



CHARAKTERISTIKA A VYBRANÉ  
ASPEKTY KOUČINKU JUNIORSKÉHO  
TÝMU DION XY

Kurz trenérů II. Třídy ČSC, 2020

**Ing. Petr Štěpánek Ph.D.**

## Obsah

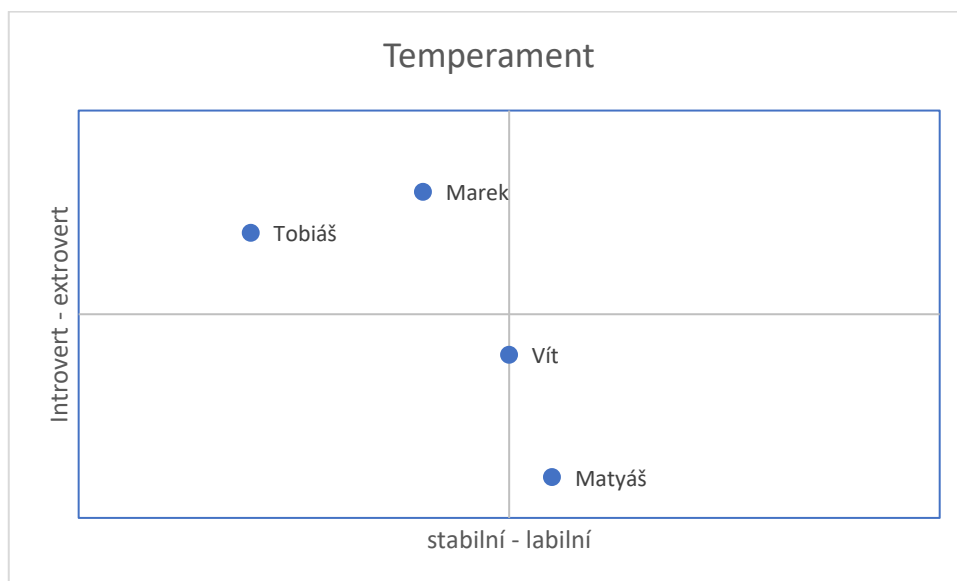
1	Úvod .....	2
2	Individuální charakteristika hráčů týmu.....	2
2.1	Marek .....	3
2.2	Vít .....	3
2.3	Matyáš.....	4
2.4	Tobiáš .....	5
3	Působení týmu v soutěžích .....	5
3.1	Divize dospělých.....	5
3.2	Mistrovství republiky juniorů .....	6
3.2.1	Stručná analýza soupeřů .....	8
3.3	Taktika týmu v Divizi a na MČRJ .....	9
3.4	Analýza Výkonnost hráčů na MČRJ a v závěru divize .....	9
4	Prostor pro zlepšení práce kouče.....	11

## 1 Úvod

Tato práce představuje analýzu týmu Dion XY, aktuálního juniorského mistra republiky a vybrané aspekty koučinku týmu v uplynulé sezóně. Věnuji se profilu hráčů, faktorům které tým limitují i faktorům které daly týmu výhodu oproti soupeřům. U týmu jsem působil dvě sezóny v tandemu s Petrem Horákem, z toho ve druhé sezóně s pravomocemi hlavního kouče. Na počátku této sezóny se tým nacházel ve velmi špatné formě a výrazně negativně ho postihla změna na jednom z hráčských postů, což se projevilo na zahraničním turnaji kategorie EJCT ve Švýcarsku, kde prohrál všechna utkání. Velmi špatný byl i start do divize dospělých (první sezóna mezi dospělými). Konec sezóny se ale nesl ve zcela jiném duchu. Postup z divize dospělých do 1. ligy se podařilo vybojovat po dlouhé vítězné šňůře. Tým zaznamenal první výraznější zahraniční úspěch v podobě druhého místa na velmi dobře obsazeném turnaji v Polsku (na stupních vítězů tým doprovodila Polská (seniorská) reprezentace a přední český extraligový tým Davida Šika). Sezónu pak korunoval získání titulu mistra republiky v kategorii juniorů.

## 2 Individuální charakteristika hráčů týmu

Kapitolu individuální charakteristiky hráčů otevírá grafické zobrazení hodnocení temperamentu na obrázku 1, dle subjektivního hodnocení kouče. Použita je tradiční typologie temperamentu podle (Šlédr, 2020). Zobrazená škála teoreticky odpovídá rozsahu Gaussovy křivky (např. Hampacher a Radouch, 1997) pro  $2\sigma$  (cca 96% populace). Dále se věnuji profilům jednotlivých hráčů.



## 2.1 Marek (\*2001)

Technicky hráč na solidní juniorské úrovni. Fyzicky se jeho výkon opírá zejména o dobrou obecnou vytrvalost a odolnost proti únavě. Hráč v části předcházející sezóny tým skipoval a je poměrně takticky vyspělý. Zpočátku měl problémy nalézt dostatečnou motivaci což se ke konci sledovaného období pozitivně změnilo. Marek je komunikativní, ale někdy nevhodným způsobem. Jeho výrazná vnitřní potřeba originality často působí jako rušivý element a negativně ovlivňuje jak koncentraci a osobní disciplínu, tak i disciplínu/koncentraci celého týmu. Na stranu druhou je schopen poměrně hluboké sebereflexe a dokáže velmi dobře akceptovat a reflektovat i tvrdší přístup trenéra včetně osobní kritiky. Díky tomu je s Markem možné úspěšně trenérsky pracovat. V závěru období dokázal více pracovat pro tým a částečně i převzít roli lídra, která pro něj jinak není úplně přirozená. Osobnost je i na konci sledovaného období v některých ohledech na svůj věk ještě nevyzrálá. Pokud se limitující osobnostní faktory ukáží jako vázané na období dospívání (určité zlepšení je v čase patrné), hráč má perspektivu směrem k české extralize, možná i k jejím nejlepším týmům.

## 2.2 Vít (\*2004)

Vít je technicky na svůj věk velmi dobrý hráč. Fyzická konstituce odpovídá na první pohled cca o rok nižšímu věku, Vítek ale projevuje nečekanou odolnost a houževnatost. Na pozici skipa zvládnul bez výraznějšího poklesu formy i velkou zápasovou zátěž při paralelním působení v klubovém týmu Dion a v reprezentačním týmu pro olympiádu mládeže (YOG). Vít má velkou motivaci výkonnostního růstu i ambice dosahovat úspěšných výsledků. Vítek prošel v posledních dvou letech ohromným výkonnostním vzestupem, kdy se už v necelých 16 letech stal jedním z několika absolutně nejlepších českých hráčů kategorie do 21 let. Výhodou i nevýhodou je umanutost/tvrdohlavost hráče. Pro skipa je tato vlastnost do jisté míry přirozená či dokonce vítaná, ale trenéra při práci limituje. Je též nutné vést Vítka k pokoře a disciplíně po dosažení sportovního úspěchu. Ten u něj vede k jisté míře nezdravého sebeuspokojení a menší ochotě pokračovat v poctivé práci. Do jisté míry lze tuto vlastnost přikládat pubertě a nezkušenosti hráče. To jsou ale asi jediná negativa. Vítek prokázal značnou psychickou odolnost ve vypjatých situacích a schopnost rozhodovat zápasy. V závěru sledovaného

období působil jako rozdílový hráč. Takticky je na svůj věk velmi vyspělý, občas má zatím sklon pro taktické varianty s nepřiměřenou mírou rizika, zejména pokud se rýsuje šance položit v endu větší číslo. To ale považuji za lepší než kdyby se rizika bál. Hráč se jeví jako mimořádně perspektivní.

### 2.3 Matyáš (\*2001)

Matyáš je introvertním typem hráče, který je schopen být pro tým přínosem, ale může působit i přesně opačně. Je nutné aby byl trenérem usměrňován a aby mu byly pevnými pravidly definován rámec jeho působení. Technicky je na velmi solidní úrovni, ale schází mu alespoň zatím větší cit pro rychlost kamene. Je nejlepším metařem týmu, což vychází ze solidní fyzické kondice a zejména silové vytrvalosti. Ta je však spíše důsledkem přirozených fyzických vlastností a somatotypu hráče než cílevědomé fyzické přípravy. Matyáš je výrazně introvertní a budí na povrchní pohled dojmem flegmatické osobnosti, ovšem vnitřní psychická stabilita není tak pevná. Má velké výkonnostní výkyvy, a to i během jediného hracího dne. Je schopen tvrdé práce, v tréninku i v zápase, ale pouze pod dohledem autority. Při větším množství svobody má problémy sám svoji aktivitu smysluplně organizovat. Hráč je pro trenéra v mnoha ohledech obtížně čitelný a skutečná úroveň motivace je pro mne nejasná i po celé sezóně společné práce. Hráč je v obecném smyslu slova inteligentní, ale nikoliv ve smyslu emoční a sociální inteligence. Trenér od něj musí čekat i naprosto nesmyslné prohlášení v nejméně vhodném okamžiku. Na ledě byl schopen plnit pokyny trenéra a podporovat tým tím že pro něj odvedl poctivou práci. Větší týmovost, pozitivní ovlivňování spoluhráčů, teambuilding, to jsou slabé stránky. Od hráče přišla zvláštní zpětná vazba, kdy právě období kdy tým dosáhl nejlepších výsledků (titul juniorských mistrů republiky, postup do 1. ligy mužů, 2. místo na dobře obsazeném mužském turnaji dospělých v Polsku) označil jako období kdy mu spoluhráči a trenéři „neseděli“ a málem vedlo k jeho odchodu z týmu. Dosud si nejsem jist, zda je problémem pouhá skutečnost že byl nucen podávat výkon mimo svoji komfortní zónu, nebo zda jsou příčiny hlubší a odrážejí i případné chyby v práci kouče.

Potenciál hráče se zdá být omezený jeho osobností, která rozhodně nepůsobí jako optimální pro kolektivní sporty. Je otázkou, zda může projít osobnostním rozvojem, který by dokázal některé limitující psychické faktory kompenzovat. Technicky a fyzicky není v zásadě nijak limitován.

## 2.4 Tobiáš (\*2006)

Tobiáš je hráč oproti svým spoluhráčům výrazně mladší (v sezóně dovršil 13 let) a mentálně i fyzicky odpovídá spíše profilu ještě o rok mladšího sportovce. Na svůj věk je technicky solidní, ale v kontextu kategorie do 20 (21) zatím nedosahuje standardu širší domácí špičky. Metení je zatím jen s velmi slabým efektem, fyzická kondice je v nejlepším případě průměrná i s ohledem na věk. Nemá zatím příliš silnou vnitřní disciplínu a je třeba ho vést autoritativně. Má vnitřní motivaci dosahovat úspěchů, ale ta alespoň zatím nevyústila v ochotu investovat do procesu výraznější úsilí. Je konfrontován se staršími spoluhráči kteří ho nepřijímají jako sobě rovného. Tento faktor nutně působí demotivačně a hráče s menší psychickou odolností než Tobiáš by mohl úplně zlomit. Lze říci, že Tobiáš v této obtížné roli obstál. Jeho klíčovou vlastností je pevná vnitřní spokojenost a přijetí vlastní nedokonalosti, což je pozitivní ve směru psychické odolnosti proti vnějším vlivům a negativní ve směru ochoty více pracovat a vystoupit z vlastní komfortní zóny. Potenciál hráče je zatím obtížné odhadovat.

## 3 Působení týmu v soutěžích

Tato sekce se týká působení týmu v divizi dospělých a na mistrovství republiky juniorů (MČRJ). V obou soutěžích většinu zápasů koučoval autor této práce (na MČRJ všechny s výjimkou úvodního utkání).

### 3.1 Divize dospělých

Kvalita této soutěže byla značně nevyrovnaná. O postup do 1. ligy bojovaly 3 týmy (Dion XY, Ledoborci a Zbraslav M), které se v konečné tabulce značně odpoutaly od svých soupeřů (o 4 výhry) a skončily v závěrečné tabulce soutěže na stejném poměru vyhraných a prohraných utkání 13:3. První místo Dion XY díky pomocným kritériím bylo do značné míry dílem shody okolností. V posledním kole pomohla prohra Ledoborců s týmem DION VIP, kdy „stará“ garda symbolicky podržela klubové nastupující mládí.

Působení týmu Dion XY mělo značně rozdílnou kvalitu na počátku a na konci soutěže. Tým se musel vyrovnat s určitými handicapy:

1. Premiérové působení v soutěži dospělých a psychická i taktická adaptace na herní styl zdejších soupeřů, značně rozdílných od konkurence v juniorských soutěžích
2. Adaptace na halu Zbraslav – v soutěži působila řada týmů s bohatými zkušenostmi s řadou soutěží a turnajů včetně těch mimopražských, ale se spíše

extenzivní tréninkovou přípravou. Tyto týmy jsou schopné poměrně snadné adaptace na rozličné podmínky. Naopak pro juniory by bylo velkou výhodou hrát soutěžní zápasy v hale kde intenzivně trénují.

3. Termínový kalendář – většina zápasů byla nahuštěna do první části sezóny, a to i za cenu pěti odehraných zápasů během jednoho víkendu. Tato anomálie byla nutností pro možnost souběžné účasti v této soutěži a v reprezentačním týmu pro olympiádu mládeže pro Vítka.

K tomu je třeba připočíst slabou výkonnostní formu v počátcích sezóny. Proto po 5 zápasech dosáhl tým 2 výhry a 3 prohry. Cílem stanoveným na začátku sezóny byl postup do vyšší soutěže, ten se po takto hubeném začátku pomalu rozplýval. Tým nicméně výkonnostně rostl a dokázal pokračovat sérií 11 výher v řadě. Některé z nich se ale nerodily lehko. V zápase proti týmu Kolibris bylo nutné dohnat v posledním endu čtyřbodové manko. Ve dvou zápasech při absenci Marka vypomohl jako hrající trenér Petr Horák. V zápasech druhé části sezóny (tj. v roce 2020) už ale junioři z DION XY jednoznačně dominovali. Vzhledem k modifikovanému kalendáři ale byly v roce 2020 odehrány jen 4 z celkového počtu 16 zápasů. Koučink týmu v této soutěži narážel zejména na následující obtíže:

1. Motivace a disciplína – hráči měli evidentně nižší motivaci oproti juniorským soutěžím, kde působí (pověštinou zdravá) rivalita mezi vrstevníky. Následkem byla i horší osobní disciplína, na kterou bylo nutno reagovat ze strany kouče větší důsledností a absenci vnitřní disciplíny kompenzovat disciplínou vnější. Bylo zavedeno několik opatření jako přesný rozvrh půlhodiny před rozehrou, drobná finanční pokuta při pozdním příchodu na předzápasový sraz atd.
2. Frustrace z počátečních neúspěchů – v této soutěži se tým střetával výhradně se soupeři jednoznačně technicky horšími (v některých případech i značně), avšak zkušenějšími a často s velmi dobrým citem pro váhu (draw). Zápasy se soupeři tohoto typu byly pro hráče novinkou.

### 3.2 Mistrovství republiky juniorů

Mistrovství republiky juniorů v sezóně 2019/2020 se konalo v rozmezí dvou hracích víkendů. Účastnilo se ho 8 týmů., přičemž podle mého odhadu celkem 5 z nich mělo reálnou šanci střetnout se o titul, včetně Dion XY. Do pozice hlavního favorita ale tento tým asi pasoval málokdo.

Zcela upřímně řečeno, tým nebyl postaven na získání titulu v kategorii juniorů a takto nebyl cíl stanoven. Za úspěch bych považoval jakékoliv medailové umístění. Věkový průměr týmu byl pouze 16,5 roku, přičemž v současné době prochází juniorskou kategorií poměrně silná generace hráčů 17-20 let. Do týmu se na tuto sezónu nepodařilo přivést plánovanou posilu, což znamenalo absenci náhradníka a nutnost stavět třináctiletého Tobiáše do všech zápasů. Týmový výkon ovšem pozitivně ovlivnily následující faktory:

**Individuální výkony Víta:** I přes svůj nízký věk byl Vít pravděpodobně nejlepší hráčem celého šampionátu. Během sezóny gradovala jeho forma, kdy získal i mistrovský titul v kategorii mix doubles juniorů a úspěšně reprezentoval na olympiádě mládeže (tým s bilancí 3 výhry a 2 porážky, následně bronzová medaile v kategorii mezinárodních dvojic mix doubles). Očekával jsem že jeho osobní kalendář bude díky současnému působení v týmu pro olympiádu mládeže (což obnášelo zátěž navíc jak v podobě reprezentačních tréninků tak přípravných turnajů) příliš nabitý a konec sezóny už může být ve znamení únavy a výkonnostního útlumu. Jeho spoluhráč z reprezentace onemocněl na konci sezóny (údajně zápallem plic) a druhou část MČRJ vůbec neodehrál, k čemuž mohla zvýšená zátěž v kombinaci s nedolčenými infekty přispět. Vít ovšem velkou zátěž zvládnul a naopak i díky ní jeho forma v závěru sezóny gradovala. Mohli jsme tak na MČRJ těžit z výkonu rozdílového hráče na postu skipa-čtyřky

**Marek jako lídr týmu:** V počátcích sezóny tým jako celek nefungoval uspokojivým způsobem. Oproti minulé sezóně došlo k jedné personální změně – odešel David a přišel Matyáš. Tahle změna zcela rozbořila konstrukci na které tým stál, protože mentální charakteristika příchozího hráče je diametrálně odlišná od hráče odchozího. David byl přirozeným vůdčím typem, který byl navíc náročný k sobě i spoluhráčům ohledně osobní disciplíny. Do jisté míry fungoval jako prodloužená ruka trenéra. Matyáš je introvertní typ. Bylo třeba najít hráče který by funkci lídra převzal. Skip je v určitém smyslu lídrem týmu vždy, ale jeho interakce s hráči front endu jsou během zápasu omezené. V týmu je třeba mít buď ještě jednoho lídra, případně tuto funkci může částečně převzít více hráčů. To ovšem u 13 letého Tobiáše a introvertního Matyáše v úvahu nepřicházelo. Proto jsem se zaměřil na Marka a jeho vůdcovskou roli v týmu. Motto znělo „Marku, musíš v sobě najít kus Davida“. Marek není zcela přirozeným lídrem. I když je výrazný, více mu vyhovuje být v určité opozici, což nese podstatně menší odpovědnost. Po opakovaném probírání situace a nutnosti aby se role „tahouna“ týmu zhostil a do nové role se postupně



vpravil. Nebylo to snadné, ale ke konci sezóny na MČRJ již jako lídr týmu fungoval dobře.

**Motivace:** Celý tým byl až na výjimky po většinu turnaje optimálně motivovaný, mnohem výrazněji než na divizi dospělých. Motivace byla výhodou oproti soupeřům v play off Ledoborcům juniors (nevýrazná motivace) i Ledoborcům OS (přemotivovanost).

### 3.2.1 Stručná analýza soupeřů

**Ledoborci Juniors:** Dvojnásobný obhájce titulu, z jehož kádru ale kvůli překročení věkového limitu vypadnul důležitý hráč s extraligovými zkušenostmi. Přesto se jednalo o jednoho z největších favoritů, možná o úplně toho největšího. Hráči tohoto týmu na reprezentační úrovni vybojovali čtvrtfinále MS B juniorů. Na týmu ale byla zejména během druhého hracího víkendu znát určitá vyčpělost a nedostatečná motivovanost. Ve druhé části turnaje chyběl nemocný hráč a tým hrál jen ve třech.

**Ledoborci NG:** Tým, který měl velkou motivaci napravit vyhoření z loňské sezóny, kdy navzdory finálovým ambicím skončil bez medaile. Jeden z největších favoritů na titul. Tým ovšem nepracoval tak aby výkon odrážel nesporně vysokou individuální kvalitu hráčů (optikou kategorie a domácí konkurence). Stejný problém měl tým i vloni. Zatímco vloni byl tým schopen podávat kvalitní výkon jen do poloviny klíčových zápasů, letos zdánlivě shořel na individuálních výkonech svého skipa, což ale mohlo mít hlubší příčiny. Nejsem schopen posoudit zda je problém v koučinku týmu nebo zda je tým složen nevyváženě.

**Ledoborci OS:** Třetí tým ledoborců též patřil do okruhu uchazečů o titul. Tým udělal v posledních dvou sezónách velký výkonnostní progres a byl vysoce motivovaný, možná až moc což vedlo k velké nervozitě hráčů v některých klíčových momentech. Formu tým nejspíše vyladil příliš brzo a kulminovala krátce před začátkem MČRJ vítězstvím na regionálním turnaji ve Švýcarsku. Na týmu byla na MČRJ již patrná únava z náročné sezóny.

**Jičín:** Jičín se stal v předchozí sezóně překvapivým vicemistrem a prokázal nespornou kvalitu. Do jisté míry k tomu ale tehdy přispělo i podcenění soupeři. Tým jsem zařadil mezi pěti reálných uchazečů na titul, ale patří spíše někam na její konec. K titulu by vedl jen výkon na hranici možností a shoda dalších okolností. "

**Savona, Zbraslav(Medvědi), Ledoletci:** tyto týmy jsem za reálné uchazeče o titul nepovažoval. Savona je z nich nejsilnější a mohla v některém ze zápasů reálně porazit i někoho z favoritů. Zbraslav(Medvědi) a Ledoletci na turnaji spíše sbírali zkušenosti.

### 3.3 Taktika týmu v Divizi a na MČRJ

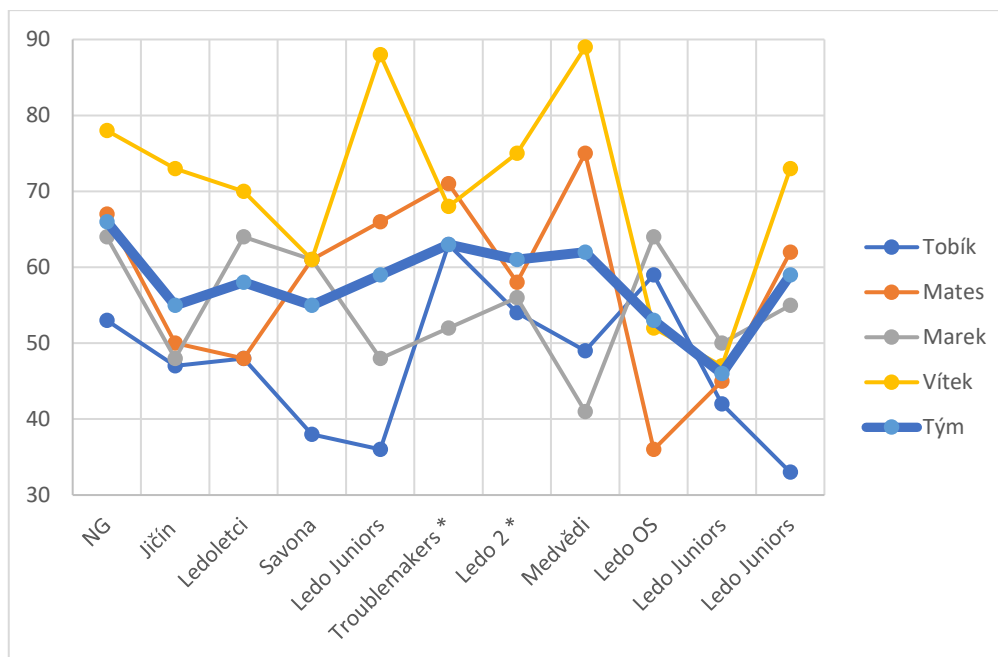
Taktika byla ordinována s ohledem na konkrétního soupeře. U týmů v divizi dospělých převažovala defenzivní taktika a snaha donutit soupeře do take-outů, kde jsme u něj předpokládali větší chybovost, i kvůli značným nedostatkům v technice našich soupeřů. Na MČRJ jsme s výjimkou dvou nejslabších týmů hráli ve smyslu ofenziva/defenziva v počátcích zápasů vyváženě a poté reagovali na vývoj.

Rozehru jednotlivých endů jsme museli uzpůsobit skutečnosti, že na jedničce hraje třináctiletý hráč, který dosud nemá stabilní výkonnost juniorské úrovně. Odpovědí na tuto skutečnost bylo upřednostňování kamenů, kde i určitá nepřesnost nemusí být fatální. Typickým příkladem byly endy s výhodou posledního kamene, kde jsme na soupeřovo klasické zahájení endu postavením center guardu obvykle nereagovali zajetím na střed kruhů, ale buď side guardem nebo kamenem na kraj kruhu, přičemž obě dvě možnosti jsou ve vzájemném vztahu přijatelné alternativy, dokud není tým nucen reagovat na výraznější rozdíl ve skóre. V podobném vztahu je i zahájení endů bez výhody posledního kamene před kruh/do kruhu.

Vzhledem ke slabší výkonnosti jedničky týmu jsme v rámci repertoáru možností jak reagovat na vývoj zápasu využili i možnost odvolat Tobiáše ze hry a pokračovat ve třech. Takový postup je ale dost kontroverzní a sahal jsem k němu jen nerad. Zejména je to velmi negativní a demotivující signál k samotnému hráči

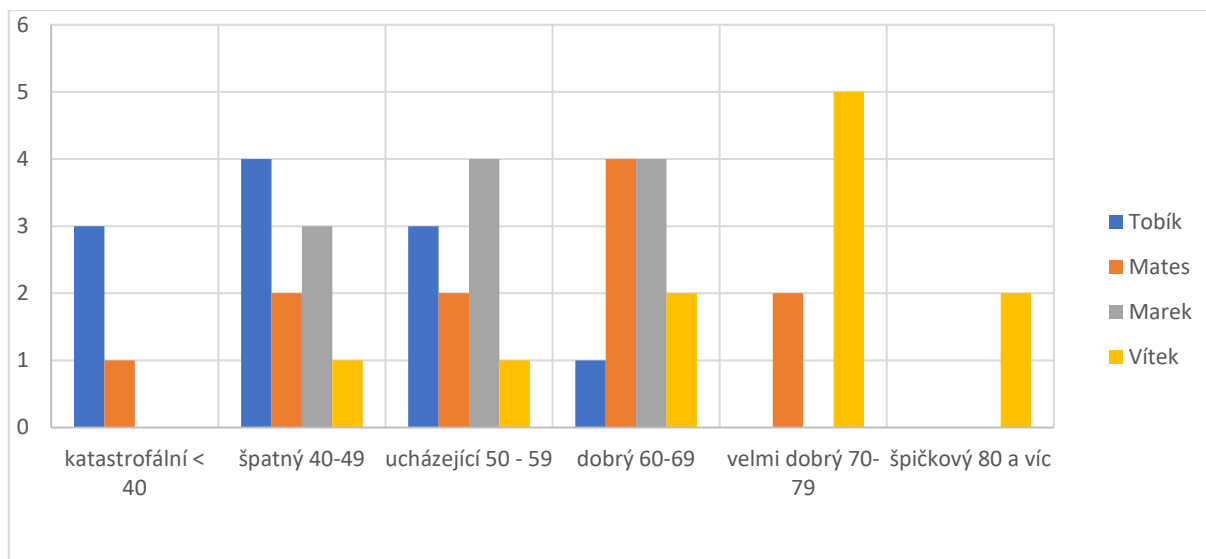
### 3.4 Analýza Výkonnost hráčů na MČRJ a v závěru divize

Obrázek 2 znázorňuje procentuální úspěšnost hráčů i celého týmu v zápasech MČRJ (s výjimkou prvního utkání kde jsem nebyl přítomen) a v posledním hracím dni divize který probíhal mezi oběma hracími víkendy MČRJ. I když procentuální úspěšnost není sama o sobě zcela spolehlivým kritériem individuální výkonnosti, je to statistika vytvářená s určitou mírou objektivity. Úspěšnost týmu ve sledovaném období byla  $58 \pm 5$  procent. Graf jasně ukazuje nejvyšší úspěšnost u Vítky,  $70 \pm 13$  procent, následovaným Matyášem  $58 \pm 12$  procent, Markem  $55 \pm 8$  procent a Tobiášem  $47 \pm 10$  procent.



Obrázek 2: Procentuální úspěšnost hráčů na MČRJ a v závěru Divize mužů

Vít dosáhl nejvyšší týmové úspěšnosti z 11 sledovaných utkání v 7 případech a v jednom dalším se o pomyslnou první příčku dělil s dvěma spoluhráči. Matyáš dosáhl mírně vyšší úspěšnosti než Marek, ovšem za výraznějšího kolísání výkonu, což odpovídá profilu hráče. Obrázek 2 shrnuje četnost kvality výkonu, měřené procentuální úspěšností, v rámci roztřídění do kategorií od „katastrofální“ až po „špičkový“. Nižší úspěšnost Tobiáše vedla v 7 z 11 zápasů k výkonu, který spadá do kategorií „katastrofální“ a „špatný“. Nutno ovšem poznamenat, že mnoho Tobiášových kamenů končilo přijatelnou alternativou, kterou ovšem standardní hodnocení procentuální úspěšnosti nezohledňuje. Z celkem devíti individuálních výkonů hodnocených jako „velmi dobrý“ nebo „špičkový“ zaznamenal sedm Vít a dva Matyáš. Markova úspěšnost ani jednou nebyla hodnocena jako „velmi dobrá“ nebo „špičková“, spolu s Vítkem ale také nikdy ne „katastrofální“.



Obrázek 3: kategorizace úspěšnosti hráčů podle procent na MČRJ a v závěru divize mužů

Jak je vidět i z obrázku 2, výkon týmu v play off MČRJ negradoval. Nervozita a tíha okamžiku vedla ke slabším výkonům zejména v semifinále a v prvním finále, což byly z naší strany nejhůře odehrané zápasy závěreční části sezóny, nejen optikou procentuální úspěšnosti ale i dle hodnocení kouče. Bylo vidět že tým zatím není zvyklý hrát pod podobným tlakem. Semifinálový soupeř se ovšem potýkal se stejným problémem, který na něj zřejmě dolehl ještě výrazněji. Je otázkou, zda by při kvalitnějším výkonu soupeře šel i náš výkon v play off nahoru. Finálový soupeř odehrál oba zápasy poměrně laxe. Bylo vidět že hráči už si v juniorské reprezentaci zahráli a hlad po vítězství se nedostavil. Druhý finálový zápas jsme byli první polovinu výrazně lepší a až na Tobíka jsme se vrátili ke standardnímu výkonu. Vzhledem k výraznějšímu vedení v polovině utkání jsem se rozhodl odvolat Tobíáše z důvodu potřeby kvalitní defenzivy. Nicméně ta se neobešla bez chyb a soupeř měl v posledním endu určitou šanci vynutit si ještě extraend. Rozhodující kámen ale nezahrál.

## 4 Prostor pro zlepšení práce kouče

Přestože tým dosáhl v uplynulé sezóně výrazných úspěchů, s časovým odstupem 3 měsíců jsem identifikoval řadu oblastí, kde jsou v mé práci kouče rezervy a prostor ke zlepšení. K tomuto poznatku přispěla i diskuse s trenérským partnerem Petrem Horákem, individuální i týmové pohovory s hráči a konzultace se sportovním psychologem

Martinem Macháčkem. Řada oblastí se shoduje i s nároky kladenými na kouče podle (Snítíl, 2020). Výsledek lze shrnout v následujících bodech:

- S větší trpělivostí naslouchat hráčům a to i v případě kdy jim sám chci něco podstatného sdělit. Kritickým okamžikem je kupříkladu setkání s týmem po zápase.
- Přestávky, time-outy – upozadit vlastní ego a předat výhradně informace směřované ke zvýšení šance uspět v zápase. Nedat během zápasu najevo případnou vlastní frustraci z chyb týmu. Během přestávky, případně timeoutu zmínit chyby jen v případě kdy je to žádoucí pro další vývoj utkání nebo případně na přímý dotaz hráče.
- Aktivněji komunikovat s introvertními typy hráčů, nepředpokládat že kdo mlčí je implicitně spokojený a vyrovnaný
- Na lavičce – poker face. Pokud toho nejsem schopen tak se tomu snažit alespoň přiblížit.
- Sledovat více faktorů během utkání, především ty nad rámec taktiky, techniky a úspěšnosti hodů – více se zaměřit na komunikaci, disciplínu, řeč těla hráčů, nasazení.
- Hledat modely fungování týmu v opakujících se situacích a eliminace negativních vzorců v situacích typu – tým vede, tým prohrává, jednomu členu týmu se výrazně nedaří, nepovedl se důležitý poslední kámen v endu atp.
- Rozšířit individuální úkoly pro hráče do zápasu
- Vhodně balancovat dva rozdílné cíle – krátko- a střednědobý úspěch hráče/týmu v juniorské kategorii versus výchova hráče pro pozdější úspěch v soutěžích dospělých. Druhý jmenovaný cíl nevnímat jen jako derivát prvního.

### **Literatura:**

Hampacher, M. - Radouch, V.: Teorie chyb a vyrovnávací počet 10. ISBN: ČVUT v Praze, 1997, ISBN 80-01-01704-4

Snítíl, J.: Koučování v curlingu, studijní materiál pro kurz trenérů curlingu II. Třídy, ČSC 2020

Šlédr, J.: Psychologie sportu, studijní materiál pro obecnou část kurzu trenérů II. Třídy,  
ČUS 2020.