

**MUNI  
SPORT**

# **Sport dětí – předčasný odchod dětí od sportu**

*Michal Roček*

bud. A33/116

*[michal.rocek@fsps.muni.cz](mailto:michal.rocek@fsps.muni.cz)*

Tel: +420 549 497 682

# Fyzické a sportovní aktivity dětí hrají při jejich rozvoji zásadní roli

Pohybová aktivita formuje jejich:

- osobnost
- návyky
- zdraví a fyzický vývoj
- vztah ke sportu, jako celoživotní aktivitě
- odrážejí se ve společnosti jako celku

**Pedagogičtí pracovníci – trenéři, instruktoři,  
ale i manažeři jsou zodpovědní za budování  
pozitivního vztahu k pohybové aktivitě nebo  
sportu jak u dětí, tak dospělých.**

# **Programy a organizace, které se zajímají o podporu a zdokonalování koučování s cílem minimalizovat předčasný odchod dětí ze sportu, jsou zejména tyto:**

- 1 - Věda
- 2 - Vládní instituce
- 3 - Neziskové organizace
- 4 - Spolupráce vládních institucí, vědy a sportovních klubů či volnočasových organizací

# 1/ Věda

Crane, J., & Temple, V. (2015). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European Physical Education Review*, 21(1).

- Intrapersonální omezení
- Nedostatek radosti
- Vnímání fyzické kompetence a fyzický vývoj
- Vnímání (negativní pocity vůči týmu nebo kouči)
- Mezilidská omezení
- Tlak (rodina, trenér, kolegové)

- Snaha o alternativní sport
- Strukturální omezení
- Čas
- Zranění
- Náklady
- Nedostatečné vybavení

Enoksen, E. (2011). Drop-Out Rate and Drop-Out Reasons among Promising Norwegian Track and Field Athletes: A 25 Years Study. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 2, 19-43.

- 1 / Faktory tréninku a výkonu - raná specializace, úrazy
- 2 / Vzdělání a pracovní povinnosti - priorita školy
- 3 / Motivační aspekt - nedostatek motivace
- 4 / Sociální faktory

## 2/ Vláda – vládní instituce

Vládní instituce rovněž podporují sport dětí a mládeže v úsilí sportovat.

Koncepce podpory sportu 2016-2025 (<https://www.msmt.cz/sport-1/koncepce-podpory-sportu-2016-2025>). Dokument zmiňuje kontinuální vzdělávání trenérů a pedagogických pracovníků ve sportu, jejich odborný růst, další vzdělávání a jeho implementace do praxe.

## 3/ Neziskové organizace

### Positive Coaching Alliance (PCA)

<https://positivecoach.org/>

**BETTER ATHLETES, BETTER PEOPLE**

- Thompson, J. (2010). The Power of Double Goal Coaching. Portola Valley, CA: Balance Sports Publishing, LLC. ISBN: 978-0-9821317-4-9
- Thompson, J. (2020). Trénink na druhou: Výchova k úspěchu ve sportu i v životě. Praha: Mladá Fronta. ISBN: 978-80-204-4692-3



# Principy PCA

- Váš odkaz jako trenéra
- Kouč s dvojím cílem
- Tři zásady koučování s dvojím cílem – STROM MISTROVSTVÍ „ELM“
  - úsilí, snaha (effort)
  - učení se (learning)
  - poučení se z chyb (bouncing back from mistakes)
- Plnění emoční nádrže svěřenců

## – Úcta ke hře – „ROOTS“

- úcta ke hře od kořenů (roots)
- úcta k pravidlům (rules)
- úcta k soupeřům (opponents)
- úcta k rozhodčím (officials)
- úcta ke spoluhráčům (teammates)
- úcta sám k sobě (self)

- Trojí zlepšování hráčů (zlepší sebe „*Strom mistrovství*“, svoje spoluhráče „*Plnění emoční nádrže*“, hru samotnou „*Úcta ke hře ROOTS*“)
- Rodič a jeho poslání
- Vize mládežnického sportu

## **4/ Propojení vládních institucí, vědy, neziskových organizací a sportovních klubů**

Propojení výzkumu a finančního zázemí vládních institucí, jehož cílem je navrhnout praktická řešení realizovaná a ověřovaná ve sportovních klubech.

### **A/ KidMove**

Tento projekt je realizován prostřednictvím podpory Evropské unie (Erasmus + sport, program Evropské unie) a účasti organizací z akademického a sportovního prostředí z pěti zemí: Finska, Rakouska, Nizozemska, Polska a České republiky.

Projekt **KidMove** shromažďuje a spoluvytváří osvědčené tréninkové postupy **Good Coaching Practices**.

Prostřednictvím **blogů, videonávodů a článků** motivuje, získává a podporuje kouče, rodiče a sportovce. Jedním z jejich úkolů je popsat a navrhnout metody, které mohou účinně zabránit předčasnému odchodu mladých sportovců ze sportu.

Projekt se do značné míry zaměřuje na sportovce z juniorských a mladších věkových kategorií. Dospělí, kteří se účastní na sportovních aktivitách by neměli zapomínat, že děti by se sportem nebo pohybovou aktivitou měly především bavit.

**Atmosféra, zábava, setkání s přáteli, učení se novým dovednostem, udržování zdraví, solidarity a podpory** jsou proto velmi důležité důvody pro účast mladých sportovců na sportovních a pohybových aktivitách.

# Good Coaching Practices

- Radost! Pohoda je zábava
- Udržet kontakt dětí a mladých s oddílem.
- Doplňkové aktivity
- Pochvala
- Variabilita
- I-D-E-A-L (Show Interest – Discuss – Esteem – Ask – Listen)
- Vnímavost
- Vytvoření společenských vazeb a budování týmu
- Patron
- Rovné příležitosti

## **B/ ICCE international Council for Coaching Excellence (<https://www.icce.ws/index.html>)**

ICCE je další zastřešující organizací související se zlepšováním koučování a metodologie. Spojuje politickou podporu Evropské unie s akademickým prostředím Leeds Beckett University. ICCE je v současné době lídrem na evropském kontinentu ve výzkumné činnosti týkající se role trenérů a trenérek a problematiky etiky sportu.

Instituce vydává:

*International Sport Coaching Journal*

*International Sport Coaching Framework:*

- primární funkce trenéra;
- role a zodpovědnost trenéra při rozvoji sportovce;
- kvalifikace, znalosti a základní kompetence potřebné pro efektivní koučování;
- metody, kterými se trenéři vzdělávají, rozvíjejí a certifikují.

Mezinárodní rámec sportovního koučování zahrnuje zpětnou vazbu, výzkum problematiky a ty nejlepší postupy z celého světa, které využívají mezinárodní federace a vzdělávací instituce s ohledem na:

- navrhování, srovnávání a zdokonalování jejich tréninkových vzdělávacích a certifikačních programů;
- výsledkem působení ICCE je univerzální platforma, která usnadňuje rozvoj trenérů;
- obohacení sportu pro všechny.



## Literatura:

- Crane, J., & Temple, V. (2015). A systematic review of dropout from organized sport among children and youth. *European Physical Education Review*, 21(1).
- Enoksen, E. (2011). Drop-Out Rate and Drop-Out Reasons among Promising Norwegian Track and Field Athletes: A 25 Years Study. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 2, 19-43.
- Gould, D., & Mallett, C. J. (2021). *Sport coaches' handbook*. Champaign: Human Kinetics.
- Thompson, J. (2020). *Trénink na druhou: Výchova k úspěchu ve sportu i v životě*. Praha: Mladá Fronta. ISBN: 978-80-204-4692-3
- <https://www.kidmove.eu/>