometrista vám navrhne plán sestavený z online knihovny obsahující více než 150 cvičení.

Váš doktor uvidí zlepšení v kanceláři. Vy uvidíte zlepšení v terénu!

[www.dynaoptic.cz](http://www.dynaoptic.cz)



Řecký postrach  
Giannis  
Antetokounmpo

FOTO: ČTK

**KUDLÁČEK:** „Učit dovednosti, které nejsou spojené pouze s jednou či dvěma pozicemi na hřišti. Dle mého doba, kdy jsme učili dovednosti podle pozic, je pryč a už se nikdy nevrátí. Na všech pozicích musíte umět střílet z dlouhé trojky, driblovat a přihrávat. To je budoucnost. Znamená to také dát tyto dovednosti co největší rychlosti, fyzické a mentální. To znamená připravit své tělo tak, aby bylo schopno hrát v co největší rychlosti, a zároveň hlavu, aby byla schopna hru procesovat v co největší rychlosti (analýza, výběr řešení a exekuce). A dále mít ambici být „2way player“, tj. hrát na obou stranách palubovky. Rozdíloví hráči, kteří jsou efektivní jak v obraně, tak v útoku, mají a budou mít obrovskou hodnotu.“

**ZÍDEK:** „Jen bych doplnil, protože této preciznosti nejsem schopen konkurovat, že se mi líbí režim, jenž je běžný v Americe, kde se v létě hrají tzv. pick-up games – kdo přijde do haly, se náhodně rozdělí a hraje se pět na pět. Tím je zaručena i různá variabilita, co se týče pozic, někdy třeba nebudete hrát na pozici, na kterou jste zvyklí. To podporuje nutnost využívat dovednosti spojené s jinými pozicemi, musíte se přizpůsobit jiným spoluhráčům, je to stále o adaptaci, rozvíjíte svou schopnost adaptace.“

**KUDLÁČEK:** „To u nás říká Dell Curry, bývalý hráč NBA a otec Steph Curryho: Nezájímá mě, jaké máte dovednosti, pokud nemáte sebevědomí je využít v utkání.“

**V posledním vydání Coache řekla Carla MacLeodová, kanadská trenérka českých hokejistek, že současní mladí hráči jsou překoučovaní. Jak u nich tedy chceme budovat sebevědomí založené na dovednostech?**

**ZÍDEK:** „To je otázka za milion. Můžou být. A i proto mi dává obrovský smysl například systém minibasketbalu v Německu, kde se může využít pouze kombinace hoď a běž, hrát osobní obranu a další redukce. To pak dává smysl. Děti dát do prostředí a systému, v nichž se využívají primárně základní herní činnosti jednotlivce. A zase se vracím k americkému systému přípravy v létě, kdy se koncentruješ na rozvoj dovedností a v pick up games si musíš vydobýt svou pozici, prodat své dovednosti, a třeba i prodat víru v sebe sama, a to vše v náhodně složeném týmu.“

**KUDLÁČEK:** „Já bych tuto připomínku nevztahoval na profesionální sport, ale na rozvoj dětí a mládeže, a s tím bych se ztotožnil. Snížil se čas a prostředí, v nichž děti a mládež operují bez trenérů. To znamená: chybí čas, kdy děti jdou hrát samy, bez trenéra. Děti jsou tím pádem téměř stále v kontrolovaném prostředí, kontrolovaném trenérem, a nikoliv v tom, které si musí samy kreativně vytvořit a zároveň vydobýt. Každá dětská skupina si pak sama stanoví svou hierarchii, v níž následně vznikají návyky, rodí se lídři, což podporuje kreativitu a variabilitu. Proto bych s tím názorem souhlasil. A když trénují organizovaně, nedrílujeme je bez přemýšlení, ale pracujeme s konceptem decision making overload tak, aby byly schopny automaticky číst hru, reagovat na herní situace a následně je řešit v co nejkratším čase za pomoci správného motorického a dovednostního řešení.“

**Většina evropských zemí, snad s výjimkou Srbska a Litvy, má na soupisce minimálně jednoho naturalizovaného cizince. Zvýšená aktivita v tomto směru směřuje hlavně k olympijskému turnaji v Paříži. Jak se na to díváte?**

**KUDLÁČEK:** „Nesouhlasím s umělou naturalizací cizinců.“

**ZÍDEK:** „Nesouhlasím, ale s jednou výjimkou, kterou dokumentuji na příkladu Blakea Schilba, který se oženil s Češkou, a mají rodinu. Ale jak pak nastavíš standardy? Budou fingovaná manželství, budou fingované pasy. Složitě akceptovat je pro mě příklad Bo McCalleba, v minulosti hráče Makedonie, i když, jak přiznal, neví,

## „LÍBÍ SE MI BĚŽNÝ REŽIM V AMERICE, KDE SE V LÉTĚ HRAJÍ PICK-UP GAMES – KDO PŘIJDE DO HALY, SE NÁHODNĚ ROZDĚLÍ A HRAJE SE PĚT NA PĚT. TÍM JE ZARUČENA I RŮZNÁ VARIABILITA, CO SE TÝČE POZIC, MUSÍTE SE PŘIZPŮSOBIT JINÝM SPOLUHRÁČŮM. ROZVÍJÍTE SVOU SCHOPNOST ADAPTACE.“

JIRÍ ZÍDEK

kde tato země je. Nebo Mike Tobey řekl, že nevěděl, kde je Slovinsko. Domníval jsem se, že vrcholné reprezentační turnaje, jako jsou mistrovství Evropy, světa a olympiáda, jsou o národním duchu, což v případě Tobeyho či McCalleba tuto myšlenku nepodporuje. Souhlasím se Svetislavem Pešićem, který toto dlouhodobě kritizuje.“

**Před šestnácti roky vystoupil na konferenci v Davosu tehdejší vizionářský komisionář NBA David Stern v panelové diskusi na téma: Může basketbal změnit svět? Může, ten současný?**

**KUDLÁČEK:** „Jednoznačně, a musí ho změnit, z několika prostých důvodů. Basketbal je hra, která spojuje lidi, bez ohledu na věk, výšku, pasy, národnost, jazyk. Nemusíte mluvit ani stejnou řečí, dokonce si nemusíte ani rozumět. Dáte deset hráčů na hřiště, dva koše, jeden míč a můžete hrát. Na jakémkoliv kontinentu, v jakémkoliv prostředí. A to si myslím, že je teď, v současném světě, který se stále více a více izoluje a polarizuje, velký potenciál a jeden z obrovských tmelů a lepidel společnosti. My, celé basketbalové prostředí, bychom v tomto smyslu měli být proaktivní a tuto příležitost světu přinášet. Nikdy nezapomínám na jednu věc, kterou basketbal má: že máme hlavu nahoru a díváme se nahoru, což je v současném světě také důležitá vlastnost. A basketbal přináší úžasné emoce a radost miliardám lidí, což v posledních krušných letech taky není k zahoezení.“

**ZÍDEK:** „Ze své zkušenosti můžu říct, že basket - a nejen basket, sport obecně - by měl spojovat společnosti a národy a podepřít to příkladem Adriatické ligy. Ta byla první iniciativou, jež spojila šest zemí bývalé Jugoslávie, které byly v devadesátých letech ve válce. Soutěž byla později za tento počin oceněna Evropskou komisí. V tom mám jasno, toto je jedna z úloh sportu, nejen basketbalu, spojovat.“

**Jaké dovednosti a kompetence nám basketbal může přinést do života?**

**ZÍDEK:** „Proto jsem dal své děti na basket. Ne kvůli tomu, aby z nich byli profesionální basketbalisté a vydělali velké peníze, to je naprosto scestná představa. To s velkou pravděpodobností nevyjde. Díky basketu jsou schopny přečkat telecí léta, jsou schopny se naučit pracovat s časem a prioritami, fungovat v rámci pravidel na hřišti i mimo něj, respektovat soupeře a mnoho dalších pozitiv.“

**KUDLÁČEK:** „Doplňím jen několik věcí, například pracovat v týmu, schopnost vyrovnávat se s porážkami a neúspěchy, ale i výhrami. Naučit se, že podle míry energie a vášně, kterou tréninku dáte, je výsledek velmi dobře vidět. Basketbal učí, že v momentě, kdy vy budete tvrdě pracovat, přijde zlepšení. Schopnost se rozhodovat pod tlakem, i časovým. A tak bych mohl pokračovat dále a dále.“

**ZÍDEK:** „V Evropě strašně nelibě a těžce nesu tlak od klubů, aby děti trénovaly v době školy.“

**Když rozdělíme výkon hráče do tří pilířů: dovednosti – kondice – mentálno. Kde vidíte největší prostor pro zlepšení českých hráčů?**

**KUDLÁČEK:** „Za mě jednoznačně mentálno. V tréninku dovedností a v tréninku těla jsme už na velmi dobré úrovni. Všichni víme, co máme dělat pro to, abychom zlepšili sílu nebo střelbu. To nejméně probádané území je za mě mentální příprava. Máme nedostatek specialistů a v podstatě ani nevíme, jak by basketbalové prostředí mělo tyto specialisty zapojit, na rozdíl třeba od kondičních nebo dovednostních trenérů, kde jsme na to přišli.“

**ZÍDEK:** „Myslím také mentálno. Zprvu proto, že jsme malý národ. A druhý důvod je, že většina našich národních týmů v kolektivních sportech je složena z hráčů, kteří hrají v zahraničí. To je samozřejmě logické, protože v zahraničí vydělávají větší peníze a logicky jsou kvalitnější. Ale já k tomu ještě dodávám, že odchod do zahraničí je někam posunut, co se mentálního přístupu týče, protože tam museli být lídři. Z toho titulu se oslím můstkem domnívám, že oni udělali velký pokrok v mentální rovině, tudíž my máme v Čechách největší úkol tento prostor doplnit.“

**KUDLÁČEK:** „Pro mentální stránku máme nejméně dat, neumíme ji změřit. Pro dovednosti máme jednoznačná data, například o úspěšnosti střelby, o počtu ztracených míčů atd. Pro tělesný aspekt máme kromě antropometrických ukazatelů informace o akceleraci, deceleraci a mnohem dalším. Mentálno je pro nás stále velmi abstraktní a přemýšlíme, co dělá hráče lepšími, co je ten x-faktor, který neumíme ani pořádně definovat, ani pořádně změřit.“

FOTO SPORT: PAVEL MAZÁČ



Tomáš Satoranský, Jan Veselý a spol. si užili alespoň postup ze skupiny



FOTO: REUTERS

**Najdete další komponenty v přípravě, jež byste chtěli přidat ke třem základním a bez nichž se současný elitní sportovec neobejde?**

**ZÍDEK:** „Strava, spánek, rozumné nastavení mysli, což je ale součástí mentální přípravy.“

**KUDLÁČEK:** „Souhlasím.“

**Jak se stát lepší lídrem? Máte doporučení pro mladé české hráče?**

**ZÍDEK:** „Dostat se do situace, v níž lídrem bude muset být. To znamená na těch hřištích a plátcích, kde se bude hrát neorganizovaně. Na UCLA jsem trénoval vedle Boba Kerseeho (manžel atletky Jackie Joynerové-Kerseeové), a já se ho zeptal, jak se mám naučit běhat rychleji. On mi odpověděl: No prostě tak, že budeš běhat rychle. Beru to jako příměr: když se chceš naučit běhat rychle, běžej rychle. Když se chceš naučit být lídrem, dostaň se do situace, v níž jím musíš být.“

**KUDLÁČEK:** „Nemyslím si, že lídr se dá uměle dosadit nebo vytvořit. Je to něco, k čemu hráč musí prorůst, bude se jím muset stát. Ve své skupině si bude muset vytvořit takové postavení, aby byl respektován a akceptován jako lídr.“

**ZÍDEK:** „Souhlas. Myslím si, že jsou přirozeně dobří hráči a pak jsou také lídři. Ale lídři vzniknou na plátcích. Já jsem třeba nikdy lídr nebyl. Byl jsem týmový hráč, hráč, jenž tvrdě pracoval. Nemyslím si, že jsem přirozený lídr.“

**KUDLÁČEK:** „Když už se do pozice lídra nějaký hráč dostane, je velmi důležité, aby byl příkladem (leading by example). Stejně, jak říká náš majitel: Nikdy jsem

nechtěl po nikom něco, co já bych sám neudělal.“

**Lídr je zrozen, nebo stvořen?**

**ZÍDEK:** „Zrozen.“

**KUDLÁČEK:** „Zrozen, ale pak má kolem sebe prostředí, které mu umožní tuto vrozenou vlastnost přetvořit do skutečného leadershipu.“

**Tomáš Satoranský. Jak byste ho jednou větou nebo slovem charakterizovali?**

**ZÍDEK:** „Člověk, kterému se povede to, co si předsevzal.“

**KUDLÁČEK:** „Srdcař.“

Na co jsem se vás nezeptal a vy byste to chtěli sdílet?

**ZÍDEK:** „Nejdůležitější je to, co nakouzl Jakub, a to je přechod evropského basketbalu k americkému modelu, aby byl více byznysově nastavený. Myslím si, že stávající evropské pojetí je na ústupu, i díky dominanci fotbalu v Evropě. Z basketu po velké finanční krizi v roce 2009 a covidové krizi oteklo velké množství financí. I proto je zásadní, aby basketbal zvládl přeměnu do modelu, který bude bližší americkému. Evropský

# 4

**Čtvrtý evropský titul získali španělští basketbalisté. Nad nimi už jsou jen bývalé velmoci Sovětský svaz (14) a Jugoslávie (8).**

basket nebude nikdy stejný jako americký. Evropa je jiná. Ale aby se přiblížil americkému modelu, byl samoudržitelný, aby ekonomika fungovala, to považují za zásadní.“

**KUDLÁČEK:** „Vezmu to z českého pohledu. Akceptovat fakt, že basketbal je jenom jeden. Neexistuje více basketbalů. V Česku jsme měli v minulosti často tendenci sami sebe vidět mimo ten jeden basketbal, který jsme vnímali jako sci-fi. Doufám, že poslední roky, kdy se náš národní tým musel napřímo konfrontovat s tím nejlepším basketbalem, to znamená s USA, s nejlepšími hráči světa, MVP NBA atd., že toto bude katalyzátor pro to, aby si celé naše prostředí uvědomilo, že se musíme všichni porovnávat jen s tím jedním basketbalem. A pokud v basketbalu chceme fungovat, musíme to být naše jediné měřítko a standard pro všechno, co děláme na denní bázi.“

**Experti polemizují, že dodnes není jasné, zda byl Kobe Bryant příčinou malé aktivity spoluhráčů, nebo na ni reagoval? Máme v týmu podobného hráče?**

**KUDLÁČEK:** „Nemáme, z jednoho prostého důvodu – nemáme takové mentální nastavení při požadovaných dovednostech. Náš nejlepší hráč je zároveň nejlepším týmovým hráčem, ale nemáme takového, který si vezme míč a řekne – teď běžte všichni pryč, dejte mi míč, teď je můj čas – a zcela sám situaci vyřeší. K tomu, abyste měl takového hráče, musíte mít takové dovednosti, aby tyto situace mohl řešit s vysokou úspěšností. Takového hráče nemáme.“

**ZÍDEK:** „Nemáme hráče typu Kobeho Bryanta.“

**Jaký je váš vzkaz českým mladým sportovcům, trenérům nebo rodičům?**

**KUDLÁČEK:** „Dobře si nadefinujte, kam se chcete dostat. Pečlivě analyzujte, kdo jste, a když víte, kdo jste a kam chcete jít, bude docela jednoduché naplánovat cestu, která k tomu vede. A nezapomeňte si na té cestě dávat postupné cíle.“

**ZÍDEK:** „Můj vzkaz je pro basketbalovou mládež: nebuďte líní jak na hřišti, tak ani ve škole. Naučte se kombinovat školu a basket, mějte cíle a pak je větší šance se dostat tam, kam míříte. Možná ještě, co jsem měl ve své knize jako motto a definuje mě to, že těžká práce negarantuje úspěch, ale bez ní nemáš šanci. Tomu pevně věřím, nejen v basketu, ale i v životě.“



FIBA  
**EUROBASKET**  
CZECH REPUBLIC • GEORGIA • ITALY • GERMANY



# DĚKUJEME

**101 769**

fanoušků v Praze

**Ø 11 335**

fanoušků/český zápas

**2x**

překonaný rekord  
na český národní tým

**Ø 6 785**

fanoušků/zápas  
v O2 areně



#### GLOBAL PARTNERS



#### EVENT SPONSORS



#### INSTITUTIONAL PARTNERS



## MARTIN NEČAS

útočník Carolina

Martin Nečas je rychlý, technický, kreativní a přemýšlivý hráč. Má všechny předpoklady stát se v 23 letech základním pilířem ofenzivy týmu Carolina Hurricanes a být hvězdou NHL. Zdobí ho kombinace skvělého bruslení a schopnosti připravit šance spoluhráčům. Jen ještě potřebuje víc bodovat.

TEXT: SLAVOMÍR LENER

**M**artine, od malička s tebou táta a současně trenér provozoval snad všechny sporty, na které si vzpomenu. Umíš výborně tenis, fotbal. „Taky jsme hodně lyžovali, hráli ping-pong, baseball, beach tenis s dřevěnou pálkou, badminton, spoustu dalších her a sportů. To mi dalo nejen všeobecné kondiční a obratnostní základy, ale hlavně cit a orientaci ve hře, schopnost vidět spoluhráče i soupeře. A partu.“

**Teď jsi něco přes léto změnil?** „Sportů už nedělám tolik, ale rád a často hraji tenis, golf. Moje letní příprava do začátku kempu trvá dvanáct týdnů. Denně trénuji v tříhodinovém bloku, což obsahuje důkladné rozcvičení, zpracování, fyzioterapii, posilování a hry. Přes léto naberu asi tak dvě, tři kila a budu mít optimálních 90-91 kilo. Za dobu působení v NHL jsem přibral víc než 15 kilo. Hodně jsem posiloval zadek, teď zase vršek. Dávám si velký pozor na jídlo. Rád kombinuji suši, steak a italská jídla. Rovněž dodržuji režim dne, to je hodně důležité.“

**Trénuješ raději sám, nebo ve skupince?** „Často dělám s kondičním Milošem

# Přidávat si. Sám. Ne



Pecou. Je snazší a výzivnější trénovat s klukama. Víc se hecneme, soutěžíme. Nejčastěji jsme ve čtyřech s Martinem Kautem, Radimem Zohornou a Tomášem Hertlem. Tenis si dám třeba s Pastou.“

**Kolik to máte?** „1:1 na zápasy. Vyhrál jsem 3:2 a prohrál 1:3. Hrajeme jako na grandslamu, na tři vítězné sety.“

**Jdeme na led. Již od žáků spíše tvoříš hru a to ti vydrželo i v NHL. To se u nás vždy cenilo, v zámoří mají rádi spíše střelce.** „Mám to v sobě, je to má mentalita. Jsem nezištný hráč. Udělá mi dobře, když někomu připravím gólovou šanci, vymyslím pěknou přihrávku. Teď

pracuji na tom, abych to změnil. Říkají mi, že musím být trochu sobecký a nutit se do střely.“

**Jako pravák jsi důležitým hráčem na střelu z první hlavně v přesilovce. Nehleďš inspiraci třeba u Davida Pastrňáka?** „Určitě, to přesně potřebuji. Je to o nastavení v hlavě. Pasta vystřelí za zápas třeba i desetkrát, já jen dvakrát, třikrát, a tady je asi řešení.“

**Základ změny myšlení je ale v tréninku. Pamatuji, že nejčastějšími pokřiky ze strany trenérů NHL při každém tréninkovém cvičení bylo shoot the puck! a hit the net!** „Přesně tak, pořad



# kvůli trenérovi nebo rodičovi



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

to musíme slyšet kolem sebe, dostávat to pod kůži. Jinak s tréninkem nemám vůbec problém. Dávám si navíc před i po tréninku. Ale hlavní je to z tréninku přenést do zápasu.“

**Jak toho docílíš? Spolupracuješ s psychologem?** „Tohle léto jsem začal spolupracovat s Marianem Jelínkem. Věřím, že mě to posune. Potřebuji, aby mi pomohl, jak se naladit především na zápasy. U nás se dříve angažování psychologa moc nenosilo, bylo by to v očích ostatních bráno spíše, jako bych byl psycho. Ale například ve Švédsku a Finsku už mají svého psychologa všichni hráči od patnácti let.“

## NEJRYCHLEJŠÍ HRÁČI NHL

základní část 2021/22

		km/h
MARTIN NEČAS		40,07
ALEX FORMENTON		39,75
CONNOR McDAVID		39,59
NATHAN MACKINNON		39,43
RYAN MERKLEY		39,27
NIKOLAJ EHLERS		39,27
LAWSON CROUSE		39,27
BOWEN BYRAM		39,11
CHRISTIÁN JAROŠ		38,95
ALEX TUCH		38,95

**Před více než rokem přišel americký deník The News & Observer s postřehem, že bys mohl být nejrychlejším hráčem celé ligy. Díky pokročilým technologiím firmy Verizon se zjistilo, že v uplynulé sezoně jsi v jednu chvíli během utkání dosáhl rychlosti téměř 40,1 kilometru za hodinu a předčil i Connora McDavida (39,6 km), který je považován za nejlepšího bruslaře.**

„Věděl jsem, že jsem rychlý, ale taky mě to překvapilo. Je to asi díky mému zrychlení, schopnosti nabrat rychlost v překládání a také tomu, že mi nepřekáží puk. Navíc si myslím, že je důležité, že to musí být v ostrém zápase, který má tempo, nasazení a momentálně vzniklou herní situaci, která vás doslova k akceleraci donutí.“

**K takovému výsledku se člověk ale musí systematicky dopracovat. Za tím se přeci neskrývá jen přirozený talent?** „Odmalička jsem s tátou dělal obratnost, hrany a překládání. Vždy v kombinaci, bez puku a s pukem. Později jsem to dále piloval s trenéry ve Žďáru anebo s trenérem Jaromírem Pytlíkem v Telči.“

**V čem bruslíš a jak často měníš v sezoně bruslařský komplet, boty a brusle?** „Mám raději boty tvrdší, které drží lépe v oblouku. Měním je tak osm-

krát za sezonu, na nových jdu do zápasu po dvou trénincích.“

**Někteří severané bruslí kvůli citu naboso, nebo jen v tenkých ponožkách.** „Já mám tenké ponožky, jednu botu o půl čísla a druhou o tři čtvrtiny čísla menší. Cítím se tak skvěle a pevně v obloucích.“

**A co nože?** „Vždy jsem na to dbal. Menší kolíbka, delší rovina. Žlábek mělčí, vydrží mi celý zápas. Přeburuju jen málokdy.“

**Co bys poradil dětem, žákům, dorostencům?** „Hokejem se musíte bavit, makat, dělat všemožné sporty. To pomůže. Přidávat si. Sám. Ne, že to chce trenér nebo rodič.“

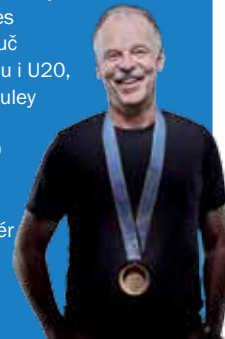
**Co bys řekl rodičům?** „Byl jsem nedávno na zápase žáků, podívat se na mého bratrance. Tolik křiku, pokynů z tribun, na hráče, na rozhodčí. To nejde. Já jsem měl s tátou vždycky kamarádský vztah. Ať byl na střídačce nebo na tribuně. Tak by to mělo být. Makat, bojovat, ale pohoda a radost.“

**Ideální trenér mládeže?** „Připravit kvalitní, náročný, ale zábavný trénink. Musí umět cvičení ukázat, dětem poradit, pochválit je, dát jim všechno. Mít zápal.“

**A trenér NHL?** „Náš trenér v Carolině. Má respekt, autoritu, taktiku, individuální přístup, rozumí hráčům, umí soucítit. Neskutečnou řečí v kabině dokáže namotivovat.“ □

## SLAVOMÍR LENER

- po boku Ivana Hlinky trenér hokejových olympijských vítězů v Naganu 1998
- v NHL působil šest sezon jako asistent Calgary Flames a Florida Panthers, kouč reprezentačního A-týmu i U20, Sparty, Düsseldorfu, Luley a Linköpingu, kde odkoučoval přes 1000 utkání (2x zlato a 4x bronz)
- působil jako šéftrenér svazu a manažer reprezentace (1x stříbro, 2x bronz)



**MIKULÁŠ KLAS** má ve světě softballu velké jméno a dlouhé roky je součástí českého reprezentačního týmu, který vládne Evropě a spřádá plány na další posun ve světové konkurenci. Je sice hráčem Kotlářky, ale každý rok hostuje v některém z elitních českých týmů a svým uměním rozdával na klubové úrovni radost i v Dánsku, USA nebo na Novém Zélandu.

TEXT: JIŘÍ NIKODÝM

# Na Zélandu mě posouvali hráči

FOTO: ČTK



SOFTBALLISTA

## MIKULÁŠ KLAS

**Narozen:** 17. 12. 1993

**Pozice:** vnitřní polař, catcher

**Klubová kariéra:** ZŠ Jana Wericha, SK Kotlářka, SK Radotín, Horsholm Hurricanes (Dán.), Roosters Softball Club (Nový Zéland), Bear Bottom Lodge (USA), Pueblo Bandits (USA), AWP Lumberjacks (USA), aktuálně Tempo Praha

**Úspěchy:** juniorský mistr ČR (2015, SK Kotlářka), mistr ČR (2018, Tempo Praha), mistr Dánska (2019, Horsholm Hurricanes), 2x mistr Evropy (2016, 2021), na MS 7. místo (2015), 8. místo (2019) a 9. místo (2017)

### Začátky ve škole

„Začínal na základní škole Jana Wericha v Praze Řepích. Původně mě k softballu přivedl učitel angličtiny a současně i můj první trenér Václav Soukup. Byl tam jako trenér i David Kořízek, který hrával za Kotlářku. I proto jsem pak zamířil do Kotlářky. David mě jako bývalý hráč navnadil přístupem, uměl své nadšení a dovednosti přenést na svěřence. A nebyl to nějaký trenér, který měl všechno naučené, ale naopak nám předával, co zažíval jako hráč, a navíc měl obrovský zápal. Na hřišti dával najevo emoce, a to nás jako malé kluky bavilo.“

### Největší posun

„Těžká otázka, nedá se říct, že by to byl jeden trenér. Když jsem se posunul z kadetů do juniorské kategorie a nakukoval mezi chlapy, poznal jsem na Kotlářce Pavla Černého, který mě vycepoval a vytáhl do dospělého týmu. Udělal ze mě hráče z pohledu techniky a chápání hry, kdy člověk složitě přepíná z mládežnické kategorie mezi chlapy. Obecně je přechod do dospělých o rychlosti a síle. Softball je pak taky hodně o zkušenostech a o nadhozu. Pálení se dá do určité míry natrénovat, ale pak je to už o nakoukávání nadhozů, pozorování a zvykání si. Na tréninku je to jiné než v utkání. Starší hráči mají výhodu, protože už dokážou nadhozy lépe číst díky zkušenostem. V mládeži nemají nadhazovači takové spektrum nadhozů z hlediska rotací a směru letu a pochopi-

telně i rychlosti. I nadhazovači se dlouho učí a jejich nadhozy začnou fungovat, jak mají, až v dospělé kategorii.“

### Očekávání od trenéra

„Myslím, že u dospělých je potřeba, aby trenér měl dobrý vztah s hráči a nijak se nad ně nepovyšoval. Aby spolupráce byla více na kamarádské úrovni, nechal hrát chlapy v zápasech jejich hru a moc do toho nevstupoval. Ale v tréninku jsem rád, že trenér do procesu vstupuje, dává nám impulzy, abychom neupadli do stereotypu. Trenér komunikuje s námi, a hlavně pak s ostatními trenéry. Často i se zahraničními, vyměňují si zkušenosti a získává nové poznatky, které vnášší do našich tréninků. Ty jsou pak pestřejší a zkusíme nové věci z ostatních zemí.“

### Moderní technologie

„Národní tým trénuje Jarda Korčák a mně se líbí jeho přemýšlení, které je někdy až vědecké. Hodně mi dávají třeba statistické údaje. Jarda neustále zkouší nové technologie a na softball tak mění svůj i náš pohled. Hodně mě posunul a ukázal mi, že softball není jen o pocitech a drilech, ale o technice, statistice a datech. Podle dat se dělají závěry a my se pak můžeme věnovat i jiným věcem, než je běžné. Jsem fanouškem těchto záležitostí, strašně se mi to líbí. Když člověk poslouchá a nechá si všechno vysvětlit, v závěru uzná, že je to vědecky podložené a funguje to. Tyto metody



a technologie používáme hlavně v zimě mimo sezonu, když se jen trénuje. Sleduji nejrůznější data a čísla, podle nichž se koriguji a trénuji. Když je ale sezona v plném proudu a člověk nemá formu, tak se vrací k pocitu. Snaží se, aby se cítil dobře a bylo to na hřišti efektivní. Mimo sezonu tedy technologiím a datům důvěřuju hodně. V sezoně se musím cítit dobře a čísla a technologie ustupují trochu do pozadí. Strašně rád o tom přemýšlím a řeším detaily, protože náš sport je hodně o detailech. A technologie umí měřit právě důležité detaily na desetiny.“

### České kluby

„Kotlářka není dlouhodobě v extralize, proto chodím hostovat do jiných klubů. V Radotíně vedlo tým více trenérů a z mého pohledu je to lehce komplikovanější způsob. Mají jakousi radu starších, týmové trenérské vedení, kde se domlouvají, na čem se bude pracovat, a pak tam je trenér, který vede trénin-

**„MIMO SEZONU TECHNOLOGIÍM A DATŮM DŮVĚŘUJU HODNĚ. STRAŠNĚ SE MI TO LÍBÍ. ALE V SEZONĚ SE MUSÍM CÍTIT DOBŘE A ČÍSLA A TECHNOLOGIE USTUPUJÍ TROCHU DO POZADÍ.“**

ky. Na Tempu, kde jsem posledních šest let, je strašně zapálený trenér Petr Bednář, který dělá softball přes třicet let a je Tempák od začátku kariéry. Má rád podobně jako Jarda Korčák detaily, technologie a řízení týmu je komplet na něm. Má pochopitelně i asistenty, ale finální řízení obstarává jen on a podle mě je to lepší způsob vedení týmu. Mně to tak vyhovuje.“

### Dánská zkušenost

„Myslím, že trenér Jens Terkelsen byl v Horsholm Hurricanes hodně přátelský. Se všemi kluky se snažil mluvit na rovi-

nu a měli jsme všichni přátelský vztah. Je to dáno tím, že Dánové mají ke sportu i životu úplně jiný přístup. Jejich mentalita je trochu lepší než naše. Více si věří proti každému soupeři a jsou během zápasu bojovnější.“

### Angažmá na Novém Zélandu

„Nový Zéland je v softballu absolutně top. Byl to můj první velký ‚výlet‘, kde jsem strávil nakonec devět měsíců a asi šest jsem hrál softball. Musel jsem se hlavně na začátku spolehnout na sebe, abych předvedl super výkon a neposadili mě na lavičku. Potřeboval jsem předvá- →

INZERCE

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

**FOSFA**  
Life Science



GENERÁLNÍ PARTNER  
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU  
2020 - 2024



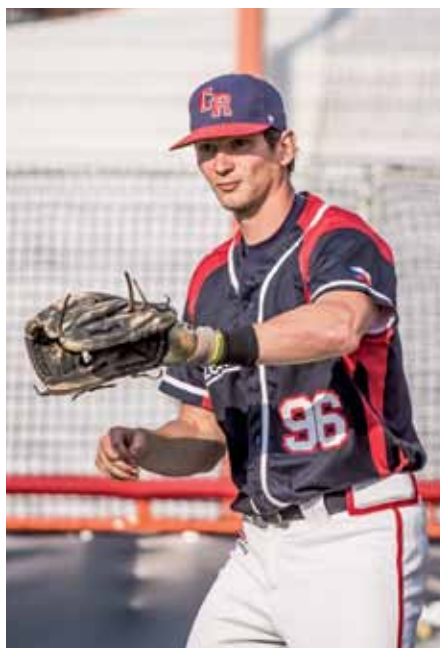
dět to, co u nás, ale úroveň je tam samozřejmě vyšší, i když jsem nebyl v úplně nejlepším týmu na Zélandu. Tréninky jsem čekal propracovanější, ale nevydávaly tak, že by měly člověka výrazně posunout. Je to hodně o mentalitě. Oni si neskutečně věří a vědí, že mohou každého porazit. Ale nebyl tam trenér, který by mě nějak oslovil. Spíš mě posouvali skvělí hráči, které jsem potkával.“

### Amerika

„V USA je to ještě těžší. V Americe si musíte angažmá dopředu domluvit a týmy si vybírají hráče čistě jen podle výkonnosti. Nároky jsou větší, když tam musíte přijet, hned předvést výkon a neskonečit na lavičce. Po tu krátkou dobu jen několika měsíců tam nechcete jen sedět. Jsme amatéři, ale v Americe musíte přepnout na profi nebo poloprofi režim. Hrajete s kluky, které v zásadě neznáte, a je třeba si s tím poradit, zvládnout to a podat výkon. Tým od týmu se to liší, někde trenéři do všeho vstupují víc, jinde zase míň. Ale vždy vás berou jako hráče, kterého si koupili. Když jste přišel odjinud, je na prvním místě výkon. Velkou pomoc čekat nemůžete. Jede tam za sebe, a když se vám nedaří, očekává se, že jste hotový hráč a sám se musíte dostat zpátky do pohody. Trenéři

# 64,7

**S takovou procentuální úspěšností odpaloval Mikuláš Klas na zlatém ME 2021, lepší byli jen dva soupeři z Francie a Dánska.**



netrénují, ale koučují a určují strategii. S trenéry se bavíte, jak se na vás dívají a kolik budete dostávat šancí. Potkáváte se se spoustou zkušených hráčů, s nimiž se dá diskutovat, poslouchat jejich názory a učit se od nich.“

### Reprezentace s Jaroslavem Korčákem

„Setkáváme se docela často v širším výběru, z něhož se pak dělá užší výběr pro hlavní akci. Když je zima, trénujeme techniku a objem. V reprezentaci se učíme poznávat jeden druhého a sledovat návyky jednotlivců, co kdo jak hraje. Jar da udělá program soustředění, abychom měli prostor tohle všechno natrénovat a sladit. Když se sejdou dva hráči, kteří něco hrají každý jinak, on do toho vstupí a určí, jakou variantu budeme hrát.“

### Sám v budoucnu trenérem

„Zajímavá otázka, ale zatím úplně nevím. Chtěl bych předávat, co jsem se naučil v zahraničí. Techniku, ale hlavně přístup, jaký tam mají obecně k softballu a utkání. U mládežnických kategorií už jsem něco málo trénoval, ale potřeboval bych větší praxi, abych mohl předat všechno, co chci. Momentálně rozhodně chci ještě spoustu let hrát, takže je to otevřeně...“ □

VOLLEYBALL  
WORLD  
CHAMPIONSHIP



NETHERLANDS  
POLAND  
2022

**SLEDUJ**  
**MISTROVSTVÍ SVĚTA**  
**VE VOLEJBALU ŽEN**  
**NA ČT SPORT A VOLEJ.TV**  
**23. 9. - 15. 10. 2022**

 **sport**  
 **VOLEJ.TV**



# UMBRELLA

Úspěšný systém výchovy  
hokejistů ve Finsku

FOTO: PROFIMEDIA.CZ



Zažil jsem to období před téměř patnácti lety, kdy novou cestu finského hokeje razil jeden velice chytrý vizionář Errka Westerlund, metodik svazu a poté hlavní trenér finského národního týmu. Říkalo se mu The Hockey Professor. Často jsme diskutovali, vyměňovali si zkušenosti. Sršela z něj vždy energie a zájem, zdobila ho rozvaha, moudrost a pokora. Není divu, že stál u zrodu finského fenoménu Umbrella, tedy Deštníku, jenž brzy začal chrlit kvalitu do reprezentace i NHL

TEXT: SLAVOMÍR LENER



Posun k progresu finského hokeje nastal, když v roce 2009 Finská asociace ledního hokeje (FIHA) svolala summit ve Sportovním institutu ve Vierumäki. Trenéři, agenti, skauti, vedoucí týmů, generální manažeři a další byli pozváni k tomu, aby přehodnotili strategii rozvoje hráčů. Na popud Erkky Westerlunda, hlavního trenéra finského národního týmu, se začalo pracovat s mladými hráči. Především na individuálních dovednostech, stravě, zodpovědném přístupu k tréninku i umění odpočívat.

„Klíčová je kooperace mezi kluby. Jsme malá země, pracovat společně je jediná cesta, jak přežít,“ vyhlásil Westerlund zásadní směr rozvoje.

Timo Backman, sportovní ředitel FIHA, se zasadil o to, aby svaz najal trenéry na plný úvazek pro všechny národní týmy. Ti jsou na reprezentačních akcích zhruba jen 40 dní v roce, ale zbylých 325 dní se věnují rozvoji hráčů v klubech.

Po kempu nebo turnaji navštíví trenér národního mužstva každý klub, kde jsou reprezentanti. Sedne si s hráčem a klubovým koučem, aby společně vyhodnotili, na čem bude pracovat a co má rozvíjet před další akcí. Reprezentační trenér mluví i se zahraničními kluby, pokud finští hokejisté hrají například ve Švédsku. S hráči působícími v zámoří se komunikuje prostřednictvím videa, třeba přes Skype.

Na mistrovství světa v roce 2012, které se konalo ve Stockholmu a Helsinkách, vydělal finský svaz 8,2 milionu eur a tyto peníze byly investovány zpět do programu rozvoje mládeže. Byli najati trenéři dovedností, kteří pracovali s hráči ve věku 10 až 14 let. Kluby dál platí mzdy, ale FIHA přidává každému oddílu přibližně 30 tisíc eur ročně.

To je základem Umbrelly, rozvoje hokeje pod takzvaným Deštníkem.

Každý klub se musí starat i o ty nejmenší týmy v oblasti. To prospívá všem, velkým i malým. Téměř všichni hráči juniorského věku ve Finsku se tak dostanou k trenérovi dovedností již v raném věku.

## Hokej = životní cesta

Strategickým cílem je navýšit počet hráčů a hokej přijmout jako celoživotní hobby. Důležitá je kvalita tréninku dětí a respekt k němu, důraz na vzdělávání trenérů, „zaměstnanců“ juniorských týmů a rodičů. Lední hokej je součástí běžných školních dnů.

Marko Anttila, 203 centimetrů vysoký útočník a hvězda finských olympijských vítězů a dvojnásobných mistrů světa

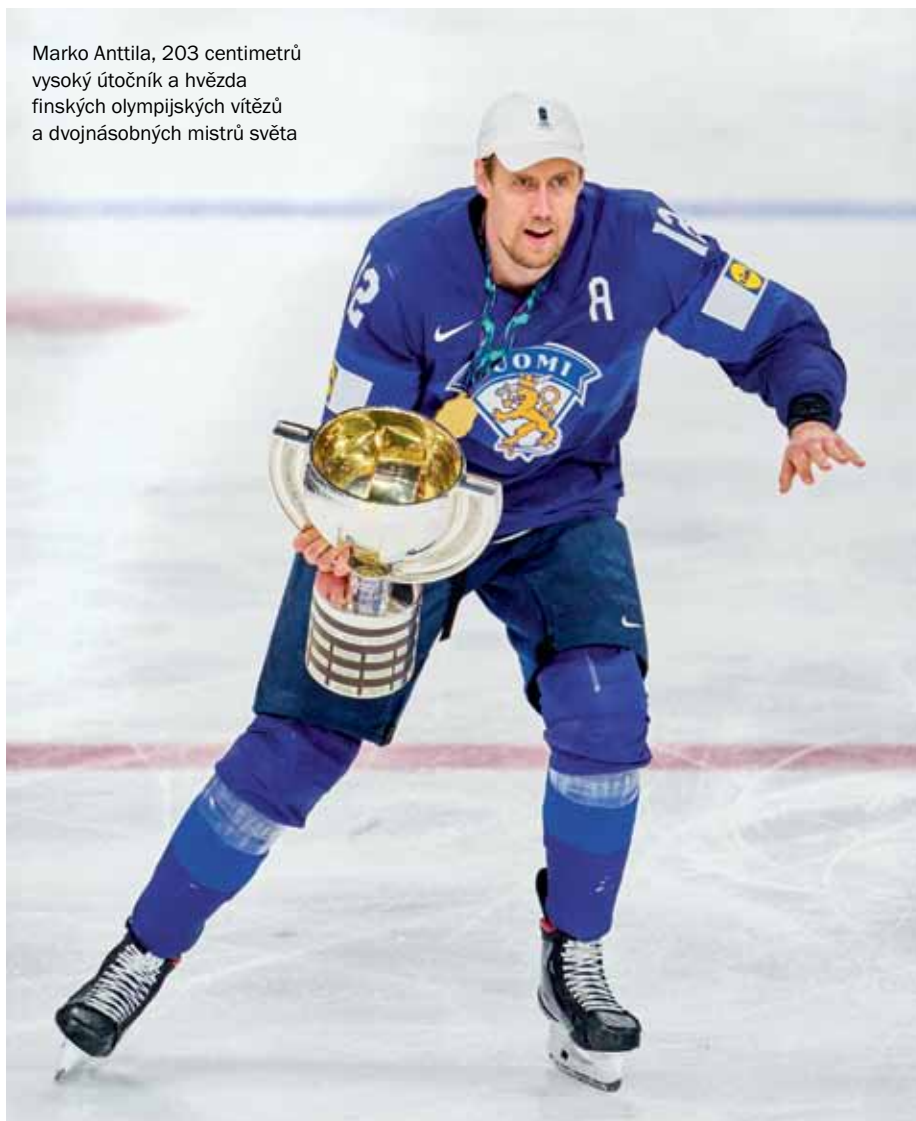


FOTO: PROFIMEDIA.CZ

## FINSKÉ ÚSPĚCHY POSLEDNÍCH LET

Světový žebříček 2022		ZOH	MS	MS U20	MS U18
<b>MUŽI</b>	1.	zlato 2022	zlato 2022	zlato 2019 a bronz 2022	zlato 2018 a bronz 2022
<b>ŽENY</b>	3.	bronz 2022	stříbro 2019	neorganizuje se	bronz 2022

Zkrátka hokej pro všechny. Všichni chodí do přípravky a Lví hokejové školy. Ti, co se vydají takzvanou sportovní cestou, absolvují častější přípravu, tréninky a zápasy. Postupují podle věkových kategorií.

Žáci = Level F-D.

Mládežníci = Level C-A.

Vrcholem je elitní hokej = Top Level Sport.

Paralelně pro ty, kdo nechtějí jít sportovní, ale zájmovou cestou, a netouží hokeji věnovat tolik času, organizuje FIHA

žakovské kategorie „Zájmový hokej“, poté mládežnické a středoškolské „Easy Hokej“ a nakonec „Rekreační“ a „Old-timer“ hokeje.

„Především v žakovských kategoriích se stává, že děti přecházejí ze sportovní cesty na Easy hokej, a naopak. Tímto systémem udržíme u hokeje víc dětí a mládeže,“ zdůrazňuje výhody dvojí/paralelní cesty při výchově malých hokejistů Kimmo Oikarinen, generální manažer mládežnických reprezentací FIHA.



## Jednotná filozofie

FIHA pracuje s jednotlivými regiony, všude dbá na kvalitu. Všichni trenéři i skills kouči musí být vzdělaní, zapálení a kvalitní. Nejvíce hráčů se koncentruje na jihu kolem Helsinek, i když rozlohou nejmenším regionu.

Začalo se za pomoci profesionálních svazových a regionálních trenérů. To byl základ. Peníze plynuly z minulých světových šampionátů ve Finsku. Zpočátku pracovali první regionální trenéři na plný úvazek a jezdili do klubů na základe kvality jejich mládežnických programů. Pomáhat začal i první hlavní trenér U16 na plný úvazek a pak postupně další svazové reprezentativní trenéři.

Principiální hodnoty FIHA, které šíří do hnutí, jsou velmi prosté, ovšem zásadní a důležité:

ÚCTA

ZÁBAVA

POSPOLITOST

SNAHA O DOKONALOST

Pospolitosť je asi nejdůležitější ze všeho. Není tolik klubů, trenérů a hrá-

INZERCE

## FILOZOFIE FIHA

- Každý hráč by měl trénovat na hřišti, které je nejbliž domovu, a ve stejném klubu tak dlouho, jak je to možné, dokud by se nemusel přestěhovat do většího města
- Kluby by měly spolupracovat na rozvoji sportovců napříč ve své komunitě
- V mládežnickém hokeji by neměly existovat žádné výběrové kempy (všichni dostanou šanci) ani žádné vyhazovy z hlediska výkonnosti
- Trenéři by se navzájem měli meziklubově podělit o znalosti při rozvoji hry
- LTAD (dlouhodobý rozvoj hráče) je prioritou číslo 1, ne příští zápas, ne příští turnaj
- Cíle sezony jsou víc o rozvoji jednotlivců než o úspěchu týmu

čů, všichni jsou velice důležití, a proto musí mezi sebou spolupracovat.

Inspirací Umbrelly byl především belgický klubový fotbal, který byl v podstatě převeden do finského hokeje. Financování, metodika, práce s rodiči. Vše je založeno na spolupráci klubů. Ty velké mají pod sebou malé, starají se o to, aby v malých klubech byla kvalita a hráči nemuseli odcházet do větších měst. Tím ušetří spoustu času, peněz a energie. Jak hráči, tak jejich rodiče. Výhodou bylo, že na podobném modelu už několik let fungoval systém rozvoje brankářů doma ve Finsku.

Chcete znát několik zásad a pokynů pro správné fungování systému? Zde jsou.

Udržujte hráče ve stejném klubu tak dlouho, jak je to možné. Nejlepší hráči by měli přecházet do velkých klubů až ve věku 14-17 let.

Model Club (hlavní, velký klub) sdílí informace, musí fungovat spolupráce mezi kluby s cílem společně zlepšovat sport v celém regionu. →

# Jsi trenér, ne bafuňář!

ŽÁDNÁ POČÁTEČNÍ INVESTICE


MĚSÍČNÍ POPLATEK JIŽ OD 449 Kč VČ. DPH

EOS POUŽÍVÁ 170+ KLUBŮ V ČR A SR!

Tak se v klidu věnuj trénování a řízení oddílu nech na **klubové platformě eos**. Naši spokojení klienti si to bez ní už nedokážou představit. Kromě nervů s ní ušetří až desítky člověkohodin měsíčně. A čas jsou peníze. Vyzkoušej si to zdarma. Všim tě provedeme a přesvědčíš se, že takový servis jinde nedostaneš.



"Platforma eos mi neuvěřitelně šetří čas. Stačí tam bouchnout, že máme závody a rodiče si tam vše přečtou. Díky tomu máme víc času na tréninky s dětmi."

 **Monika Perglerová**  
Koordinátorka mládeže, ČVK Praha



"Představa řídit jednotu naší velikosti a u toho chodit do práce je hrozná. Díky eosu to zvládáme ve třech lidech bez problému. Návrh investice byla v případě našeho Sokola téměř okamžitá."

 **Petr Zidek**  
místostarosta, T.J. Sokol Dolní Chabry



[www.eos.cz](http://www.eos.cz)

## UMBRELLA V ČÍSLECH

**5,5**

milionu obyvatel má Finsko

**50**

pracovníků na plný úvazek má dnes Finská asociace ledního hokeje (FIHA)

**75 000**

registrovaných hokejistů a trenérů

**35 000**

mladých hráčů

**250**

krytých kluzišť

**400**

klubů, z nichž 198 má program pro mládež

**63**

hokejistů (z toho 11 brankářů) hrálo v sezoně 2021/22 v NHL



FOTO SPORT: PAVEL MAZÁČ

Neprovádí se náborů či výběry v prvních letech, nikoho nelze odrazovat.

„Meziklubové telefonování od trenéra hráčům nebo rodičům není povoleno. Když už ano, musí se komunikace odehrávat jen na úrovni vedení klubů,“ vysvětluje Oikarinen pravidla a meziklubovou etiku.

Všichni trenéři v regionu se znají, spolupracují. Znají nejen své hráče, ale i hráče z jiných klubů. Sdělují si informace, vypomáhají si, a když je někdo v konkrétní oblasti dobrý, je zván do ostatních klubů.

Je zásadní, že se daří držet naprostou většinu hráčů v jejich původních klubech až do kategorie U16. Hráči a jejich rodiče jsou přesvědčováni, že je lepší zůstat v malém klubu, kde mají svou roli a ice-time.

### Rozvoj trénování a koučování

Kvalita trenérů v různých klubech nebyla stejná, bylo proto nutné zefektivnit trénink a koučování mládeže a pomáhat trenérům na denní bázi. Trenéři v klubech musí být schopni své hráče naučit

dokonale všechny potřebné dovednosti, pracovat s detailem, neustále cvičení opakovat a být kreativní.

Regionální trenéři potřebují rovněž podporu, aby měli dostatek času na mentorování a pomoc mládežnickým trenérům.

FIHA vždy platí projekt po dobu tří let, financování může pokračovat i po zhodnocení tříletého období.

„Byla to největší investice do finského hokeje všech dob,“ zdůrazňuje manažer Oikarinen.

Osm regionálních trenérů působí na plný úvazek a jeden na poloviční úvazek v osmi regionech FIHA. K tomu 45 vedoucích trenérů v klubech na plný úvazek, 26 trenérů dovedností na plný úvazek v klubech, víc než 100 vedoucích trenérů v klubech na částečný úvazek. Juniorských klubů je 180. Vyhledávají a umožňují tréninkové příležitosti v blízkosti klubů a pracují v úzké spolupráci s kluby, které věnují zvýšenou pozornost individuální přípravě.

Trenéři dovedností se vybírají z přibližně 250 žádostí formou rozhovorů

a pohovorů. Přijato bylo 26 nejlepších uchazečů, 25 z nich pro práci v klubech, jeden pro ženský hokej (v celém Finsku). Na výběru se podílí jak svaz, tak kluby a najatá agentura, která se touto problematikou zabývá. Finální jméno trenéra navrhone klub, ale svaz ho musí schválit. Dohoda je zásadní.

Vzdělávání probíhá pod záštitou FIHA v institutu VierumäkiSport po dobu jednoho a půl roku, tři dny ve škole v každém měsíci. Probírají se různá daná témata. Činnosti na ledě jsou vedeny podle programu Lion Road, FIHA LTAD. Aktivity a multisport mimo led se zdůrazněním vývojových fází a poukázání na okna „trénovatelnosti“.

Nejlepší inovátoři a objevovatelé nových cest v oblasti učení dovednostem jsou zapojeni do vzdělávání skills trenérů; nové teorie na ledě i mimo něj.

„Změnilo se i to, že svaz už nedává všem všechno - jen to, co trenéři potřebují a chtějí,“ popisuje nové přístupy svazu Jari Ruottinen, regionální trenér FIHA. „Požadavky každého klubu bývají velmi specifické. Pomáháme se semináři,

školíme, předvádíme dovednosti na ledě i mimo led, takzvaně na zakázku. Výsledkem je, že i menší kluby mají kvalitní skills kouče ze svých řad a na vysoké úrovni.“

## Jak fungují skills kouči

V elitní Liize působí čtrnáct týmů. Dva v Helsinkách, dva v Tampere plus Turku, Pori, Rauma, Lahti, Lappeenranta, Hämeenlinna, Jyväskylä, Kuopio, Oulu, Espoo.

Ve druhé lize (Mestis) je k dispozici devět týmů: Vaasa, Kouvola, Mikkeli, Joensuu, Kajaani, Savonlinna, Kerva, Vantaa, Turku.

Regionálně důležité jsou dva týmy Rovaniemi a Kokkola, jednu pozici drží ženský hokej.

Příklad: „Modelový klub“ Lahti má na starost nejen své hokejisty, ale hráče z celé spádové oblasti a podle jednotné filozofie a svazové metodiky tak pracují všichni trenéři a přibližně 1300 hráčů. Podmínky spolupráce se spádovými klu-

by jsou uloženy v kontraktu, v němž je dané, za jakých podmínek budou spolupracovat, včetně výměny hráčů. To vše schválí a sleduje federace. S přestupem se nespěchá, když už, tak v rámci regionu. Hráči z malého klubu mohou částečně trénovat i ve velkém, a někdy odehrát zápas v sobotu za velký klub a v neděli za svůj malý klub.

Konkrétní náplň práce skills koučů? Základní motto zní: Trenéři pomáhají trenérům. Radí otcům/trenérům, kteří potřebují pomoc, aby dělali věci správně. Předávají informace přímo z juniorských reprezentací mládežnickým trenérům v klubech (sledují nové tendence v tréninku a ve hře). Tyto informace jdou směrem do klubů okamžitě po každé reprezentační akci.

Skills kouči ovlivňují vše mezi E2 (U10) a D1 (U13), od A po AAA a většinu času fungují přímo na ledě. Návštěvy jsou časté, jednou v týdnu. Většinou bývají ohlášené, znají se s lidmi v klubech navzájem velmi dobře, není třeba utajených návštěv. Poskytují zpětné vazby klubovým trenérům, vedou tréninky a kliniky různých dovedností, ukazují, jak na to.

Jsou zodpovědní za kvalitu svých klubů a „zastřešujících“ klubů na ledě U10-U13 (Umbrella System). Propagují programy pro rodiče v místě klubu, provádějí osvětu.

## Výchova individualit

Talentovaný, pracovitý hráč má dostat šanci trénovat a hrát v A-týmu. Pokud mladý hráč sedí na lavičce, nerozvíjí se a pouze sleduje starší kluky. Hráči, kteří dostali šanci pravidelně hrát mezi dospělými, byli následně vysoko draftováni a uspěli v NHL.

Výčet některých individualit z posledního období: Aleksander Barkov (aktuálně Florida Panthers), Rasmus Ristolainen (Philadelphia Flyers), Teuvo Teräväinen, Sebastian Aho (oba Carolina Hurricanes), Artturi Lehkonen (Colorado Avalanche), Patrik Laine (Columbus Blue Jackets), Jesse Puljujärvi (Edmonton Oilers).

Dobře vytěžovaní hráči pak mohou nabýt zdravé sebevědomí jak na úrovni klubu, tak v reprezentaci. Psychická síla, vědomí, že hokej umím a vím, jak vyhrát zápas či turnaj, je důležité. Finští hokejisté dnes vědí, že jsou stejně dobří jako všichni ostatní na světě.

## ZAMĚŘENÍ VÝCHOVY A TRÉNINKU

### 5-9 let

**Motto: „Musíte děti nadchnout ve skvělé atmosféře!“**

Zapalte v nich vášně pro sport a hraní ledního hokeje. Kondice musí přísně souviset se zdravím. Z hlediska psychiky pracujte na správném sebevědomí.

### LVÍ HOKEJOVÁ ŠKOLA

- Dobře připravený model pro výuku ledního hokeje pro děti do 8 let, který FIHA nabízí zúčastněným klubům
  - 1-2 tréninky týdně, žádné hry
  - Připravený obsah poskytující výcvikové pokyny po dobu tří let! Je to manuál + online materiál, který bere v úvahu individuální úroveň dovedností
  - Pobídky pro kluby obsahují mimo jiné nenákladná školení pro instruktory (50 eur/trenér), sadu jednotného vybavení potřebných pro výuku, právo využívat lví logo (Lion)
  - Celého programu se účastní 180 klubů, přes 10 000 dětí a 1000 instruktorů
- Vybavení zahrnuje puky, ringety, tenisové míčky, měkké míče, kužely, obrázkové karty, dresy v hodnotě 1500 eur

### LVÍ LIGA pro F2 (U9) a F1 (U10)

- 1-3 tréninky týdně, 8-10 jednodenních turnajů, hokej jen na malých hřištích
- Minimálně 20 hodin v týdnu sport, kde je 25-40 % specifických aktivit v rámci klubu a 60-75 % multisport samostatně

### 10-14 let

**Motto: „Čas hrát!“**

V tomto věku se zapojují TRENÉŘI DOVEDNOSTÍ. Děti v tomto věku se naučí hrát a trénovat.

- Regionální ligy A, AA, AAA - hrají poprvé na celé kluziště
- Minimálně 20 hodin v týdnu děti pěstují sport, kde 25-40 % aktivit je specifických pro sport provozovaný klubem a 60-75 % multisport samostatně

## SKILLS KOUČI V UMBRELLE



- ★ = kluby elitní finské ligy
- ★ = kluby druhé finské ligy
- ★ = regionálně důležité kluby



# Proč (ne)vnímáte e-sport jako sport?

## JIŘÍ NIKODÝM

Basketball Champions League Venue Manager



„E-sport je hra. Hlavní aktéři se nazývají hráči. Kdo se chce dostat na top úroveň, musí trénovat tisíce

hodin. Co by měli hráči pro svůj výkon udělat? Nastavit si strategii, určit taktiku, rychle reagovat, bleskově se rozhodovat, volit správná řešení, zvládat krizové momenty, po chybě se psychicky nepoložit, překousnout porážku a na hru být výborně fyzicky připraveni. Každopádně tedy podávají výkon, který vyžaduje nadstandardní schopnosti a dovednosti. Kariéra hráče v e-sportu se mnohdy uzavře ještě v teenagerovském věku, a právě tohle všechno je výbornou průpravou do běžného života. E-sport nabízí emoce, napětí, prohry i vítězství a má své fanoušky, kteří naplňují mnohatisícové arény nebo online sledují eventy a turnaje. Podobně se můžeme ptát, jestli jsou například šachisti sportovci. Odpověď je jasná, jsou. A proto z mého pohledu je e-sport rovněž sportem.“

## ALAN ZÁRUBA

Livesport / Chief Digital Content Officer



„E-sport vnímám jako novou dimenzi sportu v digitálním prostředí. Co zůstává v podstatě stejné nebo podobné,

je metodika, i když je čistě digitální – výuka, trénink, taktická příprava, soutěž. Pak tu máme profesionalizaci, business modely a monetizaci. Vše tak, jak to známe u klasického sportu, ale efektivnější, rychlejší a rozšířenější mezi mladou generací. Jiná je fyzická stránka, nebo spíš realita, která je samozřejmě víc virtuální. I když i to je otázkou. Stres, psychická, a do jisté míry i fyzická zátěž jsou i u e-sportů na profesionální úrovni dle mého značné. Stejně jako mnoho stránek našeho života přechází do čistě digitálního prostředí, i sportovní odvětví doplňují jejich e-sportovní varianty. A u hlavních sportů, jako jsou třeba fotbal nebo basketbal, nabývají jejich digitální soutěže opravdu velkého významu. Na MS v Kataru prý bude hlavním turnajem zdatně konkurovat jeho e-sportovní část. Mám rád film Blade Runner, kde to všechno předpověděli už v roce 1982.“

## LUKÁŠ TOMEK

Deník Sport a iSport.cz / šéfredaktor



„Je to v něčem podobné dilema jako v případě šachů. Stejně jako e-sport nejsou založeny primárně na fyzické

aktivitě. Jsou tedy sportem? Pro mě spíše ano, jelikož v nich jsou naplněny jiné důležité sportovní předpoklady. Soutěživost, taktika, soustředění. U e-sportu k tomu ve většině nejpobulárnějších her můžete přidat i identifikaci s klubem či týmový výkon, jelikož nehrajete jen sám za sebe. Takže ano: e-sport je pro mě sport, navíc nejspíš s velkou budoucností. Osobně sice budu vždy víc vyhledávat ten klasický, ale nebránil bych se tu různým průnikům. Navíc například v takovém basketbale vám možná některé signály z palubovky naplno dojdou, až když si je zahrajete ve virtuální hře. Osobně doporučuji. A ještě jedna inspirace z virtuálních her pro klasický sport: jsou našlapané daty, podle kterých můžete výkon hráče hodnotit ze všech možných stran. Tuhle dimenzi konkrétně český sport stále teprve objevuje.“



## JIŘÍ PONIKELSKÝ

ČT sport / výkonný ředitel



„E-sport, nebo spíš bychom měli použít esport dle označení mezinárodní i české federace, je velmi specifický fenomén moderní doby. Zároveň má mnoho styčných ploch s klasickým sportem. V obou případech jde o soutěžení jednotlivců či týmů za přesně stanovených pravidel, v soutěžích, které připravují organizátoři, je sledován diváky, komentován a má své sponzory. Hráči jsou pak amatéři, poloprofesionálové i profesionálové, podobně jako v tradičních sportech. Naplňuje i jednu z tradičních definic sportu jako aktivity, kde soutěží jednotlivci či týmy za využití fyzické síly a dovedností. K úspěchu je i v esportu zapotřebí usilovného a pravidelného tréninku. Takže dle řady definic se o sport jedná, byť k jeho úspěšnému provozování není zapotřebí vynaložit větší fyzickou námahu. S pocitovým vnímáním je to poněkud složitější. Pro spoustu lidí nikdy sportem v pravém slova smyslu nebude, avšak s tímto problémem se třeba potýkají šachy, ale u části veřejnosti i motorismus, kde je zase podstatnou součástí výsledku technika. Přesto si šachy i motorismus získaly své místo ve sportovním světě a podobně to bude i s esportem.“

## JAKUB KUDLÁČEK

basketbal / ředitel mezinárodního skautingu Charlotte Hornets v NBA



„Nevnímat e-sport jako sport by byla cesta proti proudu. Už se totiž dávno mezi sportovní klání etabloval! Kompetitivní e-sport má spoustu charakteristik, které se od sportu moc neliší – soutěživost, týmová spolupráce, strategie, hodiny a hodiny tréninku, trenéři, týmy mají svoje generální manažery atd. Hráči na té nejvyšší úrovni jsou opravdoví profesionálové, kteří tomu věnují maximum času, energie a úsilí, vydělávají a generují veliké peníze a baví u toho miliony fanoušků. Prosim ale nezapomínejte se sportovním pohybem, který je nezbytný pro správný rozvoj, hlavně u dětí a mládeže – nicméně to se moc neliší třeba od šachů. Bezpochyby je e-sport jedním z nejdynamičtější se rozvíjejících odvětví. Za mě tedy ano, ale nezapomeňme se hýbat!“

## ALEŠ SVOBODA

02 TV Sport / sportovní komentátor



„Je zřejmé, že když budeme striktně trvat na tom, že jednou z definic sportu je vedle přítomnosti soutěžních

prvků a existence pravidel i tělesný aspekt, nemá to e-sport lehké. Ale nepočítáme přece šachy taky mezi sport? A co automobilové závody? Ty také nikdo nerozporuje jako sport, i když tam člověk vsedě ovládá stroj. Ve sportu i v e-sportu se klade velký důraz na mentální stránku věci, hovoříme o potřebě dobré psychiky. A k tomu je třeba i dobré fyzické kondice, která pokryje psychické vypětí. Nemluvě o tom, že virtuální svět bývá rychlejší než reálný, proto je fyzická připravenost zásadní. Příkláním se tak k názoru, že e-sport mezi sport spíše patří.“

## MICHAL BARDA

házená / bývalý reprezentant, trenér a olympionik



„Současně nejrozšířenější definice sportu předpokládá tělesnou aktivitu, na druhou stranu považuje MOV za sporty

i šachy nebo bridž, tedy disciplíny vysloveně intelektuální. Nemám s tím historicky problém. Mám ale problém s virtuálním světem, kde stisk tlačítka RESET zbavuje hráče zodpovědnosti i emočního dopadu neúspěchu ve hře. Zcela to ruší a obchází původní výchovný a formativní přínos sportu. Případá mi zvrácené, když dvacet tisíc diváků v hale sleduje, jak se v počítačové střelečce virtuálně zabíjejí lidé. Jako online přenosy z bojiště? Jako armádní operátoři rozvalení v kancelářském křesle, kteří u kafe se sendvičem v jedné a joystickem v druhé ruce zabíjejí lidi na druhé straně světa? Možná je to hra, ale není to sport. Dívat se, jak někdo jiný masť fotbal na počítači, místo abych vzal míč a vyrazil ven, mi připadá absurdní. Kdyby ale photoshopové tváře na plakátech musely před nástupem do výtahu moci prokazovat několik týdnů své schopnosti v budovatelských strategiích typu Factorio, Cultivation Simulator nebo Frostpunk, bylo by to prospěšné pro všechny.“

## FILIP ŠUMAN

florbal / místopředseda ČOV a IFF



„E-sport jako sport zatím nevnímám i z prostého důvodu, že nepatří do té

nejširší sportovní rodiny GAISF, ve které je sdruženo téměř 100 mezinárodních sportovních federací. To ovšem neznamená, že by se sport měl tvářit, že e-sport neexistuje, nebo proti němu bojovat. Naopak si myslím, že spoluprací může sport hodně získat a v případě, že bude ochoten, tak se i poučit. Sport by si měl uvědomit, že aby zůstal zajímavý pro dnešní mladé lidi, musí se v mnohém adaptovat na 21. století. A e-sport tohle zvládá velice dobře.“

## MARTIN PETR

šachy / předseda Šachového svazu ČR



„Šachy mají k diskutovanému tématu poněkud zvláštní vztah. Dají se hrát jednak online jako e-sport, a naopak

také tváří v tvář, což mnozí za sport nepovažují. Osobně tak vnímám obě strany mince. E-sporty mají s reálnými fyzickými sporty společný prvek soutěžení, zaměření na výsledek a také proces tréninku a zdokonalování se. Chybí zde ale pohyb a reálný fyzický kontakt (většinou). Stále si myslím, že se celý lidský život nemůže přesunout k obrazovce, osobní setkání není nahraditelné a tradiční sporty a e-sporty tak prostě budou existovat vedle sebe. Máme to tak i v šachu. Mezi našimi členy jsou jak fanoušci hraní online, tak i příznivci reálných partií tváří v tvář, mezi něž patřím.“

## WILLIAM CROSSAN

vysokoškolský pedagog / FTVS UK, 25 let ve vedení Athletes in Action v ČR



„S tím, jak se sport stále více propojuje se zábavou a obchodem, je stále problematičtější definovat, co je a není sport.

Mezinárodní olympijský výbor považuje e-sport za způsob, jak zvrátit nezájem mládeže o olympijské hry. FIFA považuje e-sport za další cestu k výnosům a zapojení fanoušků. Jedná se

o komerční argumenty, nikoli argumenty prosazující zvýšení fyzického zdraví populace. E-sporty jistě vyžadují dovednost, koordinaci a týmovou práci, ale nevyžadují dostatečnou fyzickou námahu, aby byly považovány za prospěšné pro zdraví jak fyzické, tak psychické (well-being). Klasifikace e-sportu jako sportu, zejména olympijského, povede k tomu, že se e-sport stane prioritou financování, což bude znamenat méně peněz vyčleněných na sporty vyžadující fyzickou aktivitu, jež jsou přínosem pro zdraví společnosti. Opravdu chceme dát část již tak malého množství peněz, které vlády přidělují na sport, společně s Sony a Nintendo?“

## JAKUB KANTA

redaktor Radiožurnálu Sport



„E-sport nevnímám jako sport z několika důvodů. Vyrůstal jsem s tím, že jde o hraní. Něco za odměnu. Jako dítě a dospívající věnující se mnoha sportovním odvětvím jsem se těšil, že si, až budu dospělý, koupím vlastní herní konzoli, protože na PC hry typu FIFA, NHL, později NBA a NFL, mě zas tolik nebavily. Když jsem si x-box pořídil,

zdaleka už jsem nehrál tolik a nevrátil se k tomu, nicméně si ho velmi zřídka zapnu dodnes a těším se, až budou moji kluci větší, že si zahrajeme spolu. To je historický důvod. Jako absolvent FTVS nemohu nezmínit ani nízké procento fyzické námahy, a to je pro mě jeden z hlavních pilířů sportu tak, jak ho vnímám. Ano některé technické sporty také беру z tohoto hlediska jako problematické a objevují se na OH. V neposlední řadě nepovažuji dlouhodobě vyesedávání u konzole nebo PC za zdravotně a sociálně žádoucí. Za mě na OH nikoli. Šachy vnímám podobně a mají svoji olympiádu.“

## TOMÁŠ BRTNÍK

plavání / hlavní metodik ČSPS



„E-sport jsem výrazněji začal vnímat v nedávné době, která svět zavřela doma a umožnila tak

e-sportu vysoký nárůst ‚sportovců‘. E-sport má vlastní strukturu sportovního výkonu. Zdůrazňují se v ní senzomotorická koordinace pohybu, kognitivní schopnosti, emoce, motivace a vůle, sociální kompetence nebo mediální gramotnost. Sport má ve svých definicích spoustu podmínek, z nichž mi v e-sportu chybí pohybová aktivita nebo upevňování zdraví. Zatím postrádáme důkazy založené na evidenci, ale odborná literatura už naznačuje tendenci e-sportovců k diabetu, specifickým zraněním kloubů a vazů, problémům způsobeným sedavým způsobem života, spánkové deprivaci nebo k hrubým výživovým chybám. Myslím si, že výraz sport se v tomto případě zneužil, aby popsal něco, čím není.“

## MIROSLAV PETR

děkan Fakulty tělesné výchovy a sportu  
Univerzity Karlovy



„Proč ano? E-sport je hra, zábava, soutěžení, emoce včetně té divácké. Ti nejlepší systematicky

pracují na svém zlepšování, tedy trénují, mají své trenéry i realizační týmy. Proč ne? Sport si spojujeme s řešením pohybového úkolu, s pohybovou dovedností, která je u e-sportu v kontextu tradičního pojetí sportování minimalizovaná, až žádná. Avšak ti s lepší tělesnou zdatností jsou výkonnější i v e-sportu. Osobně tedy vnímám důležitost tohoto spojení, výkonnost ve virtuálním prostředí musí být rozvíjena spolu s tělesnou zdatností. Zde vidím příležitost, protože mohutnému nástupu gamingu a e-sportování stejně neunikneme. Z tohoto důvodu vnímám e-sport spíše jako sport, přestože jsem po sportovní stránce nastavený jednoznačně tradičně.“



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

## JAN MAŠTÁLKA

basketbal / Big Data analytik



„Dle Oxfordského slovníku a dle Rady Evropy je sport definován jako ‚Veškeré formy tělesné aktivity, které, provozovány příležitostně nebo organizovaně, usilují o vyjádření nebo vylepšení fyzické kondice a duševní pohody, utvoření společenských vztahů či dosažení výsledků v soutěžích na všech úrovních.‘ Z tohoto hlediska e-sport

jednoznačně splňuje všechna kritéria definice.

Široká veřejnost často diskutuje o fyzické nepřipravenosti hráčů PC her, tedy gejmů. Tyto úvahy vyvracejí odborné články v rámci akademického a vědeckého časopisu The Sport Journal. Z dosažených závěrů vyplývá, že díky moderním technologiím profesionální gejmři vykazují stejné atletické předpoklady jako tradiční vrcholoví sportovci.

Z mého úhlu pohledu tedy e-sport považuji za zcela plnohodnotnou podmnožinu sportu, stejně jako například motorsport. V budoucnosti by tak mělo docházet k co nejlhubšímu propojení tradičního sportu a virtuálního sportu. Ať už z hlediska sportovního, kde tradiční sporty mohou u e-sportu čerpat inspiraci, a naopak. Tak i z hlediska ekonomického, či dokonce existenčního. Je třeba si uvědomit, že přístupnost a popularita e-sportu jsou faktory, které mohou tradiční sport v budoucnu ohrozit, ale také povznést o úroveň výše.“





# TÝDEN HOKEJE

VELKÁ JÍZDA ZAČÍNÁ  
PRVNÍM KROKEM

21.–27. listopadu 2022

[WWW.TYDENHOKEJE.CZ](http://WWW.TYDENHOKEJE.CZ)

Generální  
partner:



Partner správné výživy:



Partneři:



I když na něj po covidové pauze nečekal lehký úkol, český hokejbal zažil báječné léto. Muži i ženy brali na mistrovství světa v Kanadě stříbrné medaile. „V přípravě jsme se hodně zaměřovali na koncovku a celkově jsme dali na šampionátu 54 gólů,“ potěšeně konstatuje **JIŘÍ MAŠÍK**, kouč mužské reprezentace.

TEXT: JIŘÍ NIKODÝM

# O stříbru, lídrech i kamarádství

## Jak jste vybíral hráče do týmu a jaké byly klíčové faktory, které o nominaci rozhodovaly?

„Příprava byla trošku složitější, protože v roce 2021 mělo být MS, ale vstoupil do toho covid. Po pauzách jsme museli začínat vždycky znova. Hráče jsme měli zmapované a naší výhodou bylo, že už jsme byli u reprezentace v předešlém období, které vyvrcholilo šampionátem v Košicích, Věděli jsme o hráčích hodně a poznali jsme je i charakterově. A na to jsme hodně dbali. Chtěli jsme tým výborných hokejbalistů a také, aby si lidsky sedli, což se pak na turnaji projevilo. Ale na prvním místě byla samozřejmě výkonnost. Měli jsme jedenáct nováčků z 23 hráčů, z toho tři hodně mladé kluky Langra, Čejku a Lhotu. Mohli být ještě ve dvacátkách, ale prokázali kvalitu, do týmu zapadli a byli jeho plnohodnotnou součástí. Chtěli jsme zkušené hráče v nejlepších letech, ale i dravé mládí, a troufám si říct, že se nám to podařilo dobře namíchat.“

## Jakým způsobem jste informoval hráče, že se do finální nominace nedostali?

„Měli jsme v širší nominaci 30 jmen, ale mohli jsme vzít jen 23. První zúžení na 25 je pro mě, jako pro trenéra, asi nejhorší věc, když oznamuji hráčům, že nejedou na MS. Těch 25 lidí už je s vámi až do konce, máte s ním bližší vztah, hráč je blízko a rozhodují drobné detaily. Vyřadit poslední dva kluky je hrozně těžké, snažíme se jim vysvětlit, proč jsme vybrali jiného hráče. Někdy tam byla i možná nečekaná jména, takže si

to vyříkáme i se staršími hráči, proč jede ten, a ne někdo jiný.“

## Tým v hokejbalu je tvořen minitýmy - lajna, celá pětka, přesilovkové pětky a podobně. Podle jakého klíče je skládáte?

„Ideální je souhra hráčů z jednoho klubu, kteří si i lidsky rozumí. Ne vždycky to jde, i tak se snažíme tu linii držet. Máme v nejvyšší soutěži dvanáct klubů, největší zastoupení mají Kert Praha, který stahuje hráče z celé republiky, Kladno a Pardubice, takže sázíme na spojení hráčů z těchto týmů. Na kamarádství částečně dáme a myslím, že se nám podařilo namíchat dobrý mix.“

## Řešili jste během turnaje komplikace?

„Zažili jsme na cestě do Kanady různé peripetie, které nás trochu ovlivnily v prvním utkání s Itálií, které jsme vyhráli až v prodloužení. Málem jsme nedoletěli z Londýna a nepřiletělo nám jedenáct tašek. Neměli jsme ani jednu gólmanskou výstroj, takže jsme si půjčili na první trénink brankáře z Haiti, aby bylo aspoň na koho střílet. Nechtěli jsme, aby to na kluky působilo, ale nebylo možné všechno odfiltrout. Nestěžuji si, my jsme to brali tak, jak to přišlo, a takové věci se můžou stát. Druhý den ráno jsme měli mítink, kde jsme si všechno vyříkali, ukázali si na videu důležité momenty z utkání a tam se to zlomilo. Z týmu začalo sálat zdravé sebevědomí a soudržnost. Pak nás čekal lehčí zápas proti Haiti. V přípravě jsme se hodně zaměřovali na koncovku a celkově jsme



## JIŘÍ MAŠÍK

**Narozen:** 17. 4. 1973

**Pozice:** trenér hokejbalové reprezentace mužů

**Hráčská kariéra:** na MS 1x zlato (1998), 1x stříbro (2001) a 1x bronz (1999), kluby Kometa Polička (ligový bronz 1995), Jokerit Chrudim a Letohrad

**Trenérská kariéra:** začal ve 32 letech v extraligovém Letohradu (2x 3. místo, vítěz SP), pokračoval v Hradci Králové (2. místo v extralize a vítěz ČP a EP), od roku 2011 v Pardubicích (mistr 2016, 2x vítěz ČP). V roce 2006 byl jmenován trenérem reprezentace U20 (3x stříbro na ME), jako asistent u národního A-týmu slavil zlato na MS (2009), od roku 2017 je hlavním koučem reprezentace (stříbro na MS 2022).



dali na MS 54 gólů. Ještě se nám zranil vyložený střelec Zdeněk Král a museli jsme pozměnit sestavu. Zdeněk se pak dostal do čtvrté lajny, ačkoli běžně hrává první nebo druhou. Jeho výkon roste, když dává góly. On začal neskutečně pracovat pro tým. Čtvrtá lajna plnila přesně úkoly, které jsme potřebovali, a získávala plusové bodíky, které jsme potřebovali. Sestavu jsme pak už v zásadě vůbec neměnili.“

#### **Jak se projevovali během turnaje lídři a jak vypadá vaše komunikace s nimi?**

„Jsou tam zkušení kluci Tomáš Wróbel, Honza Bílý a kapitán Honza Pospíšil. My jsme si je zavolali, mluvili s nimi, že budou prostředníky mezi námi a týmem. Oni za námi opravdu chodili, když cítili, že by se mohlo něco změnit,

a tým si opravdu řídili. Honza Pospíšil byl i pokladník, a hodně nesmlouvavý. My jsme chtěli po každém zápase zpětnou vazbu, takže každý hráč dostal po utkání papír s pěti otázkami a musel na ně do druhého dne odpovědět. Zajímalo nás, jak se jim hrálo a co by se mělo zlepšit. Reagovali jsme i na jejich podněty, protože hodně hráčů se nad tím zamýšlelo a narazili jsme na věci, které jsou důležité. Kluci to ocenili, že když měli nějaký poznatek, nepřešli jsme ho, využili ho a osvědčilo se nám to.“

#### **Čeho si na vašem týmu nejvíc ceníte?**

„Bylo nesmírně cenné a skvělé, že všichni hráči se do jednoho respektovali. Z týmu bylo strašně cítit, že ať bylo někomu 36 nebo 19, dávali respekt jeden druhému. To se málokdy zažije a pro mě to byla

velká odměna. Na posledním soustředění se nám zranil skvělý hokejbalista a super kluk do kabiny Jarda Martykán, který je pohodový, obětavý. Dodatečně jsme nominovali Adama Kubíka, což bylo specifické, protože je profesionálním hokejistou Kladna, hokejbal hrál až v play off a byl v něm výjimečný. Hokejbal hrává od mládí, už byl dřív na MS do 20 let. Dlouze jsme řešili, jestli vzít Adama s sebou. Vzali jsme ho a byla to trefa. Skromný kluk, na nic si nehrál a zapadl perfektně. Je z profesionálního sportu, oťřískaný hokejovou extraligou v týmu s Jágrem, a právě on to dokázal přinést do týmu. V přípravě i před utkáním dělal nadoraz. Všichni viděli, jak na sobě pracoval, i věci mimo hřiště. Možná i tohle bylo další plus, že jsme mohli mladé kluky posunout.“



INZERCE



GENERÁLNÍ PARTNER  
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU  
2017 - 2024

**SPOLEČNĚ  
POMÁHÁME  
SPORTOVČŮM**





FOTO:ČTK (2x)

### Co ukázalo mistrovství světa z pohledu vývoje hokejbalu?

„Klíčovým faktorem je rychlost. Naše extraliga se strašně zrychlila a některé zápasy předních klubů, a pak určitě semifinále a finále, jsou na velmi vysoké úrovni a hodně rychlé. Na mistrovství světa je ale hra z pohledu rychlosti ještě o level výš. Kanadáné sami říkali, že kdyby se hrálo v Evropě, tak silný tým by nejspíš nepostavili. Ale proto, že se hrálo u nich, měli skvělý výběr. A dokonce i dva hráče, kteří prošli NHL, Danicka Martela (mj. Philadelphia Flyers a Tampa Bay Lightning) a Joshe Andersona (mj. Columbus Blue Jackets a Montreal Canadiens). Na obou těchto hráčích byla jejich zkušenost z NHL vidět, hlavně na jejich myšlení a sebevědomí. Například Martel měl hrozně nebezpečnou střelu a za zápas vystřelil třeba i dvanáctkrát. Dva góly dal tak, že zpoza branky trefil gólmana a od něj se míček odrazil do branky.



# 20

**Tolik světových medailí (4 zlaté, 8 stříbrných a 8 bronzových) získal český hokejbal společně v kategoriích mužů i žen. Stejný počet slavila Kanada (12-4-4), o jednu míň Slovensko (6-5-8).**

První zápas na turnaji hrála Kanada s Amerikou, a když jsme viděli, v jakém se hraje tempu, jen jsme kroutili hlavou. Po získání míčku okamžitě mířili dopředu a i bez nahrávky šli do souboje jeden na jednoho a střelou do zakončení. My jsme věděli, že s nimi tímto stylem nesmíme hrát. V semifinále s Amerikou jsme dokázali hru zpomalit a držet míček na našich hokejkách. Naši kluci byli sebevědomí, pořád si nahrávali a Američani jen běhali bez míčku. Porazili jsme je 6:3 a oni nám při gratulaci říkali, že tímto způsobem, kdy jim soupeř nepůjčil míček, je nikdo nikdy nepřehrál. Ale ve finále s Kanadou se nám to už nepodařilo. Není to tak, že bychom hráli vestoje. My máme rádi míček na hokejce, což nás i na mistrovství světa zdobilo, a dávali jsme hodně gólů. Hraje se ve velké rychlosti, ale my tam chceme dát českou chytrost, kterou přidáme k rychlosti a dovednostem.“ □

nlimited.  
nlimited.  
nlimited.



Men's World Floorball  
Championships 2022  
5.-13. November | Zurich & Winterthur  
Switzerland



# SLEDUJTE



**MS MUŽŮ VE ŠVÝCARSKU  
5. - 13. LISTOPADU 2022**



# Rovnováha je cestou k úspěchu

Všechny sportovní organizace pohybující se na úrovni elitních soutěží hledají ideální model práce s týmem a jednotlivými hráči. Kdy striktně vyžadovat nastavená pravidla a kdy ne, kdy dodržet stanovený program tréninků a kdy ne, kdy být více kritický a kdy povzbudit, kdy naslouchat hráčům a kdy pro to není prostor. To vše a mnoho dalšího v kontextu příštího utkání a střednědobých a dlouhodobých cílů.

**K**luby, lidé, kteří jsou odpovědní za jejich vedení, a trenéři jsou nejčastěji posuzováni podle toho, zda vyhrají, nebo prohrají. Je samozřejmé, že vítězství je cílem každého týmu, každého hráče i trenéra, ale kontext daného utkání, soutěže či turnaje je pro každého odlišný.

Někdo je ve fázi přestavby týmu, někdo ve stabilizační fázi, jiní na vrcholu a v očekávání velkého úspěchu. Pro všechny je to zároveň příležitost ke zvládnutí těchto situací a posunutí se na vyšší úroveň z pohledu výkonnosti, ale i vztahů mezi jednotlivými hráči, mezi hráči a trenéry, mezi týmem a organizací. I proto, že situace jsou tak odlišné, nemůžeme použít pro vedení týmu jeden model, který bude vyhovovat všem.

Trenéři elitních týmů se shodují, že se často zaměřujeme a soustředíme na předem stanovené standardy. Ano, jsou důležité, ale neznamená to, že je nemůžeme změnit či upravit za pochodu. Pokud se při tréninku nebo utkání díváte pouze na dodržování předem domluvených norem a zásad, na hřišti i mimo něj, pak přicházíte o některé další klíčové aspekty, které tvoří vítězný tým.

Mohou to být například psychologická bezpečnost, aby se hráč necítil ohrožen. Pohoda, aby nezažíval zbytečný stres, neměl nadměrný strach a obavu. A v určitých fázích radost ze hry, například z vydařené spolupráce se spoluhráčem nebo z překonání soupeře v situaci jeden na jednoho.

Musíte mít opravdu jasno v tom, kdy přitlačit, kdy povolit, ale obojí musí být vyvážené. Pokud budete intenzivně a dlouho vytvářet nátlak v těžkém období, je velmi pravděpodobné, že se to nesetká s úspěchem. Může to vést i k narušení vztahů mezi jednotlivými členy týmu. Chris Scott, trenér Geelong Cats z australské fotbalové ligy k tomu dodává: „Pokud se hráči bojí chodit každý den na trénink, nedostanete z nich to nejlepší. Neustále na ně tvrdě tlačit se stane neudržitelným modelem.“

## Kdy dát přednost budoucnosti před krátkodobým úspěchem?

Jednou z klíčových kompetencí a důležitou předností současných trenérů pracujících s profesionálními sportovci je jejich schopnost spolupracovat, vést, inspirovat a motivovat relativně velké skupiny lidí (hráčů, trenérů a dalších odborníků na sportovní přípravu). Tyto měkké dovednosti jsou stejně důležité jako útočné a obranné kombinace, které chcete ordinovat. Nezapomeňme, že elitní týmy mají na soupisce široké spektrum hráčů, z nichž některým může být pouhých 17 let a jsou na začátku kariéry, a jiným kolem 30 a více let, jimž se konec kariéry blíží.

Klíčovým atributem úspěšného trenéra je pak dovednost poskytovat všem těmto skupinám stejné informace z pohledu obsahu, ale jinou formou. Sdílet je tak,

TEXT: MICHAL JEŽDÍK



## 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 lígách. Opakovaně absolvoval Euroleague Basketball Institut. Certifikovaný lektor ČOV.

Andy Murray



INZERCE

aby byly srozumitelné, akceptovatelné a zároveň, aby každý bez rozdílu věku měl možnost vyslovit svůj názor či řešení. Toto je velká změna oproti minulosti, kdy hráči měli minimální prostor a příležitost se k nastaveným pravidlům, taktikám a strategiím vyjadřovat.

První, kdo se musí změnit, jsme my, trenéři. Role trenéra je stále velmi důležitá, je však jiná. Stále zlepšujeme hráče tím, jakým způsobem se trénuje, jaký je obsah a forma tréninku. Měli bychom ale s hráči více mluvit, vysvětlovat jim, proč a co děláme, kde jsou jejich limity a kde silné stránky, kam bychom je v budoucnu chtěli dovést z pohledu rozvoje jejich talentu, založeném na jejich lásce, vášni, předpokladech a znalosti té nejlepší úrovně daného sportu.

Pokud chceme vychovat rozdílového hráče, musíme mu dát také prostor rozvinout jeho rozhodovací dovednosti, získat zkušenosti, jak se chovat na hřišti i mimo něj v kritických situacích, a třeba také se rychle adaptovat na jiné podmínky a prostředí. Naprosto klíčové se ukazuje porozumění hře. To hráči nezískají tím, že v dětských a mládežnických kategoriích je budeme řídit jako loutky na provázku a budeme preferovat systémy a kombinace před precizním naučením základní individuálních herních dovedností.

Mnoho klubů se v současné době snaží přivést mladé hráče. Když však přivádíte mladé, potřebujete, aby se starší hráči posunuli ve svých rolích dále, jinam. Zvládnout tyto posuny může být velmi náročné. Jako klíčové se ukazuje představit tento plán celému týmu a dát velmi jasně najevo starším hráčům, že nebudou jen tak odhozeni do šrotu, a projevit jim zasloužený respekt.

Pokud se to podaří, bude tým velmi pravděpodobně úspěšný v krátkodobém i dlouhodobém horizontu. V krátkodobém proto, že dokáže využít zkušeností starších hráčů, a v dlouhodobém, že po jejich boku se budou přirozeně zlepšovat mladší hráči, kteří se snáze v relativně bezpečném prostředí mohou zlepšovat. Pokud je tento přechod řízen, má také obrovský vliv na hráče střední generace, na jejich vnímání toho, jak s nimi

bude zacházeno, až se bude blížit konec jejich kariéry. I proto je důležité vést tyto rozhovory otevřeným, upřímným a uctivým způsobem.

## Kdy posílit hráče a kdy využít své zkušenosti jako trenér

Koncept posílení významu postavení hráčů je stále populárnější jako styl koučování a mnoho týmů v něm vidí základ budoucích úspěchů. Hráči musí pochopit, že přicházejí do prostředí, v němž se budou cítit bezpečně, v němž pro ně trenéři dělají to nejlepší pro jejich rozvoj a výkon. Hráči na sebe berou odpovědnost za to, jak budou pracovat, že se budou rychle adaptovat a že tento styl nebudou rychle zneužívat ve svůj prospěch. V konečném důsledku musí převzít finální odpovědnost trenér, musí rovněž stanovit celkové principy, na jejichž základě bude tým fungovat a bude v souladu. Samozřejmě záleží na složení týmu.

Pokud vedete tým, který je složen z většího počtu individualit, a vy dáváte příliš velkou odpovědnost celému týmu, může být výsledkem, že jednotliví hráči „potáhnou káru“ různými směry a soudržnost týmu bude prachbídná.

„Nejúčinnějším způsobem, jak spojit různorodé hráčské individuality se soudržností, je ujistit se, že názory hráčů ovlivňujících názory ostatních jsou v souladu se způsoby, jakými chcete, trenéři a vedení, klub vést,“ dodává Scott. Stejně tak je důležité, aby trenér rozpoznal, kdy posílit význam hráčů například tím, že se zeptá na jejich názor, a kdy naopak využije svých vlastních zkušeností a analýz. To se ukazuje jako nejdůležitější.

Posílení odpovědnosti hráčů je důležité, ale konečnou odpovědnost má ve spolupráci se sportovním úsekem, jehož prioritou jsou ale střednědobé a dlouhodobé vize a jejich naplňování, trenér. Otevřené, upřímné a s respektem vedené rozhovory jsou zásadní pro nastavení úspěšné kultury. Každodenní přílišný tlak na hráče je neudržitelný. Prostor, jehož cílem je opakované podávání nejlepších výkonů, je úzce spojeno s rovnováhou mezi výzvou a podporou. □

Pomáhej pohybem s aplikací

**EPF** od Nadace ČEZ

[www.pomahejpohybem.cz](http://www.pomahejpohybem.cz)



SKUPINA ČEZ

GENERÁLNÍ PARTNER  
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU  
2021 - 2024

# Motivační typologie

Vážený kolego! Zbav se představy, že jiné lidi motivuje přesně to, co tebe. Tuhle větu od nás už znáš. Proto jsme se v minulém čísle zaměřili na rozdíly mezi různými typy lidí. Připomínám, že jsme stále ve 3. patře našeho šestipatrového psychologického domu, kde mluvíme o motivaci. Řekli jsme si, že každý člověk preferuje v životě jiné podněty, vzrušují ho jiné výzvy a hodí se k něčemu jinému. Jako trenér ber na vědomí, že nemůžeš všechny motivovat stejně. Na každého platí jiná slova, jiné výzvy.

TEXT: ZDENĚK HANÍK,  
ONDŘEJ FOLTÝN

Proto se i dnes budeme bavit o typologii, která vychází z teorie Dr. Jiřího Plamínka. A stejně jako minule je třeba varovat před přeceňováním jakékoliv typologie. Jde o to popsat, jaké mají lidé silné stránky a rezervy, popsat jejich přístup k práci nebo jejich typické charakteristiky a chování, a pak s těmito poznatky dále pracovat.

Následující schéma se vrací k tomu, jak jsme rozdělili jednotlivé typy lidí z hlediska dvou kritérií: zda preferují jistotu, nebo riziko, a zda jsou orientovaní spíše na lidi, nebo na věc. Dnes si popíšeme, jak jednotlivé typy reagují na zátěž, pochvalu nebo kritiku, na co dát důraz při práci s nimi a čemu se vyhnout.

## Obvyklá reakce na zátěž

**USMĚRŇOVATEL:** Zátěž snáší dobře, ale snaží se přenášet úkoly na ostatní a chce mít kontrolu nad lidmi i výsledkem. Vytváří a stupňuje požadavky na zvýšení vlastních pravomocí. Požaduje lepší podmínky pro svou činnost, které mají vést ke zlepšení jeho pozice v týmu. Umanutě vyžaduje příznivé hodnocení a dobré srovnání s konkurenty. Jaké věty by z jeho úst mohly zaznít?



„Chtělo by to ještě jeden trénink navíc, jinak se to nemůžu naučit.“ / „Chybí tu lepší podmínky.“

**OBJEVOVATEL:** Samostatně posuzuje nezbytnost úkolů. Vybírá si priority podle toho, co ho nejvíc baví. Na nadměrnou zátěž reaguje znásobením úsilí. („Neboj, to zvládnou.“ / „Až to takhle bude fungovat na hřišti, pak tomu teprve uvěřím.“)

**SLAĎOVATEL:** Výzvu sice přijímá, ale jeho výkon tomu někdy neodpovídá. Slova podpory dominují nad skutečnými činy. Místo zvýšení úsilí rád diskutuje nebo slibuje. Opírá se o spoluhráče a vztahy, očekává, že pomohou. („Jasně trenére, ještě na tom zapracujeme.“ / „Osobně se postarám o to, abychom to v týmu prodiskutovali.“)

**ZPŘESŇOVATEL:** Reaguje obvykle pečlivou a vyčerpávající prací. Nerad při tom selhává, protože výkon je osou jeho sebehodnocení. Selháním trpí a v krajním případě se může i psychicky hroutit. Vyhledává drobná systematická zlepšení, jimiž si ulehčuje práci. Nežádá radu ani

pomoc, snaží se něco naučit samostatně. („Když myslíš, tak já to teda udělám.“ / „Dej mi jasné zadání, ať vím, co můžu a co nemůžu.“)

## Obvyklá reakce na kritiku

**USMĚRŇOVATEL:** V kritice nevidí věcnou informaci, ale osobní útok. Jen výjimečně uzná chybu. Bagatelizuje kritiku nebo kritika. Hledá výmluvy, viníky nebo společného nepřítele. („Chtěl bych vidět tebe, co bys dělal na mém místě.“ / „Furt na mně něco vidíš.“ / „A co jsem měl asi dělat, když jsem na to sám?“)

**OBJEVOVATEL:** Na neoprávněnou kritiku reaguje vysvětlováním a věcnou argumentací. Oprávněná ho nepřekvapuje ani neuráží, často ale zdržuje. („Už se o to dávno snažím.“ / „Už se nedá nic dělat, tak proč se trápit? Dívejme se dopředu.“)

**SLAĎOVATEL:** V kritice nevidí věcnou informaci. Může si ji přeložit tak, že trenér má problém, že nemá dobrou náladu. Kritiku naoko přijímá. Odporuje většinou „pod krytím“ obrany ostatních. („Přesně



## USMĚRŇOVATEL

Člověk s velkým talentem a chutí organizovat lidi, stát v čele týmu a z viditelného postu spoluhráče vést. Dobře jej popisuje slovo náčelník. Zároveň mu vyhovuje i možnost řídit situace, zejména pokud jej dovedou k reálnému vlivu na spoluhráče a připoutají k němu pozornost ostatních. V tomto smyslu se trochu podobá běžné představě režiséra.

## OBJEVOVATEL

Podobný jako usměrňovatel, proud energie však směřuje jinam. Tady nejde o výhru nad lidmi, ale o dobytí nějakých kót, vyřešení nebo dosažení něčeho mimořádného, o překonání limitů, zvládnutí výzev. I když to nemusí být jeho přímým úmyslem, často svým úsilím strhává lidi a může působit jako vizionář, přičemž vliv na lidi není jeho primární potřebou, ale cestou k dosažení cíle.

## SLAĎOVATEL

Pečovatel o lidi a hasič, tlumící konflikty. Usiluje o stabilitu svého okolí, především ve vztazích v týmu. Navenek působí jako parták, který se zajímá o spoluhráče i vztahy, a obvykle kvůli tomu má tendenci podceňovat věcnou stránku situací a dějů. Zájem o lidi a vztahy jej může dovést až k roli amatérského a časti i samozvaného terapeuta týmu, bez ohledu na to, zda to spoluhráči oceňují, nebo jim to leze na nervy.

## ZPŘESŇOVATEL

Má potřebu jistoty a přispívání k stabilitě týmu, ovšem spoléhá se výhradně na sebe. Ve vztahu k ostatním často vystupuje jako pedant, který lpí na pravidlech a dohodách. Pro tým je přínosný i jako kontrolor a vcelku ochotný napravovatel nedbalostí a nedostatků, což mu zpravidla nepřináší velké sympatie. V těžkých chvílích, když se projeví jako pojišťovák a vytáhne tým z maléru, může získat vděčnost, o níž zdánlivě příliš nestojí. Často je introvertem na pozadí, vůdčí role mu příliš nesedí.

to je ten problém, s klukama si sedneme a probereme to.“ / „Ještě že jste mne na to upozornil.“)

**ZPŘESŇOVATEL:** Oprávněnou kritiku respektuje, ale trpí jí. Usiluje o dokonalost, a proto ji prožívá jako osobní selhání. Pokud kritiku vyhodnotí jako neoprávněnou, verbálně opatrně přitaká, ale neverbálně to popírá. Chce věcné argumenty. Vše si pamatuje, nezapomíná, ukládá a používá. („Ty jsi tu trenér.“ / „Dobře, ale aby to nedopadlo jako před rokem.“)

### Obvyklá reakce na pochvalu

**USMĚRŇOVATEL:** V souvislosti s pochvalou rád vysvětluje a může vás začít poučovat. Zveličuje vlastní zásluhy. Žádá výhodu nebo odměnu. („Jsem rád, že sis toho konečně všimnul. Příště vezmi vážně, co říkám.“ / „Taky mě to stálo spoustu sil, vlastně jsem na to zůstal úplně sám.“)

**OBJEVOVATEL:** Nijak ji nerozebírá nebo nenafukuje. Přijímá ji jako očekávanou informaci. Posuzuje se sám – ví, jestli uspěl, nebo neuspěl. Zpravidla je již zaujat novou výzvou. („Já vím.“ / „Hele, bylo to docela poučné.“)

**SLAĎOVATEL:** Pochvala má pro něho význam potvrzení vztahu. Potěší ho. Bere ji jako jistý závazek, který má ve vhodné chvíli vrátit. Není citlivý na věcnou stránku pochvaly. Pochvala jej pro povahu závazku trochu znervózňuje, poměrně často ji „odesílá“ dál, k ostatním. („Díky, ale kdyby nepomohli kluci z lavičky, tak jsme to nezvládli.“ / „Prosím tě, řekni to taky klukům, je to hlavně jejich zásluha.“)

**ZPŘESŇOVATEL:** Pochvalou dostává potvrzení vlastní dokonalosti. Z neverbálního chování je patrné, že pochvala je správný zásah. („Rád jsem to udělal.“ / „Myslím, že vím, co ještě zlepšit.“)

### Na co klást důraz

#### USMĚRŇOVATEL

- Zdůrazňovat jeho roli v týmu, jeho specifický přínos a příznivá srovnání s ostatními

- Častěji s ním mluvit mezi čtyřma očima než s ostatními

- Spolehnout se na to, že dobře rozumí systému něco za něco

#### OBJEVOVATEL

- Klást před něho neustále nové výzvy

- Bavit se s ním o strategii hry

- Dát mu větší volnost ve hře než ostatním

#### SLAĎOVATEL

- Zajistit mu relativní klid, pohodu a slíbit podporu →

FOTO: ČTK





- Ověřovat plnění i velmi přesvědčivých slibů, pokud se týkají věcí a výkonů
  - Pověřovat ho rolí pečovatele o lidi a vztahy, hasiče různých svárů a hlídače pohody
- ZPŘESŇOVATEL**
- Dávat mu jasné zadání, jako zábradlí, kterého se drží a jež ho svým způsobem uklidňuje
  - Dávat mu úkoly, které vyžadují pečlivost a důslednost
  - Zdůrazňovat, že všichni vpředu potřebují také někoho vzadu

### Čemu se vyhnout

#### USMĚRŇOVATEL

- Přehlížení jeho osoby
- Bagatelizaci jeho postavení v týmu
- Průměrování typu: všichni jsme si rovni

#### OBJEVOVATEL

- Svázat ho příliš pevnou taktikou
- Direktivní přístup k němu
- Bagatelizace významu zápasu

#### SLAĎOVATEL

- Příliš ho zatížit osobní zodpovědností
- Spoléhát se na to, že jeho slova se vždy budou krýt s činy
- Očekávat od něho, že bude tahounem

#### ZPŘESŇOVATEL

- Zatěžovat ho příliš kreativními úkoly
- Nutit ho, aby se před týmem výrazně prosazoval či vyčníval
- Vyvarovat se vět typu: „Hrajte to citem, nebudeme z toho dělat vědu“

### Motivační věty

#### USMĚRŇOVATEL

„Je to mimořádně důležitý zápas pro tvou kariéru“

„Je to hodně o tobě a tvém vlivu na tým“

„Chtěl bych s tebou zkonzultovat sestavu na dnešní zápas“

#### OBJEVOVATEL

„Na takovou výzvu jsme léta čekali“

„Spoléhám na tvou hráčskou hlavu a cit pro hru“

„Tohle není výzva pro každého“

#### SLAĎOVATEL

„Jarda mi dělá trochu problémy, pomoz mi s tím, ty to s ním umíš“

„Jsme na jedné lodi“

„Vím, že nedopustíš, aby se tým rozhádal“

#### ZPŘESŇOVATEL

„On hraje jen dopředu, musíš ho jistit, pokud to bude nutné, tak s ním promluvíš“

„Máme jasnou taktiku, hlídej, ať se dodržuje“

„Kdybys cítil, že něco neklape, dej mi vědět“

### Spor s...

**USMĚRŇOVATELEM:** Má téměř vždy konfrontační charakter. Spor je vnímán jako soubor. Pokud se jedná o silnou osobnost, je nutné neustále zachovávat respekt vůči němu. Nesnáší jakýkoliv náznak despektu vůči své osobě. Je citlivý na nedodržování pravidel, přičemž pravidla může

vnímat po svém, někdy lpí na těch, která jsou pro něho příznivá.

**OBJEVOVATELEM:** Má zpravidla principiální charakter. Cílem není osobní vítězství, ale vítězství principu. Ke konfrontaci dochází, když má sportovec pocit, že nejde o věc. Režim něco za něco nemá rád, protože jde proti jeho principu a hodnotám.

**SLAĎOVATELEM:** Pokouší se vyhnout přímé konfrontaci. Argumentuje lidskými aspekty a nutností zachovat nebo obnovit dobré vztahy. Spor řeší z pohledu spokojenosti účastníků, nikoliv z věcného výsledku. Klíčovým zájmem, který musíme respektovat, je emocionální spokojenost jeho a případně i dalších členů týmu.

**ZPŘESŇOVATELEM:** Má zpravidla věcný charakter, podobně jako u objevovatelů, s tím, že je ještě důraznějším stoupencem principů a dohodnutých pravidel. Je těžké ho přesvědčit o jiné než jeho linii jednání, bývá urputný a nepříjemně často mívá pravdu, alespoň tu založenou na rozumu. Pocity a emoce zpravidla nebere v potaz. Může hledat sobě podobné spojence nebo drobnými schválnostmi upozorňovat, že něco není - podle něho - v pořádku.

### Doporučení

#### USMĚRŇOVATEL

- Nepřipustit projev slabosti z vlastní strany, v jeho případě je třeba mnohé prosadit silou
- Dát najevo, že uznáváme jeho dosažené úspěchy
- Připustit jeho dílčí vítězství ve sporu, nebát se udělat přijatelnou dohodu něco za něco

#### OBJEVOVATEL

- Respektovat ho ve smyslu partnerského režimu, bavit se s ním o taktice a strategii
- Ocenit jeho kompetentnost, a dokonce se jí dovolávat
- Držet věcný ráz interakce s ním

#### SLAĎOVATEL

- Přenechat mu vztahovou iniciativu a oceňovat jeho sociální vnímání
- Věcnou stránku prosazovat skrze vztahovou
- Pokoušet se průběžně shrnovat, na čem jsme se domluvili

#### ZPŘESŇOVATEL

- Vyvarovat se vytváření atmosféry nejistoty
- Snažit se dialog s ním jasně strukturovat
- Uplatňovat věcný neemocionální postup dialogu, květnatá rétorika ani charisma ho nijak nepřesvědčí

**SLEDUJ NEJVĚTŠÍ ESPORTOVOU LIGU V ČR**



**sazka**

**eLEAGUE**

POWERED BY *iSport.cz*

**WWW.SAZKAELEAGUE.CZ**

**DOTA 2**

**CS:GO**

**FIFA**

**PUBG**

**LEAGUE  
OF LEGENDS**

**sazka**

**CZC.CZ**

**SAMSUNG Odyssey**

OKTAGON



LÍSTKY ZDE

Karlos  
**VÉMOLA**

LIGHT HEAVYWEIGHT champion

# TERMINÁTOR SE VRACÍ

DO O2 ARENY!

38  
OKTAGON  
MMA

30/12/2022

O2 ARENA, PRAHA

WATCH LIVE ON  
OKTAGON.TV

O<sub>2</sub> arena

ticketmaster®

ticketportal  
[www.ticketportal.cz](http://www.ticketportal.cz)