Na co myslím, když běžím...

PŘINÁŠÍ SPORT NAŠIM DĚTEM RADOST?

Táta stojí s míčem v ruce na čáře trestného hodu a připravuje se na střelbu šestek. Stejně staří spoluhráči i soupeři stojí kolem něj a čekají, jestli promění. Jeho malý syn na něj od postranní čáry křičí: „Jak to stojíš? Pokrč nohy v kolenou! Soustřeď se! Miř na zadní obroučku! Nezapomeň, ruka jde za míčem." Táta koš nedal. Syn reaguje: „Cos dělal? Neposloucháš, co ti říkám?! Takhle se nikdy nezlepšíš. Řekneme si to v autě."

TEXT: MICHAL JEŽDÍK

Chtěli byste být v kůži táty? Je vám to povědomé? Takové situace zažívají naše děti bohužel velmi často. Nedávno jsem viděl basketbalový zápas 11letých dětí a situace se opakovala. Obránce v modrém dresu se ocitl na hřišti v situaci, že nevěděl, kam má běžet a co má dělat.

Otočil se k jedné postranní čáře, od které na něj naléhal kouč: „Běž blíž k útočníkovi, nenech ho chytit přihrávku a hrát s míčem."

Otočil se k druhé postranní čáře, odkud na něj volal táta: „Ustup od útočníka! Je rychlejší než ty, nenech ho, aby ti utekl za záda."

Tak co chlapec udělá? Místo toho, aby se soustředil na hru, musí se rozhodnout. Co se mu honí hlavou? Mám ignorovat tátu, který mě bude v autě cestou domů poučovat a budeme spolu celý týden až do dalšího zápasu? Nebo mám poslechnout trenéra, kterého bychom měli poslouchat a respektovat, jak mi říkal i můj táta? Trenéra, který rozhoduje o tom, jestli budu při utkání víc na hřišti, nebo na lavičce náhradníků, když nebudu dělat, co mi říká?

Není s podivem, proč tolik dětí vypadá při hře zmateně? Proč hrají nejistě? Proč mají strach chybovat? Proč to vypadá, jako by se nic neučily? Proč přestaly mít radost z prožitku a ze zkušenosti ze hry? Není zarážející, že mnoho dětí opouští ambiciózní sportovní prostředí, když jejich jedinou šancí je se každý víkend potkat s neúctou a někdy až záměrnou ignorací od dospělých autorit, které je provázejí jejich životem?

Jako rodiče máme naše děti samozřejmě rádi a chceme pro ně udělat to nejlepší, ale často si sportování dětí zaměňujeme za naše, za náš svět. Věci, které děláme, a naše chování jim nepomáhají, i když máme ty nejlepší úmysly. Místo abychom je podpořili, snižujeme jejich výkonnost a vytváříme tím pro ně sport prostředím zklamání namísto prostoru pro prožitek a radost. Mnoho dětí opouští sportovní týmy, když ztrácejí radost.

Pozitivní prožitek je jedním ze tří klíčových bodů úspěchu a dlouhodobého sportování. Z neznámého důvodu jsou dospělí často přesvědčeni, že sport může být buď konkurenční boj, nebo zábava, ale nikdy obojí současně. A oni se přece nemýlí. Děje se to často i z neznalosti, že pozitivní prožitek je radost odvozená z využití svého potenciálu a vášně, kterou do jeho rozvoje vkládáš. Je to prostě o tom být lepší. Je to i o momentu radosti a dělání toho, co mám rád. Pozitivní prožitek není jako potěšení, které má krátké trvání.

Kdokoliv si myslí, že radost ze hry nemůže být součástí konkurenčního prostředí, by měl vědět, že jeden z nejlepších současných basketbalových týmů na světě Golden State Warriors (vítěz NBA 2015 a poražený finalista 2016) ctí 4 elementární hodnoty, na jejichž základě funguje. Jednou z nich je RADOST, tj. užít si hru. Tyto hodnoty doprovázejí hráče na každém kroku. Jsou například vyvěšeny a umístěny v šatně tak, aby je hráči viděli pokaždé, když do šatny vstupují, nebo ji opouštějí. Kouč o těchto hodnotách mluví při každé poradě. Jsou s nimi ztotožnění všichni, od managementu přes realizační tým až po hráče. Nikdo o nich nepochybuje. Warriors, v čele s hlavním koučem Stevem Kerrem, stejně jako děti pochopili, že radost ze hry je jednou z neoddělitelných součástí soutěžení.

Pokud rodiče a trenéři zapomenou, že jejich dětské a mládežnické týmy jsou plné dětí, které chtějí hrát dobře a zároveň mít radost ze hry, zjistí, že děti odcházejí a hledají si sporty, kde radost zažívají. Negativa začnou převládat nad pozitivy a děti logicky nechtějí zůstávat v prostředí, ze kterého si nesou nepříjemnou zkušenost.

Raději než napodobování kultury sportu dospělých (myšleno továrny na výsledky v soutěžích) bychom měli sport dětí a mládeže chápat jako prostředí jejich rozvoje se zaměřením na dosažení individuálního maxima. Zdravá soutěživost ve sportovních hrách může zlepšit nebo třeba jen lépe překlenout i období dospívání, přechod ze školních lavic do pracovního procesu, navázat přátelství a ideálně nadchnout další generaci k tomu samému.

Udělat ze sportování i zábavu by mělo být cílem každého trenéra a rodiče. Vítězství přicházejí a odcházejí. Vzpomínky – pozitivní i negativní – přetrvávají.

MICHAL JEŽDÍK

NAROZEN: 4. 8. 1963

→ BÝVALÝ BASKETBALOVÝ REPREZENTANT, TRENÉR NÁRODNÍHO MUŽSTVA, SPARTY, PROSTĚJOVA, NYMBURKA, KDE JE AKTUÁLNĚ SPORTOVNÍM ŘEDITELEM. BYL ČLENEM 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.

FOTO: PROFIMEDIA.CZ

UŽIJ SI HRU! TUTO HODNOTU CTÍ V BASKETBALOVÉM KLUBU GOLDEN STATE WARRIORS JAKO JEDNU Z NEJDŮLEŽITĚJŠÍCH. DŮKAZEM JE I SEPĚTÍ HVĚZDNÉHO KANONÝRA STEPHENA CURRYHO S FANOUŠKY.

Sportování dětí si často zaměňujeme za náš svět.