

Aleš Chýle

# DŮLEŽITÉ JE NAUČIT DĚTI SPORT MILOVAT

Ahoj Aleši,

**hrajú baseball a softball teprve dva roky, je mi pětadvacet a chtěl bych předávat své zkušenosti dětem. Mám do toho jít?**

„Určitě není dobré se podobným vnitřním impulzům bránit. Když má člověk vášeň pro nějakou činnost a je plný energie, nesmí si žádnou výzvu nechat utéct. V polovině 80. let jsem měl za sebou vojnu a teprve dva roky hraní baseballu a softballu, ale oba sporty, které si jsou velice blízké, jsem si zamiloval. Hrál jsem oba dva na nejvyšší domácí úrovni a takových nás bylo víc. O víkendu jsme třeba v sobotu odehráli dva zápasy ligy softballu a jeden baseballu a v neděli pak další zápas v baseballu a v softballu. O něco lépe mi, alespoň v mých očích, šel baseball. Chtěl jsem vždycky učit, což se mi z různých důvodů nepovedlo, ale najednou se objevila příležitost, abych trénoval děti. Nakonec jsem 15 let strávil jako trenér baseballu a teď už 18 let trénuji softball. Důvodem, proč jsem přešel k softballu, byly moje bývalé svěřenkyně, které trénovaly žákyňe, a hlavně mé dvě dcery, které chtěly hrát stejný sport jako jejich rodiče, což byl softball.“

**Co je důležité, když se člověk rozhodne jít ještě jako hráč trénovat mládež?**

„V mém případě bych v začátcích své počínání ani nenazýval trénováním v pravém slova smyslu. Spíš jsem byl ten, který předává dětem své hráčské zkušenosti. Měl jsem v sobě ohromné nadšení pro oba sporty a touhu přenášet lásku ke sportu na děti. Podle mě je nejdůležitější, aby svůj sport, a nejen ten svůj, milovaly. Ve sportu se nakonec všichni nemusí dostat na nejvyšší úroveň, ale mohou se jeho prostřednictvím stát šťastnými, spokojenými, charakterními i úspěšnými lidmi. S ostatními trenéry jsme s dětmi hlavně neustále hráli nejruznější hry, které třeba s baseballlem ani neměly moc společného. Na prvním místě u nás

vždycky byly radost ze hry, zábava a láska ke sportu.“

**Jak se mám s dětmi připravovat?**

„Americký trenér Jim Jones, s nímž jsem měl tu čest spolupracovat a který na počátku 90. let krátce po revoluci pomáhal v České republice s rozvojem baseballu, říkal: 'Baseball je hra házení, chytání, pálení a běhání'. A na tréninku je třeba 100 míčů hodit, 100 míčů chytit a 100 míčů odpálit. Není třeba hledat v baseballu nebo softballu žádné složitosti. My jsme s dětmi dělali vždycky hodně průpravných cvičení na letních soustředěních, která měla podobu spíše letního dětského tábora se všeobecným zaměřením na sport. Pálku a míček viděly jen občas, pořád jsme s nimi hráli nejrůznější hry v přírodě. Zjednodušeně jsme s nimi litali po lese, po loukách nebo i plavali, a děti tak získávaly všeobecnou tělesnou průpravu. Záleželo nám na tom, aby se mezi dětmi vytvořily pevné a dlouhodobé vazby, respektovaly se, a aby se pohyb pro ně stal přirozenou součástí života. Pak se nám to vyplatilo, protože pohybově neměly s ničím problém a lidsky tvořily silnou skupinu. Trénovali jsme holky, které ani neměly vlastní dívčí soutěž, a proto hrály proti klukům. Neskutečně jim to pomohlo, protože se pak nikoho ve hře už nebály. Mojí trenérskou prioritou u dětí nebyl nikdy zcela výsledek, tedy pokud jsme zrovna nehráli mistrovství republiky. Výsledek jako takový pro mě skoro nic neznamenal, důležitý byl pro mne posun hráček ve hře a rozvoj jejich softballových dovedností naučených z tréninku. Chtěl jsem, aby se děti, stejně jako já, soustředily na svou hru, neřešily výsledek a odcházely ze zápasu s pocitem, že si dobře zahrály a utkáni je bavilo. Ale je velkou sportovní pravdou, že vyhraný zápas baví nejvíc. Já i moje svěřenkyně jsme měli velké štěstí, že v té době v Sokolu Krč působil u mužů velkán světového softballu Mike Stapleton. Chodil se pravidelně dívat na tréninky našich malých copatých holčiček

ALEŠ CHÝLE

**Narozen:** 8. 9. 1960

→ **Profese:** dlouholetý trenér mládeže i dospělých v baseballu a softballu, zakládající člen Sokola Krč (dnes Eagles), v současnosti trenér juniorek a A-týmu žen Eagles (softball), předseda trenérské rady Eagles (ženský softball)

→ **Největší úspěchy:**

13 mistrovských titulů (11x trenér + 2x hráč), 3x mistr Evropy, 8 medailí z ME, Coach roku 2016 České softballové asociace (extraliga žen a juniorek)

„ZÁLEŽELO NÁM NA TOM, ABY SE MEZI DĚTMI VYTVOŘILY PEVNÉ A DLOUHODOBÉ VAZBY, RESPEKTOVALY SE, A ABY SE POHYB PRO NĚ STAL PŘIROZENOU SOUČÁSTÍ ŽIVOTA.“



FOTO SPORT: JAROSLAV LEGNER

^ BAVIL HO BASEBALL I SOFTBALL, TAK OBOJÍ HRÁL I TRÉNOVAL. „KDYŽ MÁ ČLOVĚK VÁŠEŇ A JE PLNÝ ENERGIE, NESMÍ SI ŽÁDNOU VÝZVU NECHAT UTÉCT,“ ŘÍKÁ ALEŠ CHÝLE.

a hlavně byl studnicí softballových moudrostí a mým velkým vzorem a učitelem.“

**Každý trenér by měl mít trenérskou licenci.**

**Jak to mám udělat se studiem?**

„V podstatě dvacet let jsem trénoval bez opravdového trenérského vzdělání. Řešili jsme trénování a taky fungování našeho klubu, který se nejdřív jmenoval Sokol Krč, pak Eagles Praha. Kromě získání trenérských tříd na školeních trenérů, pořádaných baseballovou a softballovou asociací, je potřeba sebrat notnou dávku odvahy, sebeobětování, péle, výdrže a pustit se do opravdového studia. I. trenérskou třídu jsem vystudoval na Trenérské škole FTVS v 47 letech a skutečně až tehdy jsem se asi snad stal opravdovým trenérem. Studium mi strašně dalo,

vlastně mi otevřelo oči. Je to, jako by ses stále díval ven klíčovou dírkou, a pak otevřel dveře a vykročil ven. Prostě se mi otevřely netušené obzory trénování a začal jsem vidět věci komplexně v souvislostech. Začal jsem se hodně dívat do budoucnosti, plánovat, dávat si cíle, připravovat tréninky, tréninkové cykly. A díky poznání anatomie, fyziologie a fyziologie zátěže jsem poznal, jak funguje lidské tělo. Nejvíc mě ale chytla sportovní psychologie. Kdybych byl mladý a měl tu možnost, šel bych ji studovat. Technicky i fyzicky se všichni mohou dostat na podobnou úroveň, ale rozhodující je ve finále hlava. Takže jdi studovat trenérinu hned, jak je to možné. Studium ti ukáže spoustu nových užitečných věcí.“

**Měl jsi velké úspěchy s mládežnickými týmy.**

**Co mě čeká, když začnu trénovat dospělé?**

„Často se mluvívá o správné chemii v týmu. Já jsem si to pro sebe nazval spíš souzněním. Máte tým a jeden rok všechno klapne. Se stejným týmem v dalším roce se objevují různé problémy a tým nefunguje a trenér hledá nové cesty. V trenérině reálně platí Cimrmanova teorie slepých uliček. Trenér se do nich dostává, musí hledat cestu ven a pak další novou cestu. Naším úkolem jako trenérů je vytvářet vhodné sociální prostředí, v němž se všichni budou cítit dobře. U dospělého týmu dávám vždycky pozor, abychom hráčům dávali vzhledem k jejich lidské povaze a vlastnostem ty správné pozice a role. Je dobré mít v týmu hráče různých charakterů. Mám na mysli lídry, v dobrém slova smyslu bláznů, co jdou do všeho po hlavě, chytré až mazané hráče, introverty, klidné spolehlivé hráče, ale i nosiče vody, kteří by se pro tým rozdali. Všichni jsou důležití. Říká se, že nadhazovač dělá hru, ale pro mne je velmi důležitá pozice catchera. Protože ten asi nejvíc může ovlivňovat hru v obraně a jako jediný vidí všechny své spoluhráče i celé hřiště zepředu. Má proto dokonalý přehled a může určovat strategii nadhozů, v některých týmech předává signály od kouče. Vždycky jsem se v našem klubu díval i do mladších ročníků, abychom je mohli ve vhodné době zapojit do áčka a oni nenásilně a jako by automaticky začali hrát za dospělé. Nikdy jsme se nebáli dávat šance mladým, většinou jsme cítili, že se nám to může projevit jen pozitivně.“

**Podařilo se ti s jedním týmem projít od dětí až do extraligy. Jak to vypadalo?**

„Obvykle se v mládežnických týmech posouvají hráči nahoru kategoriemi a tím mění své trené-



ry. Víím, že to není obvyklé, ale já jsem udělal zkušenost s dívčím týmem, s nímž jsem strávil více než deset let. Dostali jsme se od žákyň až do extraligy. Všechno nám dlouhou dobu dobře fungovalo a dařilo se nám. Vyhřáli jsme spolu žákyňe, kadetky, juniorky a ženy. A jak už to na světě či v manželství chodívá, po jedenácti letech, když se z copatých holčiček staly mladé dámy, přišla na nás ponorková nemoc. Ať jsme dělali, co dělali, nikdy to nebylo ideální. A tak jsem od týmu odešel, aby se mohl dál vyvíjet a jít dopředu s novým trenérem vlastní cestou."

**V Eagles se vám daří dobře zapojovat mladé hráčky do áčka. Kudy vede cesta?**

„Podařila se nám věc, kterou jsme si přáli, ale vidím v tom i neviditelnou práci mládežnických trenérů i kus sportovního štěstí. V současnosti máme v ženském áčku tři na sebe navazující generace hráček, které jsou v týmu poměrně rovnoměrně zastoupené. Povedlo se nám přirozenou a nenásilnou cestou zapojit do týmu postupně šikovně mladé hráčky, které každým rokem výkonnostně rostou. Co je pro nás nejlepší: už vidíme čtvrtou generaci talentovaných mladých hráček, které přišly ze žákyň do kadelek. A co je na tom nejbáječnější: vychovaly je zkušené hráčky áčka z první generace, které jsou zároveň trenérkami žákyň. Tyto mladé hráčky by časem měly také dorůst až do áčka a doplnit tým místo postupně odcházejících hráček. Tím se kruh uzavře.“

**Prožil jsi jako trenér časy, kdy jste měli jen tužku a papír, ale dnešní svět je plný nových technologií. Jak se ti povedlo na nové trendy zareagovat?**

„Vždy jsem hodně koukal dopředu a zabýval se statistikami. Dnes je najdeme snadno na internetu, dřív jsme si je museli dělat sami pečlivým zapisováním. Ale není dobré je, hlavně videoanalýzu, přeceňovat a zneužívat. Statistika ukáže spoustu užitečných čísel, která se týkají hry. K tomu je ale třeba přidat i další aspekty u každého hráče, protože co hráč, to jiná osobnost, jiný charakter, jiné reakce v krizových situacích apod. S rozvojem technologií se naše trénování přece jen hodně změnilo. To, o čem jsme se domnívali či dohadovali, že nějak funguje, lze nyní snadno ověřit na videu. Ale všechno má své hranice a já pořád s lehkou nadsázkou říkám, že nejlepší pohled mi dá po letech praxe moje oko. Je skvělé si dnes konkrétní herní činnost natočit, zpomalit, rozfázovat, zastavit a ukázat hráči. Musíme si ale dávat pozor, abychom se neo-

▼ **ALEŠ CHÝLE, TVÁŘ KRČSKÉHO SOFTBALLU, MOMENTÁLNĚ ŽENSKÉHO**



FOTO SPORT: JAROSLAV LEGNER

**„Je skvělé si dnes konkrétní herní činnost natočit, zpomalit, rozfázovat, zastavit a ukázat hráči. Musíme si ale dávat pozor, abychom nedostali hráče do zbytečného stresu tím, že nejsme dokonalí.“**

háněli jen videem a jinými technologiemi, které ještě přijdou, a nedostali hráče do zbytečného stresu tím, že nejsme dokonalí. Baseball a softball jsou opravdu jedinečné sporty, které hrají stovky milionů lidí po celém světě, na všech úrovních, a je úžasné být jejich součástí. Ernest Hemingway řekl, že baseball jsou nejrychlejší šachy na světě. A to je veliká pravda."

