

Na co myslím, když běžím...

# TRÉNOVÁNÍ NEMUSÍ NUTNĚ ZNAMENAT KOUČOVÁNÍ. A NAOPAK.

Legendární americký trenér a skvělý učitel základů basketbalu Pete Newell často říkával: „Basketbal je překoučovaný a nedoučený.“ Měl absolutní pravdu. V minulé sezoně jsem zhlédl velké množství zápasů dětí a mládeže a to, co jsem viděl, mě naplnilo velkými obavami. Kanárek uvězněný v basketbalové kleci sice ještě nezemřel, ale už začíná balancovat na svém bidýlku.

TEXT: MICHAL JEŽDÍK

MICHAL JEŽDÍK

NAROZEN: 4. 8. 1963

→ BÝVALÝ BASKETBALOVÝ

REPREZENTANT, TRENÉR NÁRODNÍHO

MUŽSTVA, SPARTY, PROSTĚJOVA,

NYMBURKA, KDE JE AKTUÁLNĚ

SPORTOVNÍM ŘEDITELEM. BYL

ČLEMEM REALIZAČNÍHO

TÝMU VÍTĚZE NBA

DETROIT PISTONS

V LETNÍCH LIGÁCH.

OPAKOVANĚ

ABSOLVOVAL

EUROLEAGUE BASKETBALL

INSTITUT. PŮSOBÍ JAKO

ODBORNÝ ASISTENT

NA FTVS UK. JE VEDOUCÍM

SPORTOVNĚ METODICKÉHO

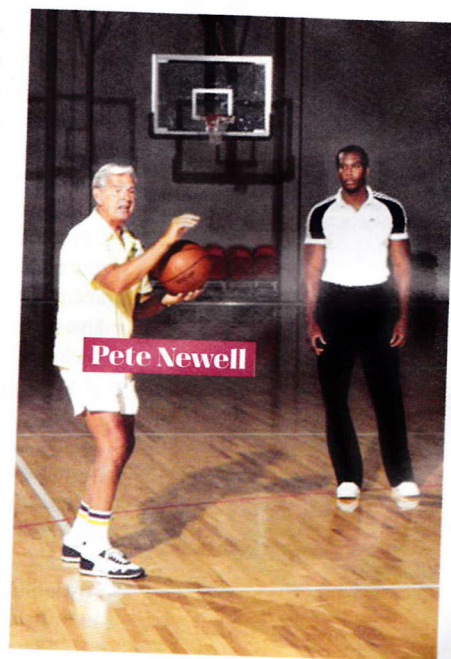
ÚSEKU ČBF.



**Z**ádný rozumný basketbalový expert vám nemůže vyvrátit fakt, že základní dovednosti českých hráčů se zadržávají, stejně jako hra většiny našich týmů. Jsem přesvědčen, že mezi hlavní důvody patří zvýšená důležitost koučování zápasů (preference výsledku v utkání) v dětských a mládežnických kategoriích, klesající důraz na naučení našich hráčů jak hrát basketbal a pokles významu výchovy a hodnot v trénování.

Obecně je koučování složeno z přípravy týmu na utkání, určení taktického plánu vedení utkání (game plane) a schématu jak porazit soupeře. Když koučujete, berete v potaz strategii, různé druhy obranných a útočných systémů a vše dáváte do řízených obranných a útočných kombinací, abyste vytěžili maximum z dovedností, ze silných a slabých stránek vašich hráčů a soupeře. Měřítkem kvality kouče se pak stává úroveň rozvoje jeho systému hry, který se přetavuje do vítězství v utkáních.

Učení (trénování) je víc spojeno s instruktivním a trénováním jednotlivců se zaměřením na rozvoj herních činností a s učením hráčů jak hrát, namísto toho jak dobře běžat



z bodu A do bodu B, respektive jak se dobře naučit řízené kombinace. Měřítkem trenéra dětí a mládeže tedy není jen vítězství v utkání, ale i úroveň dovedností a jejich využití v utkáních při řešení herních úkolů. Neděl-