

## KONCEPCE VÝCHOVY MLÁDEŽE HC OLOMOUC

Motto: Hokej je zábava pro děti i rodiče

Vycházíme z metody tzv. přirozeného učení – děti se učí dovednostem tak přirozeně, jako se učí chodit nebo mluvit. Nejdůležitějším prvkem, který tento způsob učení prostupuje, jsou emoce a vnitřní uspokojení.

Proces tréninku spočívá v tom, že děti si hrají (různé hry s upravenými pravidly, soutěže, honičky atd.) a během toho, aniž by si to uvědomovaly, se učí nějakou dovednost (oblouk, uvolňování se v prostoru atd.). Učení jde spontánně a takové učení je podle dnešních poznatků neefektivnější.

V praxi to znamená používat méně instrukcí (pokrč nohy, zpevni se, narovnej se) a tlačit dítě do toho, aby na pohyb přišlo samo. Neznačená to, že děti nebudeme ničemu učit, ale dávat jim takové podněty, aby si na jejich základě osvojili dovednosti co nejlépe.

Velmi důležitou funkci v tomto tréninkovém programu mají emoce, protože pokud je nějaká činnost citově podbarvena, je její zapamatování (otisk v paměti mozku) jasnější. Jakoukoli vzpomínku, která je citově zabarvena, si vybavíme daleko rychleji.

Tréninkové prostředky k tomuto vedení tréninku jsou především hry a soutěžení. Soutěžením není myšleno, aby byl někdo první nebo kladení důrazu na výsledky, ale soutěžení ve smyslu překonávání překážek.

**Rainer Martens:** „Sportovci musí vidět a vnímat úspěch, který je podmíněn dosažením jejich vlastních cílů a nikoli překonáním výkonů ostatních.“  
(sport. psycholog)

Je jasné, že každý člověk má jiné dispozice (ne z každého může být Jágr), a každý má jiné hranice svých dovedností, ale klademe největší důraz, aby se děti naučili tomu, že vítězem je každý, kdo se svým vlastním hranicím dokáže přiblížit. Jestliže vidíme na dětech úsilí a zapálení, tak to je vítězství bez ohledu na výsledek.

Jde nám o to, abychom k hokeji přivedli co nejvíce malých dětí a vedli trénink a později i utkání tak, abychom co nejvíce dětí a jejich rodičů u hokeje udrželi, a vytvořili tak u dětí správné návyky.

Naší filozofií je, abychom děti nejen naučili správné technice bruslení, přihrávání, střelbě, ale aby hokej byl především hrou, zábavou, aby mladé hokejisty vychovával pro život, učil je vyhrávat, ale také vyrovnat se s prohrou.

Společným přístupem a úsilím rodičů, trenérů a hráčů samotných naplníme základní principy nejnrychlejší kolektivní hry - soutěživost, radost, respekt jednoho k druhému.

Je třeba si uvědomit, že profesionálním sportem se budou zabývat pouze asi 2 % z celkového počtu dětí. Ostatním dá sportování ohromné zkušenosti do života - a to je to nejcennější.

Současné výzkumy vývoje top světových hráčů poukazují na to, že právě důraz na výuku spektra dovedností, rozvoj schopností a tělesné zdatnosti v raném stádiu jsou nezbytným základem pro budoucí výkonnostní růst.

Nejlepší hráči se naučili hrát hokej především prostřednictvím hry.

**„Je lepší jednou vidět, než desetkrát slyšet a je lepší jednou zažít, než desetkrát vidět.“**

Hra, a to nejen pouze ve formátu "hry na dvě branky", ale především v pestrých zábavných a soutěživých formách her na ledě i mimo led, je přirozeným způsobem pro učení a rozvoj dětí spontánním objevováním řešení herních situací. Mimo to jsou skupinové hry efektivním využitím tréninkového času, neboť většinou aktivizují všechny účastníky. Utkání je pak dobou, kdy jsou děti nejvíce vnímavé k pokynům trenérů. Je proto třeba mít na paměti, že pokyny rodičů, které jsou v rozporu s informacemi od trenérů, děti pouze matou a znejistí. Zároveň je třeba si uvědomit, že mnohem důležitější nežli hrát na výsledek, je využít čas zápasu jako dobu pro výuku a výchovu.

Návodné koučování a tlak na vítězství sice přinesou dočasný "úspěch", bohužel však děti limitují v budoucnosti. Nejlepší trenéři mládeže nejsou ti, kteří vyhrávají soutěže v žákovských kategoriích, naopak, jsou to ti, kteří vychovávají nejvíce sportovců.

**Michael Jordan:** *„Díky talentu můžete vyhrát zápas, ale jen inteligence a  
(basketbalista) *týmová práce přináší mistrovské tituly.“**