



# ORIGINÁLNÍ HRÁČ

Michal Prokeš, Antonín Barák



---

TRENÉŘI

UČITELÉ

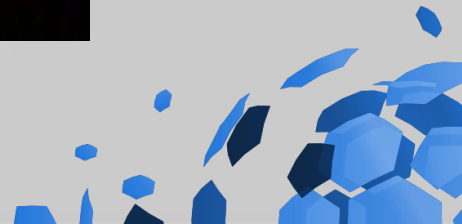
RODIČE

**SPOLEČNĚ**



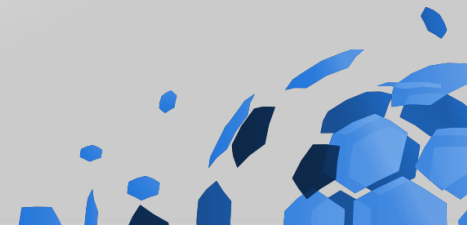
**SPOLEČNĚ  
TO MŮŽEME  
ZMĚNIT**





# JAKÝ MÁ BÝT HRÁČ?

“ Tvořivý, odolný, technický,  
rychlý, sebevědomý, komplexní,  
samostatný, variabilní?  
.....ORIGINÁLNÍ ”



---

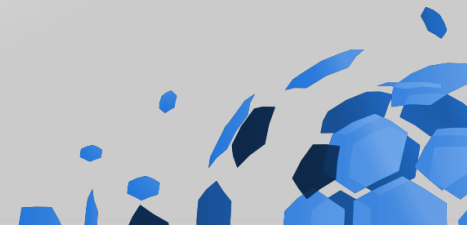
# JAK NA TO?

## 1. Hráč

(typickou českou chytrost, pracovitost a smysl pro spolupráci využijeme k ofenzivě a konstrukci – naší předností bude opět česká ulička a nejen dobrá organizace obrany)

## 2. Podmínky a prostředí

## 3. Specifický trénink



# ZMĚNA MOTIVU HRÁČE A RODIČŮ

## DŘÍVE

hráč chce hrát fotbal, rodič to respektuje a případně „fandí“, s variantou obživy pomocí fotbalu tak nějak nikdo nepočítá

sociální interakce, vnímání hry a prostoru, principy, komunikace v hrách

technika a dovednosti, organizace, kondice

**ZAJIŠTĚN:** svobodná hra a vlastní rozhodování v rovnováze s nácvikem dovedností a rozvojem kondice a řízenou hrou, cca 70/30

## DNES

rodič chce, aby dítě hrálo fotbal většinou s vidinou profesionální kariéry. Dítě ví, co obnáší život fotbalisty dříve, než pochopí hru

není a dítě jde do kroužku na základě rozhodnutí rodičů = nechápe hru

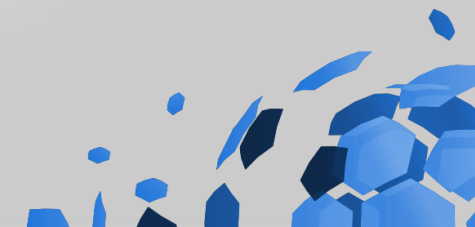
Technika a dovednosti, organizace, kondice (pohybová kultura)

**NEZAJIŠTĚN:** absolutní převaha nácviku a řízené hry, cca 20/80

pouliční  
hraní

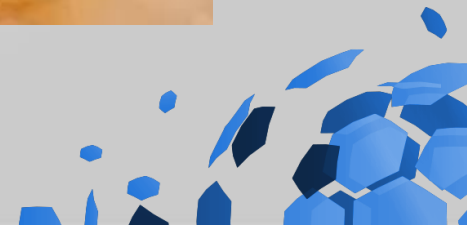
trénink

celkový  
rozvoj



---

# JE TO ZÁBAVA?



---

# MIKROCYKLUS ČI MAKROCYKLUS?

- učit vyhrát, či vítězit?
- víkendové utkání jako ukazatel výkonnosti a následný přenos do tréninkového procesu, tlak na výsledek, aktuální výkonnost, příprava na další utkání
- práce s hráčem v rámci sezóny, vnímání v jakém stavu hráče přebírám a v jakém ho mám předat, potenciální výkonnost nadřazena té aktuální, tlak na pochopení a vnímání hry

týmový výkon pro zviditelnění individuality či organizace  
= MIKROCYKLUS

individuální výkon pro kvalitu hry týmu a pozdější dobrý výsledek =  
MAKROCYKLUS

“

mikrocycklus slouží jako cihla pro stavbu zdi ...  
... sama o sobě nic nebuduje, i když ji pěkně usadíte

”



---

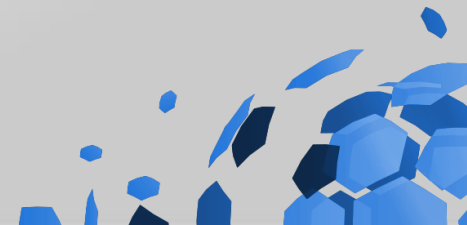
# HRÁČ A JEHO VÝCHOVA JE NA 1. MÍSTĚ

## ZPŮSOB KOMUNIKACE

- Pokyn hráčům v tréninku, jak s dětmi komunikujeme?
  - Zrychli, dávej to, záda, z jedné, teď!
  - Proč?
  - Protože, se přece musí naučit hrát pod tlakem!
- 

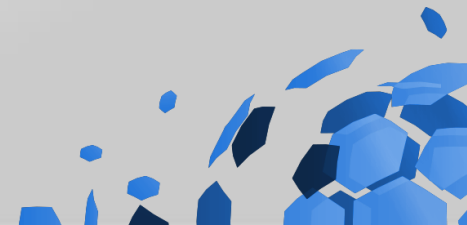
## Později.....

- Kam spěcháš? Klid, nezbavuj se toho!
- **Kdo Tě tohle naučil????**

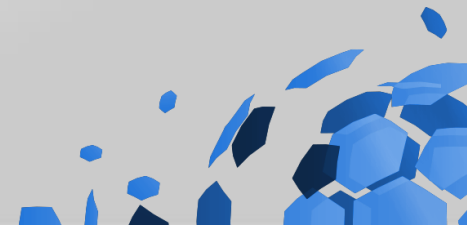


---

# KDO TEDY VLASTNĚ HRAJE?

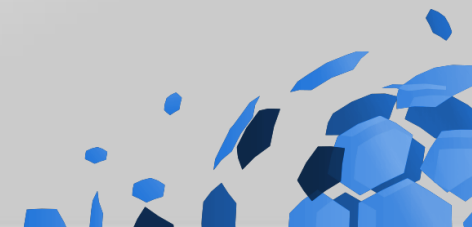


# ZAJÍMÁ NÁS, TRENÉRY CO SI HRÁČ MYSLÍ?

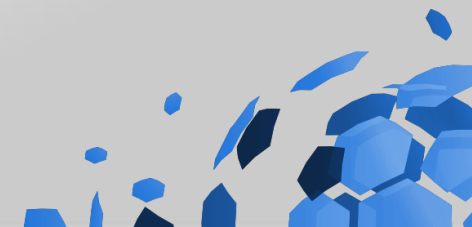


---

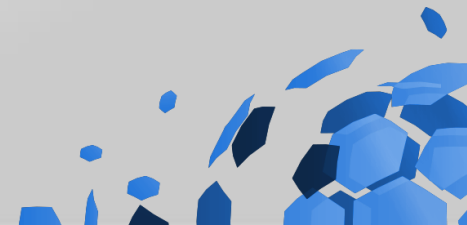
# TRENÉR JE PRŮVODCE NEBO VODIČ? DÍTĚ JE HRÁČ, NEBO LOUTKA?



# MÁŠ PŘEDSTAVU JAK MOC OVLIVŇUJEME JEJICH BUDOUCNOST

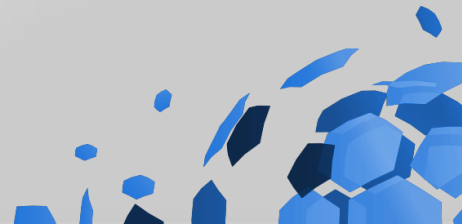
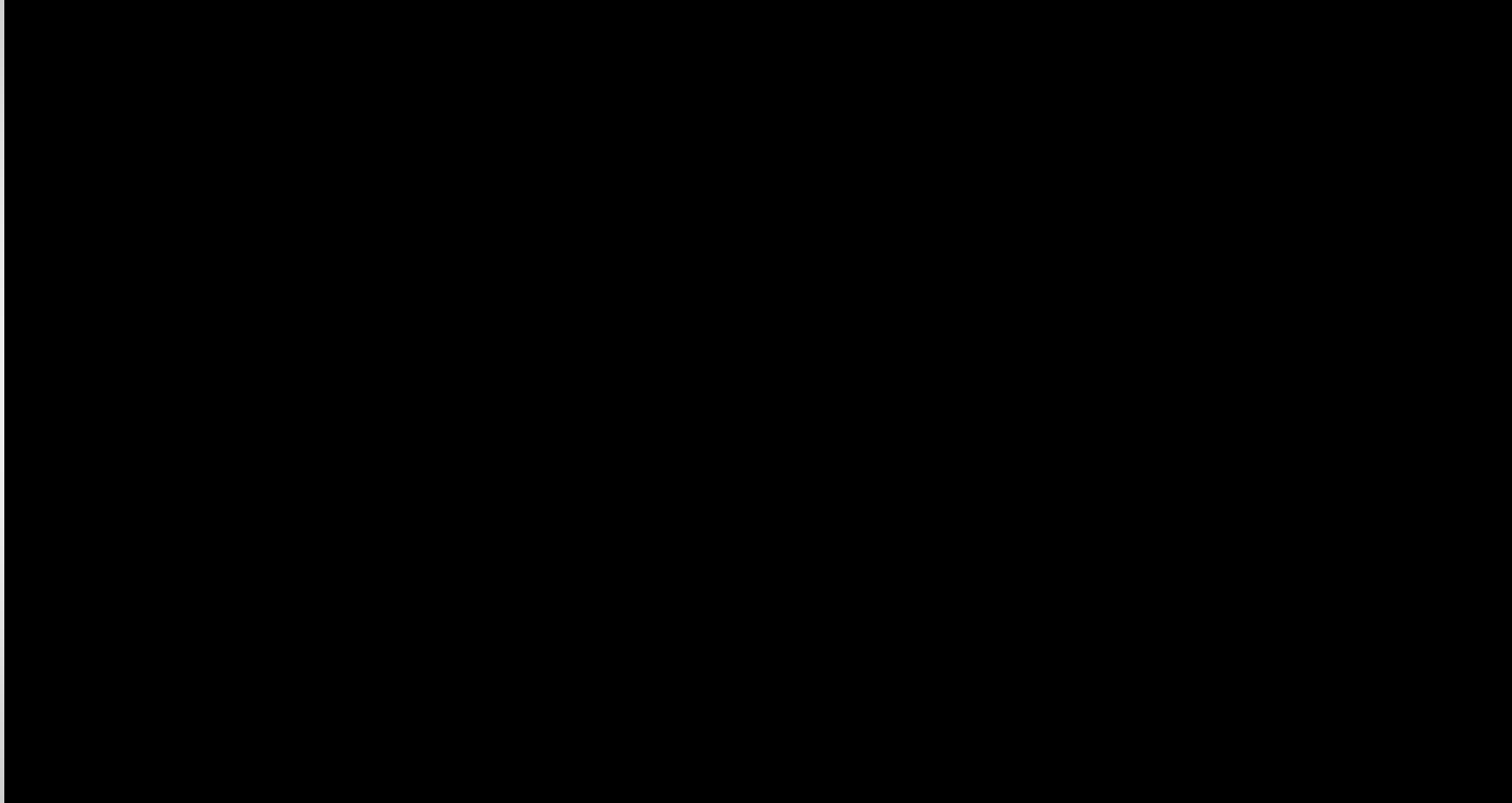


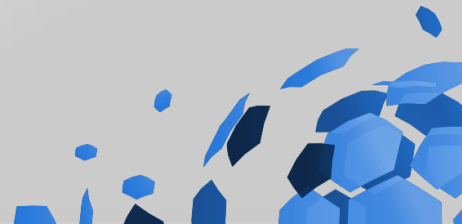
# PROSTŘEDÍ



---

# PODMÍNKY





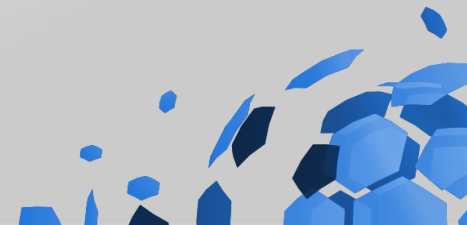


---

# JAK SE TVOŘÍ ORIGINAL

- Samostatné rozhodování - hra
- Touha učit se nové věci
- Možnost chybovat
- Možnost se z chyby poučit
- Časoprostorový tlak

(adaptace bez pomoci vnějšího prostředí)





HRA JE ZÁKLAD TRÉNINKU !





# DĚKUJEME ZA POZORNOST

2. Národní Grassroots konference FAČR

