

TIP NA ZÁPAS



DHL Extraliga juniorů

30. ledna, 15.15

HC Slavia Praha – HC Sparta Praha



Slavia versus Sparta, derby nesmiřitelných rivalů, díl druhý. V sobotu 30. ledna se v rámci 38. kola DHL Extraligy juniorů proti sobě postaví dva pražské týmy podruhé v letošní sezoně.

První duel ovládla Sparta, přestože hosté vedli od začátku druhé třetiny 1:0. Sparta však jedenáct vteřin před přestávkou dokázala vyrovnat a obrat dokonale ve 49. minutě Jan Havel. „Ten zápas jsme měli velmi dobře rozehraný, ale nechali jsme si dát branku při vlastní přesilovce,“ vrátil se k listopadovému mači slávistický trenér Petr Novák.

Jeho tým půjde do derby v pozici hůře postaveného celku v tabulce, to ale podle kouče Slavie není rozhodující. „Fotbalisté vždycky tvrdí, že derby nemá favorita. Jsou to jen řeči, ale pro nás to tentokrát platit bude. Jako v každém zápase chceme vyhrát. A je jedno, jestli k nám přijde Sparta nebo třeba Dvůr Králové,“ dodává Petr Novák.

Jenže také Sparta půjde po třech bodech. „Na Slavii je to vždycky obtížné i vzhledem k užšímu kluzišti. Ale nastoupíme do zápasu aktivně a pokusíme se zvítězit,“ burcuje trenér Darek Stránský, podle nějž bude mít zápas jako vždy mimořádný náboj. „Ať už se hraje v tabulce nahoře nebo dole, derby je pro kluky největší zápas v sezoně a už dlouho se na něj těší.“

 <p>Milan Antoš</p>	 <p>Pavel Richter</p>
<p>Zápasy mezi Slavií a Spartou bývají hodně vyrovnané. Je to dáno tím, že se kluci velmi dobře znají, hodně se hecují, je mezi nimi velká rivalita. Zvlášť v juniorech. Také z toho důvodu provází každé derby vysoké nasazení. První zápas v sezoně vyhrála Sparta, tentokrát bych věřil Slavii. Také bude záležet na tom, jak oba soupeři potřevovali přes svátky a co s nimi udělala relativně delší pauza.</p>	<p>Derby bylo vždycky něco víc obyčejné zápasy. Za naší éry hrál na vrcholné úrovni ještě Motorlet, společně se Slavií to byly vždycky velmi vyhecované duely. Atmosféře vždycky hodně napomohou diváci, i když jde o juniory, derby jsou vždycky hodně navštěvované a často se stane, že přijde dvě stě, tři sta lidí. V hledišti se navíc často objeví také skauti různých klubů, takže i to je pro kluky velká motivace.</p>

Hokejový kvíz

❶ **Kdo byl nejlepším Čechem v kanadském bodování na MS do dvaceti let ve Finsku?**

- a) Pavel Zacha
b) David Pastrňák
c) Michael Špaček

❷ **Kolika MS se zúčastnil masér Pavel Křížek, nový člen hokejové Siné slávy ČSLH?**

- a) 18
b) 22
c) 30

❸ **Kde se bude poprvé v historii hrát v rámci MS do 20 let v roce 2017 zápas pod širým nebem?**

- a) v Chicagu
b) v Pittsburgu
c) v Buffalu

a) ve Slavii
b) v Jihlavě
c) v Brně

❹ **Kdo je předpokládanou jedničkou draftu NHL v roce 2016?**

- a) Auston Matthews
b) Jakob Chychrun
c) Jesse Puljujärvi

❺ **Kdo trénuval české reprezentanty na MS do 18 let na právě skončeném mistrovství světa v Kanadě?**

- a) David Moravec
b) Jaroslav Major
c) Jan Fírdmuc

Správné odpovědi: 1. c), 2. a), 3. c), 4. b), 5. a), 6. c).

Redakce novin:
hokejovenoviny@czechockey.cz

HOKEJOVÉ NOVINY



INFORMAČNÍ PŘÍLOHA ČESKÉHO SVAZU LEDNÍHO HOKEJE

ČÍSLO 5 / LEDEN 2016

Američané byli někde jinde

Komentář Vladimíra Vůjtky k MS do dvaceti let

STRANA 2

Moderní trénink mládeže? Stanoviště a hry

Do optimální přípravy se zapojují i krasobruslařky

STRANA 3

Milí čtenáři,

do nového roku Vám za Český svaz ledního hokeje přeji hodně úspěchů nejen na ledě, ale také v osobním a profesním životě.

Tomáš Král, prezident ČSLH

Petr Jaroš: špičkový kouč, ale také inovátor

Za sebou má angažmá v KHL u týmu Dinama Minsk, nyní pečuje o gólmány HC Dukla Jihlava. Na reprezentační úrovni má ještě zajímavější životopis – stál na střídačce národních týmů Běloruska, Norska a Slovenska a loni v létě konečně zakončil u toho „správného“ týmu: české reprezentace. Petr Jaroš je však nejen špičkový trenér brankářů, ale také inovátor, který s oblibou používá pro své svěřence různé vychytávky.

Být hokejovým gólmánem není nejjednodušší profesí. Na muže v maskách a v betonech sviští puk rychlostí 150 kilometrů v hodině, oni mají jen zlomek vteřiny na to, aby mu zabránili v cestě do sítě. Brankáři v Jihlavě a v českém národním týmu to však mají leckdy ještě zajímavější – jejich kouč Petr Jaroš občas přijde s fintami, jak jim reakční čas při tréninkové palbě ještě více zkrátit. Bílé puky nebo sítky přes masky, to vše má gólmánům pomoci k lepšímu výkonům v zápasech. „Tyto pomůcky jsou využitelné ve všech kategoriích. Největší efekt mají u mládeže, ale i na profi úrovni jsou pro brankáře vždycky zajímavou změnou,“ tvrdí Petr Jaroš, který sám pořádá v Jihlavě pro mládežnické gólmány jednodenní kempy – ten nejbližší se chystá na 27. ledna (od 7.30 do 14.15).

Tvůrčí myšlenka pochází ze zámoří, kde několik let působil. „Přišlo mi to jako dobrý nápad jak na zpestření tréninku, tak i na vydrilování konkrétních schopností. Jsou brankáři, kteří špatně sledují vystřelený puk anebo mají trochu problém s koncentrací. Tyhle věci situací při tréninku trochu ztěžují, ale zároveň připravují gólmána do zápasu,“ vysvětluje devětatřicetiletý kouč.

Příprava se speciálními pomůckami rozhodně není častým jevem, vyplňuje pouze pět až sedm procent z celkového tréninkového času. Ale když už na vychytávky dojde, často se na ledě objeví bílé kotouče. Jsou ze stejného materiálu a stejné velikosti jako černé, ale jsou hůře vidět. „Když při rozchytání použijeme bílé puky a v dalším průběhu ty klasické, je vidět, že je pro kluky chytání černých puků jednodušší. Lépe je vidět, zdají se jim větší. A zákrok jdou dostatečně rychle,“ vysvětluje Petr Jaroš.

Stejně jednoduchý účel má i speciální černá sítky, která překrývají gólmánovu masku a komplikuje mu orientaci. „Mám

BÍLÉ PUKY, sítky na masku nebo speciální zástěna. To jsou triky na zvýšení výkonnosti gólmánů z dílny Petra Jaroše. Foto: ČSLH/Jiří Skuba (3)



Petr Jaroš

Narozen: 20. října 1976 v Jihlavě
Pozice: kouč gólmánů české reprezentace a HC Dukla Jihlava
Trenérská kariéra: reprezentace České republiky (od 2015), Běloruska, Slovenska a Norska, České republiky do 18 let, Dinamo Minsk (KHL), Spartak Moskva (KHL) – letní soustředění, HC Dukla Jihlava, juniorské a mládežnické týmy v USA.

sní dobrou zkušenost. Tím, že mají gólmáni zhoršený výhled, se musí více koncentrovat. Jdou do toho s větší bojovností a je zajímavé, že se sítkou jsou schopni dostat méně gólů, než když ji při běžném tréninku nemají,“ dodává kouč.

Inovativní doplňky došly největšího uplatnění v běloruském Dinamu Minsk, kde Petr Jaroš působil skoro čtyři roky. V prezentaci tolik prostoru není, ale na klubové úrovni stráví se svými gólmány více času, díky tomu si také s nimi vybuduje užší vztah. Třeba Vitalij Koval, který chytil i v běloruské reprezentaci, si sítku natolik oblíbil, že když přestupoval do Atlantu Mtyišči, tak si ji vyžádal. Chtěl si ji vzít s sebou.

Další speciální nástroj, kovovou zástěnu s třásněmi z bílého igelitu, si však kvůli jejím rozměrům mohl zabalit jen stěží. Ale i ona má svůj smysl. Pokud se postaví mezi sítkou a branku, gólmánovi nezbyvá než čekat, v jakém směru jí puk proletí. „V zápase často dochází k tomu, že má brankář zakrytý výhled. Útočníci jsou v pohybu, gólmán přesně nevidí dráhu letu puku. Zástěna takovou situaci simuluje – podle toho, jak je daleko od brány, gólmánovi zkracuje reakční čas na zákrok,“ objasňuje Petr Jaroš.

Z jeho dílny pocházejí i další „vynálezy“, jako jsou odrazové mantinely, tečovací zařízení nebo plastové zrcadlo, ve kterém gólmán svůj zákrok sám vidí. Ale jak kouč zdůrazňuje, jde především o zpestření tréninku, dřívou většímu času přípravy zabere klasický gólmanský dril. Také proto to jeho svěřenci berou jako příjemné osvěžení, žádný z nich zatím „neremca!“. „Je fakt, že někteří noví kluci, kteří o tom někde četli nebo slyšeli, z toho mají trochu obavu. Ale povzbaví se o tom a nakonec vždycky řeknou, že je to zajímavější, než čekali. Nejsem typ trenéra, který by někoho do něčeho nutil. Brankář tomu musí věřit, pak se to dá úspěšně použít.“



foto: ČSLH

není EB virem, který jste si přivezl z ruského angažmá. Nevycítáte si zpětné nevydažené působení v Úfě?

Člověk by k nějaké lítosti říct nemohl, ale to bych také mohl litovat řady dalších věcí, které se mi v životě nepovedly. Já o tom takhle nepřemýšlím. Nikdy nevíte, co vám život přinese, podstatné jsou vaše reakce na dané situace. Ty jsou jediné, co můžete ovlivnit.

O rok později jste nastoupil do pozice sportovního manažera v BK Mladá Boleslav. Jak dlouho trávíte, než se z dvaceti funkcionářů?

V podstatě celá dva roky. Na fungování našich klubů jsem měl trochu odlišný náhled, což má asi plno hráčů, kteří skončí s kariérou, a pak jdou pak do role funkcionářů. Když se na to ale dívám zpětně, tak i negativní aspekty, které jsem tam zažíval, dneska dokážu využít. Vždycky je užitečné, když si člověk dokáže vše zhodnotit a posunout se dál. Neznám nikoho, kdo by měl v kariéře jenom úspěch. Důležité je nic nevdzat a to je to, co nám dává hokej,

Na nedávno skončeném mistrovství světa do dvaceti let jste skončili pátí, vaše vystoupení však pokazila vysoká čtvrtfinálová porážka s Američany 0:7. Jak tumaj hodnotíte?

Zápasy ve skupině jsme odehráli velmi slušně. Výsledkově to mohlo být ještě lepší, bohužel v zápasech s Ruskem a Finskem jsme doplatili na smolné závěry. Nechci snižovat kvalitu Slovenska a Běloruska, ale proti nim jsme splnili roli favoritů.

A ty jsou jaké?

Sport musí děti bavit, zároveň k němu ale musí mít podmínky. Což je stav, který se dneska usilovně snažíme napravovat.

Vaše funkce v ČSLH zni hodně neurčitě. Co konkrétně máte na starosti?

Zastřešuju dva velké programy mládežnického hokeje, které include ČSLH: Trenéři do malých klubů a Regionální

tréneři. Úkolem zmíněných projektů je šíření jednotné trenérské metodiky do celé republiky, především do nejzářších destinací. Moderní trendy a optimální organizace tréninku by měly vést k tomu, aby děti na hokej nejen přišly, ale také u něj vydržely. Prostě aby je bavil. Současně je důležité, aby hokej malé kluky a holky připravoval do života. Primárně nám jde o to, aby z nich trenéři vypěstovali soutěživě charakterní osobnosti se správným žebříčkem morálních hodnot.

O šanci na lepší výsledek se Spojenými státy jste se sami připravili chybami v obranném pásmu, po kterých padly první dva góly...

Hokej je hra chyb a Američané jsou velmi silní v jejich trestání. V předbrankových prostorách byli o dvě třídy produktivnější než my. Samozřejmě, pokud bychom s nimi dokázali držet krok déle, znevzněli by, polevili, ale to se nám bohužel nepodařilo.

S čím jste měl po svém nástupu do nové pozice největší problémy?

Co nás v současné době nejvíc trápí, jsou klimatické podmínky, kvůli kterým nezamrzají rybníky a vodní nádrže. To hodně komplikuje samovolné bruslení především v menších obcích, takže děti prakticky nebruslí. Sice máme pozitivní reakce z vedení obcí a měst, kde by chtěli vystavět menší haly, ale nemají na to prostředky. Snažíme se jim pomoci při shánění finančních prostředků s následnou podporou ČSLH v rámci programu Trenéři do malých klubů. Druhým problémem je přístup rodičů ke sportu samotnému. Dnes jsou v médiích a na internetu dostupné všechny informace o těch nejlepších hráčích, a to včetně jejich příjmů. Rozumím tomu, že řada rodičů vnímá ekonomickou stránku jako určitou motivaci, ale děti berou hokej jinak. Chtějí si hrát, sport je musí bavit. Po prvním kroku je čeká ten druhý, pak další, peníze jsou pro ně velmi drahé nezájemavé. Výsledkaření v tak nízkém věku k ničemu nevede, vývoj dětí se nemá předběhnout. Musíme vysvětlovat správnou filozofii nejen rodičům, ale také trenérům. Ano, pořád se ještě najdou kouči výsledkáři, a to i v těch nejmladších kategoriích. Snažíme se všem vysvětlit, aby nechal děti hrát. Soutěživost je důležitá, nicméně nechceme, aby si trenéři zaznamenávali góly a nahrávky, ale aby u dětí podněcovali radost z vítězství.

Největší úspěchy: Zlato z OH v Naganu (1998), bronz z OH v Turíně (2006), 3x zlato z MS (1999, 2001, 2005), stříbro z MS (2006), 3x bronz z MS (1992, 1997, 1998), vítěz ruské Superligy (2008).

Zajímavost: Za reprezentaci odchytal 106 utkání, což ho řadí na páté místo historických tabulek mezi brankáři

Aktivní kariéru jste ukončil v roce 2009, z ledu vás definitivně poslalo onemocnění

ní psychologii také blízko. Právě přístup k hokejistům je v současné době jedním z nejdůležitějších atributů moderního koučování. Kouč musí umět s hráči jednat, aby je dokázal přesvědčit, že cesta, kterou jim razí, je správná. Aby pro něj skočil do zdi, jak se říká.

Před svým příchodem ke dvacítce jste působil jako manažer sedmnáctky i osmnáctky. O mládeži máte velmi dobrý přehled. Jaká je v současné době úroveň českého mládežnického hokeje?

Myslím, že se začíná ukazovat práce trenérů v jednotlivých oddílech. Reprezentace je vždycky obrazem práce v klubu. Když jsem před několika lety nastupoval k sedmnáctce, dostávali jsme od Švédů a Finů docela naloženo. Nemluvě o Kanadě a Spojených státech. A dneska národáky od šestnáctky po dvacítku hrávají s těmito soupeři vyrovnaně. Můžeme prohrát se zámořskými týmy, ale jsme schopni je třeba jednou z pěti zápasů porazit. Švédům a Finům jsme ale zcela vyrovnanými soupeři. Což je obrovský pokrok.

Jaké aktivity vyvíjí vliv ve směru ke zlepšení situace v mládežnickém hokeji?

Svaz permanentně zaškoluje trenéry, pořádá semináře na výchovu útočníků nebo obránců, na začátku sezony se celorepublikově rozjel program Výchovy talentované mládeže... Těch programů je celá řada. Nej důležitější je ovšem vzájemná diskuse, výměna informací. Svaz celkový systém zastřešuje tím, že poskytuje trenérům možnost se vzdělávat v rámci moderních metod a umožňuje jim vzájemnou diskuzi.

Jednou z filozofií ČSLH je udržet mladé hráče, aby předčasně neodcházel do zámoří. Vy sám jste ale odešel za oceán v šestnácti letech. Jaký je váš osobní názor na tento problém?

Svaz se snaží situaci nějakým způsobem řešit, ale také záleží na klubech. Mladí kluci musí vidět potenciál prosadit se do družstva dospělých, v tom pořadí zaostáváme za Švédskem a Finskem. Na severu Evropy mají hráči po osmnáctce možnost naskočit do nejvyšších soutěží, kdežto kluci u nás tolik příležitosti nedostávají, ať už je to z jakýchkoli důvodů. Myslím, že někteří kluci jsou natolik šikovní, že by si tu šanci zasloužili. Viz stříbrná osmnáctka. Na druhou stranu je pravda, že některé týmy nabízejí mladým klukům pozice v A-týmech, ale ti mají v hlavě už jen tu Kanadu. V tomhle věku jsou pod vlivem nejen rodičů, ale i agentů. Je to něco, co se snažíme řešit, program osmnáctky je letos fantastický. Reprezentance má čtyři nebo pět obrovských akcí před mistrovstvím světa, na všech jsou skauti, hráči mají možnost být na očích, přesto nám z ročníku 1998 odešlo před šampionátem osm hráčů.

co u nás vychovává. A přesně tohle chceme vychovat v malých dětech.

Jako brankář jste byl pověstný vyrovnanou psychikou, kterou jste čelil enormnímu tlaku, jež na brankářích leží. Někteří vaši kolegové prý z nervozity o přestávkách zvraceli. Je psychická odolnost klíčovým aspektem k dosažení vrcholné úrovně?

Určitou nervozitu jsem cítil, ale spíš jsem se na zápasy těšil, bral jsem je jako výzvu. Ke konci kariéry jsem se navíc spojil se sportovní psycholožkou, která mi pomohla pochopit nějaké sportovní procesy, které se děly a proč se děly, nejenom mně, ale také kolem mě. Což mi strašně pomohlo v profesním životě po konci kariéry. Také díky tomu jsem schopen podívat se na hokejové věci i z jiného úhlu než jako hráč.

Snažíte se tento náhled předávat dál? I třeba formou působení na hráče z dvacítky?

Přesně tak. S trenéry se o tom bavíme pořád, kouč Jakub Petr má ke sportov-



Vydává PRO – HOCKEY CZ, s.r.o.
IČ 25062689, DIČ CZ25062689

HARFA OFFICE PARK, Českomoravská 2420/15, 190 00 Praha 9

Redakce novin:
hokejovenoviny@czechockey.cz



**Český hokej inspiruje Čínu**

Zkušenosti z pořádání velkých hokejových akcí a ze systému výchovy mládeže čerpají vedoucí představitelé čínského sportu z českého hokeje. Spolupráci oficiálně zahájila návštěva Liu Penga, předsedy Čínského olympijského výboru a vedoucího Čínského úřadu sportu v sídle ČSLH.

V doprovodu prezidenta ČSLH Tomáše Krále navštívil Liu Peng mimo jiné Síň slávy, prohlédl si prostory a zázemi víceúčelové O₂ areny a navštívil extraligové utkání HC Sparta Praha – Bílí Tygři Liberec. „Obě nejbližší zimní olympiády bude hostit asijský kontinent, v roce 2018 jihokorejský Pchjongčchang a v roce 2022 čínský Peking,“

uvěd v této souvislosti prezident ČSLH Tomáš Král. „Hokejový turnaj tradičně patří k vrcholům zimních olympiád a není divu, že pořadatelé se na něj snaží po organizační i sportovní stránce co nejlépe připravit. Potěšilo nás, že se čínští hosté netajili zájmem získat co nejvíce informací o posledním šampionátu a zmínili i jeho výborné ohlasy ve světě.“

Osmnáctka žen ovládla turnaj v Kanadě

Skvělé představení mají za sebou české hokejistky do 18 let na mezinárodním turnaji, který se konal na sklónku roku v Kanadě. Světenky trenéra Jana Fidrmuze vyhrály všech šest zápasů na

zimním stadionu nedaleko Calgary, ve finále přehrály Red Deer Hockey Academy 2:1 a slavily zisk zlata.

Přítom program měly české reprezentantky velmi nabídy. Na zimním stadionu Springbank Park, který se nachází nedaleko kanadského města, odehrály všechny zápasy během pouhých tří dnů, ten první dokonce osm hodin po přeletu.

„Ze začátku nám dělalo problém užší hřiště. Orientace na něm byla obtížná, a na tom kluzišti je potřeba hrát trochu jiný hokej. Největší problém ale byl, že se nám nedařilo dávat góly. Měly jsme v zápase 57 střel na branku, soupeřky jen osm, ale vyhrály jsme třeba jen o gól,“ komentovala turnaj pro Deník třebišské hokejistky Kristýna Pacalová.

Stříbro z turnaje ve Švýcarsku

Česká reprezentantka osmnáctka obsadila na turnaji ve švýcarském Zuchwilu,

ktej se hrál na konci prosince, druhé místo. Svěťenci Roberta Reichla přitom nezačali nejlépe, se Slovenskem prohráli 4:5 po samostatných nájezdech a nepovedený start podtrhla porážka 1:4 s Finskem.

V dalších dvou duelech však mladí hokejisté potvrdili roli favorita a postupně přehráli Německo (5:1) a Švýcarsko (5:3). „Spokojeni jsme jen s druhým místem. První dva zápasy se nám nepovedly, v těch dalších už šel náš výkon nahoru,“ hodnotil kouč týmu Robert Reichel.

Do Švýcarska odcestovala výrazně jiná sestava než ta, která se představila na předchozím turnaji v Kanadě. „Bylo s námi deset nových hráčů. I s ohledem na blízkost se mistrovství světa, které se bude v dubnu konat v americkém Grand Forks, jsme je chtěli vidět. V půlce února nás čeká poslední přípravný turnaj ve Finsku, po něm bude o nominaci pro šampionát jasnější. Ale jsem rád, že máme o hráčích velmi dobrý přehled a víme, co od nich očekávat,“ dodal olympijský vítěz z Nagana.

**Stanoviště 1: dovednosti**

Vedení kotouče, slalom kolem pylónů, oblouky vnitřní a vnější, zakončení střelbou. Místo brankáře jsou v brance pneumatiky, děti musejí puk zvednout. Při nácviku absolvují jak dlouhou bognu, tak i krátkou.

Stanoviště 2: jeden na jednoho

Herní stanoviště, hra jeden na jednoho proti brankáři. Trenér je zároveň spoluhráčem, malí hokejisté si o něj musejí narazit. Nácvik absolvují čtyři hráči, kteří se střídají, jsou tedy vytížení na padesát procent.

**Jak může vypadat trénink****Stanoviště 3: dva na dva**

Dva hráči proti dvěma s brankářem na šířku plochy. Trenér je nechává hrát, nekoučuje, pouze na ně dohlíží. Hráči si sami vybírají spoluhráče, počítají si skóre.

**Stanoviště 4: ringel**

Nácvik techniky pomocí ringo kroužků, hokejisté je vodi pomocí obrácené strany hokejky. Cílem nácviku je naučit hráče náznak klíčky, aby dostali do krve klamavý pohyb, kdy jdou ruce jiným směrem než nohy.

Stanoviště 5: nácvik bruslení

Trénink s krasobruslačkou. Nejmenší děti pilují správný náklek, udržení rovnováhy nebo buřtíky vpřed a vzad, postupem věku se přidávají oblouky a další prvky.

Foto: ČSLH/Karel Svec (5)

Síň slávy českého hokeje je bohatší o čtyři členy

SLAVNOSTNÍ UVEDENÍ čtyř osobností historie českého a československého hokeje proběhlo před zápasem Česko – Finsko. Na snímku prezident ČSLH Tomáš Král, Pavel Křížek, Robert Lang, Jiří Kučera, Jan Hrbatý a šéf návrhové komise Dominik Hašek (zprava). Foto: ČSLH/Aleš Krecl

Další čtyři významné osobnosti českého a československého hokeje byly uvedeny do Síne slávy českého hokeje. Bývalí úspěšní hokejisté Jan Hrbatý, Jiří Kučera, Robert Lang a masér Pavel Křížek se pocty dočkali krátce před zápasem české reprezentace proti Finsku, který byl součástí turnaje Channel One Cup. Síň slávy tak má aktuálně 122 členů.

Nyní třiasmdesátiletý Jan Hrbatý reprezentoval v 70. letech a svými góly se podílel na zisku stříbrných medailí na olympijských hrách v Grenoblu 1968. Na mistrovstvích světa se dvakrát radoval z bronzu. Jiří Kučera vybojoval na šampionátu ve Vídni v roce 1996 titul a zahájil zlaté období českého hokeje. Pízeňský odchovanec má ve sbírcce i čtyři bronzy z MS.

Návrhová komise pod vedením Dominika Haška ukázala i na Roberta Langa, olympijského vítěze z Nagana a kapitána bronzového týmu z OH v Turíně 2006. „Je to krásné ocenění, maximálně si ho vážím. Nejraději vzpomínám na Nagano, ale také na svou první olympiádu v Albertville, kde jsme díky třetímu místu vybojovali po delší době výraznější úspěch. To samé bylo v devadesátém šestém, když se povedlo zlato ve Vídni,“ vzpomínal útočník, který odehrál v zámořské NHL více než tisíc zápasů.

Prvním masérem v Síni slávy se stal Pavel Křížek, který byl členem realizačních týmů na zlaté olympiádě v Naganu i na šesti světových šampionátech, které Češi vyhráli. „Vůbec by mě nenapadlo, že bych se někdy mohl dočkat takové pocty. Chtěl bych poděkovat celé návrhové komisi, je to především ocenění ne moje, ale celé masérské práce,“ řekl Pavel Křížek, známý mimo jiné pod přezdívkou Amedo. Tu dostal podle populárního brazilského maséra tmavé pleti, který se na mistrovství světa ve fotbale v roce 1962 proslavil svým pásem s masérskými pomůckami.

Síň slávy byla založena v roce 2008 u příležitosti sta let českého hokeje. Před letošním mistrovstvím světa v Praze a Ostravě se dočkala kamenné podoby v Galerii Harfa sousedící s O₂ arenou.

30

Tolik světových šampionátů absolvoval s hokejovou reprezentací masér Pavel Křížek



Jan Hrbatý

„Nikdy jsem o tom ani nepřemýšlel, že bych se mohl tady v té krásné síni setkat s hráči, s nimiž jsem hrál. To až budu vyprávět sestřím doma na Stražisku, tak tomu nebudou věřit.“

KOMENTÁŘ

Vladimír Vůjtek st., trenér reprezentace A

**Dvacítka odehrála dobrý turnaj. Američané byli někde jinde**

Páté místo odpovídá momentální realitě v mládežnickém hokeji. Skupinu jsme odehráli podle očekávání, možná nad očekávání dobře. Bohužel nám nevyšly koncovy, jak v zápase s Ruskem, tak i s Finskem. Ve čtvrtfinále jsme narazili na jeden ze dvou nejsilnějších týmů, které na letošním mistrovství světa byly.

Proti Američanům jsme neměli šanci. Spojené státy byly nad naše možnosti také kvůli tomu, v jakém stavu se nacházeli naši klíčoví hráči. A to z různých příčin.

Zacha nebyl stoprocentně zdravotně v pořádku, Pastrňák nastoupil po vážnějším zranění. Navíc na turnaj nemohl přijít Vrána... Kluky, kteří měli tyto tahnout, nezastihli šampionát ve stoprocentní pohodě, což mělo za následek mimo jiné i to, že jsme nebyli dostatečně produktivní v koncovce.

První dva góly ve čtvrtfinále jsme dostali po individuálních chybách v obranném pásmu. Jsou to mladí hráči a šlo právě o klasické mládežnické chyby, kdy se obránce vrací s pukem za vlastní bránu a tam o něj přijde. Tyto momenty Američané využili, ale já si

myslím, že byli tak silní, že by český tým porazili i bez těch nabídnutých šancí.

Dobry dojem ve mně nechaly výkony gólmána Vaněčka, také obrana hrála až do posledního zápasu velmi slušně. Celkově obranná činnost byla po většinu turnaje kvalitní. Z individualit je těžké někoho vyzdvihnout, z pohledu reprezentačního áčka má však nejvíce zaujal David Pastrňák, který je přece jen o něco výše. Jak hokejové, tak i taktickou vyspělostí. Právě on je hráčem, který by v budoucnu mohl dobře reprezentovat český hokej.

„Uvidíme, jaké bude mít dvacítka šance na příštím šampionátu. Také ročník 1997, který měl velké zastoupení na stříbrném mistrovství světa do 18 let, prokázal své kvality. Hráči jako Jakub Zbořil, Pavel Zacha, David Kaše nebo Michael Špaček budou moct jet i další rok. Nicméně nejsme jediní, kteří měli na letošním šampionátu silně zastoupení ročníku 1997. A jak jsme mohli vidět, Finsko dokonce táhli dva hráči ročníku 1998. Navíc mistrovství světa dvacítke je krátkodobým turnajem a vždy záleží na momentální pohodě a formě.“

Moderní trénink mládeže? Stanoviště a hry

„Kdo je unavený?“ ptá se Slavomír Lener party osmiletých klučků, která se kolem něj shromáždila. „Já,“ překřikují se malí hokejisté. „A co se vám dneska líbilo nejvíce?“ vyzývá šéftrenér Českého svazu ledního hokeje. „Všeeechno,“ zazní unisono. Trénink třetí třídy Letců z Letňan je u konce. Trénink, jak by měl z pohledu metodiků vypadat: děti jsou při něm ideálně časově vytížené a především – hodina na ledě je baví.

Do tréninku třetí třídy v Letňanech se zapojuje pět trenérů pod vedením hlavního kouče Marka Horáčka. Respektive šest, na ledovou plochu vyzvali i Slavomír Lener, šéftrenér ČSLH, který se připravuje mladých talentů v různých klubech často účastní.

Trénink je koncipován tak, aby byl maximálně efektivní, ale zároveň musí děti bavit. Přesně podle moderních trendů práce s mládeží. Příprava je dynamická, díky rozdělení plochy na pět stanovišť se na ledě pořád něco děje. Žádné hluché momenty, hráči jsou v neustálém zápalu.

Je to markantní rozdíl oproti „klasickému“ tréninku, kdy jeden nácvik absolvují všechny děti po celé ledové ploše. „Sto-povaly jsme, jak často jsou děti při takovém tréninku na puku. Sami trenéři pak byli překvapeni, že jsme za celou hodinu naměřili minutu, maximálně dvě. A v aktivitě to bylo pět, sedm minut, jinak hráči stáli. Buď čekají v zástupu, nebo jim se třetího věku vysvětlují. Kdežto u tréninku na stanovištích se dostaneme někde na třicet a někdy až padesát procent vytížení, pokud je hodně herních stanovišť. Říká se, že abyste se stali kvalitním hokejistou, musíte tréninkem a hrou strávit deset tisíc hodin. A teď jde o to, aby to skutečně byla hodina a děti většinu času neprostály,“ vysvětluje Slavomír Lener.

Trénink v Letňanech začíná rozehrávací desetiminutovkou, v tomto případě hrou na babu a takzvanými berany, kdy hráči mají za úkol druhého z dvojice fuknout elomou. Zábavné prvky na úvod jsou emocionálním vplutím do tréninku, pomohou dětem nasměrovat pozornost od školy a od rodičů na tribuně směrem na led. Bonusem je pak třeba to, že při hře na honěnou se naučí nebát se, padat a rychle vstát.

Po rozehrávce je ideální prostor pro nácvik dovedností. Malí hokejisté jsou nabuzení, dobře vnímají. Plocha se rozdělí na pět stanovišť, v každém z nich se učí něco jiného a skupinky dětí mezi nimi rotují po čtyřech, pěti minutách. Jednotlivé aktivity jsou užspůsobené věku hráčů. „Nic složitějšího, jde o to, aby se naučili základní věci. Bognu, bognu, střela. V osmi letech s nimi nemá smysl cvičit třeba tří nahrávky,“ popisuje Marek Horáček.

V rohu kluzišť se skupince čtyř dětí věnuje Lucie Arazimová. „Pokud to jde, snažíme se využívat také krasobruslařky. K těm prčkám mají leckdy mnohem lepší vztah než ti trenéři a hlavně – umí techniku. Vidí chyb, které třeba my nevidíme,“ tvrdí Slavomír Lener. Sympatická blondýnka má na starosti děti do osmé třídy, pak už nácvik bruslení ztrácí smysl. „Nejdůležitější je práce s těmi nejmenšími. Když sem přijdou, okamžitě jim ukážu, jak se má držet, jak se bruslit na napnutých nohách. My potřebujeme, aby byly v nákleku a posezu. A to nejlépe udělají bez hokejky,“ říká Lucie Arazimová.

Trénink by měl být zorganizován tak, aby si alespoň na jednom stanovišti kluci a holky zahráli. A i když nad nimi bdi zpozřdí dozor, ideální je, když se do organizace hry zapojuje co nejmeně. „Problém je, že kluky

pořád koučujeme. Určujeme, s kým budou hrát a oni třeba chtějí hrát s někým úplně jiným. Potom po nich chceme, aby ve dvaceti letech byli v kabině lidry, aby mužstvo ovlivňovali, ale mají to daleko těžší, pokud vyrůstají v příkazovém tréninku. Když jim trenéři pořád říkají: to musíš, to nesmíš, tam nejezdíš, tam jeď nebo s tím hrát, tak si zvyknou spolháet se pouze na pokyny kouče,“ tvrdí Slavomír Lener.

Drlí, ale také zábava

Proto je potřeba také nechat dětem prostor, aby samy něco vymyslely, aby si samy něco zkusily. „Trenér by je za to neměl kárat, či dokonce trestat, ani když to pokazí. Jenom dobře – pokud něco zkazí, zkouši to znovu a po padesáté pokusech už to třeba půjde,“ dodává bývalý reprezentační kouč.

Ideální doba tréninku pro malé hokejové naděje je mezi 45 a 60 minutami. Odpolední přípravu na ledě v Letňanech uzavírají štafety, ale jindy třeba hrají všichni na celé hřiště fotbal nebo místo puku dostanou tenisák. Uvolnění závěr má věst k jedinému: aby si děti z každého tréninku odnesly pozitivní emoce. Toho se dá dosáhnout jediným – hrami.

„Doporučujeme, aby v každém tréninku bylo třicet až padesát procent hry,“ říká Slavomír Lener. „Pokud kluci akorát jezdí kolem pylónů či brank, pořád jenom bruslí, i, zas taková zábava to pro ně není. Navíc když pak před ně postavíte hráče, kluci se

lekou a nejsou schopni na reálnou situaci reagovat. Hrou se děti rozvíjejí,“ pokračuje kouč. A nejde jen o hokej, ale také o zpečet letech byli v kabině lidry, aby mužstvo ovlivňovali, ale mají to daleko těžší, pokud vyrůstají v příkazovém tréninku. Když jim trenéři pořád říkají: to musíš, to nesmíš, tam nejezdíš, tam jeď nebo s tím hrát, tak si zvyknou spolháet se pouze na pokyny kouče,“ tvrdí Slavomír Lener.

Alespoň v Letňanech se to daří. Děti jsou po tréninku unavené, až se z nich v chladném prostředí haly kouří. Ale oči jim přes mířky helem svítí nadšením. „Kvalitní trénink se pozná i podle toho, že jsou při něm děti slyšet. V tomto směru leží na trenérech velká odpovědnost, aby byli schopni na děti přenést nadšení, zápal pro hokej. Pro kouče, kteří mají jiskru a energii, to velký problém není,“ konstatuje generální manažer reprezentace ČR.

Účast slavných hráčů

Ještě větší nadšení mezi malými hokejisty vzbudí účast některé z hokejových legend. Český svaz ledního hokeje se snaží zapojit do práce s mládeží co nejvíce bývalých hráčů. Organizujeme speciální tréninky pro obránce a útočníky a pak i v těch nejmenších klubech se na ledě stále častěji objevují bývalí reprezentanti, jako je Robert Reichel, Pavel Patera, Libor Procházka, Pavel Trnka, bratři Hamříkové,

Viktor Ujčík, Tomáš Plekanec, Marek Židlický a řada dalších slavných jmen. „Vidět jsem třeba tréninky Milana Hejduka nebo Hozey Čalouna. S malými hráči si i zahrávám a kolikrát za nimi jezdí jako stíny a předávají dětem svoje zkušenosti a finity. Díky tomu děti dělají obrovské pokroky, protože se samozřejmě nejvíce učí odezíráním,“ říká Slavomír Lener.

Trénink v Letňanech však využitím bruslí nekončí. Kouč Horáček vezme děti na travnatý plac za halou, dostanou míč a dvacet minut kopou do balonu. Nejde však o podporu konkurenčního sportu, ale o další prvek v rámci komplexní přípravy. Po fotbalku jsou děti ještě polovina dětí do bazenu, který mají na celou sezonu předplácen.

Děti sledují různé sportovní aktivity – minifotbal, minibasket nebo trénink obratnosti, v jehož rámci cvičí třeba kotouly.

Pokud je na tréninku pět trenérů, jde o ideální situaci. Jenže ne všude je personální situace tak příznivá, že si klub může dovolit poslat na každý trénink více než jednoho, dva kouče. „V malých klubech, kde je pouze jeden trenér, tak využíváme tatínky. Ty se také snažíme vzdělávat a rodiči musí fungovat na herním stanovišti jako dozor. Naši snahou je, aby v každém klubu byl jeden hlavní trenér, který má alespoň licenci B, potom kouč s licenci C a jeden, dva tatínkové, kteří pomohou na stanovišti,“ dodává Slavomír Lener.

Právě pro menší kluby zpracovává ČSLH návrhy přibližně deseti variant tréninků, snaží se tak šetřit koučům čas, aby se mohli věnovat dětem. Optimálně by však měli sami trenéři vnášet do přípravy svou invenci, stejně jako je tomu v Letňanech. „Ze svazu pravidelně dostáváme metodické podklady, další informace se dozvídáme na školeních, které pořádá ČSLH. To kombinujeme s tím, co si najdeme v literatuře nebo na internetu. A samozřejmě zásadní roli hrají zkušenosti,“ popisuje Marek Horáček, jak probíhá skladba tréninků v Letňanech.