

ZPRAVODAJ

ČESKÉ UNIE SPORTU | 4/2025



SPORTUJ S NÁMI

**Zástupci ČUS
v Senátu
na jednání
podvýboru
pro sport**



**Pokračuje
příprava
43. valné hromady
ČUS**

**VV ČUS
ocení hospodářské
výsledky horských
společností**

WWW.CUSCZ.CZ

OBSAH

- 3** VV ČUS se věnoval přípravě 43. valné hromady a ocenil hospodářské výsledky horských společností s majetkovým podílem ČUS
- 4** Český olympijský výbor si zvolil nové vedení
- 5** Zástupci České unie sportu vystoupili v Senátu na podvýboru pro sport
- 6** Zprávy z Národní sportovní agentury
- 7** Konference „Generace Fair Play - sport budoucnosti“ se zabývala bezpečností a větší ochranou dětí ve sportu
- 8** Přátelství na celý život začíná v klubu - stát by měl znovuobjevit jejich význam
- 9** Poradna ČUS: Doplňkové individuální úrazové pojištění pro neprofesionální sportovce
- 10** Asociace psychologů sportu radí: Jsou dnešní sportovci méně motivovaní?
- 12** Projekt ČUS Sportuj s námi objektivem fotoaparátu
- 13** Květnový kalendář ČUS Sportuj s námi: 71 akcí
- 14** Webinář Českého Antidopingu přilákal přes 200 sportovců i fanoušků sportu
- 15** Sportovci také tentokrát pomáhali uklízet Česko
Devadesátiny legendárního ragbisty Eduarda Krütznera

Foto na titulní straně: Novoveský přespolák, jedna z akcí projektu ČUS Sportuj s námi, kterou organizují rychlostní kanoisté z Ostrožské Nové Vsi, je pozoruhodným závodem, v němž jeho aktéři kromě pádla musejí zvládnout i běh, vrh koulí, šplh nebo shyby na hrazdě! Letos startovalo 180 nadšenců.

Foto: ČUS Sportuj s námi - Kateřina Pjajčiková

Zpravodaj ČUS vydává Výkonný výbor České unie sportu - www.cuscz.cz. Adresa redakce: Zátokova 100/2, 160 00 Praha 6, tel. 724 014 643. Distribuováno zdarma v elektronické podobě. Uzávěrka vydání: 30. dubna 2025. Za správnost a věcný obsah textů ručí jednotliví autoři. Zkratky: Komunikační tým ČUS = KT ČUS. Použité fotografie - archiv ČUS. ISSN 1212-1061

VV ČUS se věnoval přípravě 43. valné hromady a ocenil hospodářské výsledky horských společností s majetkovým podílem ČUS

Čtvrté letošní zasedání Výkonného výboru České unie sportu se konalo 15. dubna v Praze na Strahově. Kromě informace o výsledcích jednání valných hromad horských společností s majetkovým podílem ČUS byla hlavním bodem schůze příprava 43. valné hromady ČUS, která se uskuteční 25. června ve Sportovním centru v Nymburce.

V úvodu zasedání informoval místopředseda ČUS Marek Pakosta, že národní sportovní svazy z I. prioritizační skupiny obdržely rozhodnutí o konečné výši letošních přidělených dotací z Národní sportovní agentury v programech zaměřených na organizaci sportu, talentovanou mládež a státní reprezentaci. V souvislosti s NSA informoval o jmenování nového ředitele sekce úřadu Richarda Červenky.

„S ředitelem Červenkou už jsem měl příležitost se setkat. Seznámil jsem ho s činností a hlavními úkoly ČUS a hovořili jsme také o rekonstrukci Sportovního centra Nymburk v rámci investičního programu NSA Národní sportovní centra 2023-2033, aktuálním stavu příprav ze strany ČUS i o připravované návštěvě předsedy Vlády ČR v Nymburce. Současně jsem ho upozornil, že dosud nebyl agenturou vypsán dotační program movité investice - rozvoj materiálně technické základny sportovních svazů ani program na provoz a údržbu sportovních zařízení pro sportovní kluby,“ uvedl Marek Pakosta.

ČUS strategii nezmění

Místopředseda ČUS Marek Hájek zhodnotil závery valných hromad akciových společností v horských střediscích s majetkovým podílem ČUS. Vedle pozitivních výsledků v hospodaření Skiareálu Špindlerův Mlýn a SKI Pec ocenil skutečnost, že nájemci v obou areálech plní smluvní podmínky, v areálech investují a výsledky hospodaření umožnily schválit výplaty dividend. V případě Sportovního areálu Harrachov, kde se investovalo

do technických zařízení umožňujících zasněžování i při teplotách nad nulou, dividendy vyplaceny nebyly, ale společnosti přinesly tyto investice jednu z nejdělsích a nejvýnosnějších lyžařských sezon v historii. „Ukazuje se, že dobře nastavený dlouhodobý pronájem částí horských středisek byl ze strany České unie sportu správný a je přínosný. Tato strategie i rozložení rizik ve správě akciových společností proto zůstane pro ČUS i nadále neměnná,“ konstatoval Marek Hájek.



Klíčovým bodem jednání byly přípravy 43. valné hromady ČUS, která se uskuteční 25. června ve Sportovním centru Nymburk. VV ČUS projednal organizační zajištění akce a schválil návrh pozvánky a programu jednání. Kromě standardních bodů bude součástí programu dodatečná volba předsedy ČUS, případně i volba nového člena výkonného výboru. VV ČUS v této souvislosti projednal a schválil jednací a volební řád valné hromady zahrnující veškeré alternativy, které mohou při volbě nastat. Současně schválil metodiku podávání kandidatur, které mohou být předkládány v období 24. dubna až 2. června.



Členové výkonného výboru vzali také na vědomí předloženou první verzi Zprávy o činnosti VV ČUS od minulé valné hromady, zaměřenou na plnění přijatého čtyřletého programu ČUS a naplňování úkolů uložených minulou valnou hromadou. Zpráva obsahuje také manažerské shrnutí hospodaření jednotlivých středisek ČUS a přehled přínosů jed-



Projekt ČUS První oddíl ocenil letos jako první klub Atletika Poruba, v němž začínala kariéru oštěpařka Nikola Ogrodníková.

nání ČUS s institucemi veřejné správy, spolkové sféry a partnerskými organizacemi. VV ČUS byl rovněž informován o přípravě návrhu na majetkové dispozice v Lyžařském areálu Zadov - směnu pozemků s cílem jejich scelení, který bude předložen ke schválení valné hromadě.

První oddíl ocenil klub Atletika Poruba

Ředitel ekonomických agend Pavel Benda prezentoval zprávu o předběžných výsledcích hospodaření společnosti ČUS Sportuj s námi, s. r. o.,

kteřá se zabývá marketingovou podporou projektu ČUS Sportuj s námi a První oddíl. Navzdory některým nepředvídatelným událostem byl hospodářský výsledek společnosti v roce 2024 kladný. Oba projekty v péči společnosti zdárně pokračují také v roce 2025.

Druhý ročník projektu První oddíl je letos opět připravován ve spolupráci s Nadací ČEZ a jeho cílem je symbolické veřejné poděkování funkcionářům za nezištnou práci ve sportovních klubech a zviditelnění smysluplnosti činnosti sportovních spolků. V dubnu byl oceněn finanční částkou sto tisíc korun jako první z letošních desítek nominovaných sportovní klub Atletika Poruba, v němž začínala olympijská medailistka v hodů oštěpem Nikola Ogrodníková.

VV ČUS rovněž schválil návrh na udělení záštity České unie sportu třem světovým baseballovým turnajům v České republice, předložené návrhy na udělení vyznamenání ČUS a vyslechl zprávu předsedy Revizní komise ČUS Ladislava Kreisela o provedených kontrolách v územních pracovištích ČUS v Mostě a Lounech.

Autor: KT ČUS

Foto: Ivana Roháčková

Český olympijský výbor si zvolil nové vedení

Předsedou Českého olympijského výboru bude i nadále Jiří Kejval. Na volebním plénu ČOV, které se konalo v Praze 30. dubna, uhájil svou pozici, když získal 82 hlasů. Jeho vyzyvatel - dosavadní místopředseda ČOV, člen výkonného výboru České unie sportu a dlouholetý šéf Českého atletického svazu - Libor Varhaník jich obdržel 44.

Výsledek voleb určilo 81 delegátů, přičemž hlas 45 zástupců olympijských sportů má dvojnásobnou váhu. Sedmapadesátiletý Kejval, jenž před třinácti lety ve funkci vystřídal Milana Jiráska, kandidoval poctivě a jeho mandát potrvá do roku 2029.

Místo dosavadních pěti budou nyní pouze čtyři místopředsedové ČOV. Jejich volba skončila úspěchem dvou představitelů Výkonného výboru ČUS. Mezi desítkou kandidátů opětovně obhájil tento post Libor Varhaník a novým místopředsedou se stal také předseda Českého volejbalového



svazu Marek Pakosta. Čtvrtým místopředsedou zůstává Roman Kumpošt. Jedna pozice patří zástupci paraspportu, na kterou byl jediným kandidátem předseda Českého paralympijského výboru Zbyněk Sýkora. Naopak funkci neobhájili Filip Šuman a Milan Hnilička. Další z dosavadních místopředsedů Zdeněk Haník tentokrát nekandidoval.

Plénum zvolilo také nové složení Výkonného výboru ČOV. Jedním z jeho členů je i Jan Boháč, zastupující Český svaz kanoistů a generální sekretář ČUS.

Zdroj: ČOV

Zástupci České unie sportu vystoupili v Senátu na podvýboru pro sport



Na pozvání Podvýboru pro sport Senátu Parlamentu České republiky vystoupili na jeho zasedání 22. dubna v sídle Senátu představitelé České unie sportu, aby senátory informovali o aktuálním stavu organizace po oznámení rezignace jejího dlouholetého předsedy Miroslava Janstý. Jednání se zúčastnili místopředseda Marek Hájek a generální sekretář Jan Boháč.

Předseda podvýboru Tomáš Třetina v úvodu poděkoval ČUS za zvládnutí krizové komunikace a vzniklé složité situace pro celý český sport. Zástupci ČUS poté senátorům a členům podvýboru prezentovali zásadní informace o aktuální kondici a činnosti unie.

„Česká unie sportu normálně funguje. Ve čtyřčlenné Radě ČUS nám nyní chybí jeden člen, ale jde o statutární orgán, který je nadále plně funkční. Stejně tak pracuje i šestnáctičlenný výkonný výbor a profesionální aparát v centru i v našich územních pracovištích. Po valné hromadě 25. června budou orgány České unie sportu opět kompletní, protože na jejím programu je také dodatečná volba předsedy ČUS,“ vysvětlil místopředseda Marek Hájek.

Na schůzce zaznělo, že služby a podpora, které Česká unie sportu poskytuje sportovním klubům a tělovýchovným jednotám pokračují v územních pracovištích ČUS beze změny - stejně tak podpora organizačním složkám sportovních svazů na okresní a krajské úrovni. Národní sportovní svazy mají k dispozici potřebné služby a správa sportovních středisek není nijak dotčena.

Zásadní informací bylo rovněž oznámení, že ČUS již obdržela rozhodnutí Národní sportovní agentury o přidělení dotace na činnost v roce 2025, určené z 92 procent na fungování územních pracovišť - Servisních center sportu ČUS.



ČUS pokračuje v plnění priorit

„Rada a výkonný výbor pokračují v naplňování dlouhodobých priorit ČUS. Nadále usilujeme o vznik ministerstva sportu, chceme nový zákon o sportu, vyšší podporu sportu ze státního rozpočtu a posílení pohybových aktivit na školách. Pokračujeme v tomto směru při všech jednáních s klíčovými aktéry. Zároveň intenzivně s Národní sportovní agenturou i ministerstvem financí komunikujeme přípravu rekonstrukce Národního sportovního centra v Nymburce, které hraje klíčovou roli v přípravě ke státní sportovní reprezentaci a ve výchově talentované mládeže,“ uvedl generální sekretář Jan Boháč.

Zároveň oba představitelé ČUS potvrdili senátorům, že Výkonný výbor ČUS trvá na nastavení strategie správy majetku ČUS, zejména horských středisek, která se ukazuje jako efektivní a stabilní.

Zástupci ČUS poté zodpověděli senátorům položené dotazy směřující do sportovního prostředí i na konkrétní sporty. Členové podvýboru pro sport v závěru poděkovali za podané informace, ocenili stabilitu a přístup ČUS k řešení náročného období a deklarovali otevřenost v jednáních na klíčových tématech českého sportu.

Autor: KT ČUS
Foto: Petr Skála



Představitelé ČUS Marek Hájek a Jan Boháč na jednání senátního Podvýboru pro sport.

Zprávy z Národní sportovní agentury



NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA

Richard Červenka novým ředitelem sekce úřadu NSA

Národní sportovní agentura oznámila změnu na pozici ředitele sekce úřadu NSA - od 1. dubna 2025 se stal novým ředitelem Richard Červenka.

Díky svému předchozímu působení si přináší zkušenosti z privátní i veřejné sféry, dotačního prostředí a veřejné správy. Doposud působil také jako člen Poradního týmu Rady NSA.

„Sport je nejen základním pilířem zdravého životního stylu, ale také důležitou součástí společnosti. Naším cílem musí být vytvořit prostředí, kde budou mít všechny generace rovné šance na sportovní vyžití a kde bude financování sportu transparentní a efektivní,“ prohlásil Richard Červenka. Mezi hlavní priority svého působení řadí



například zrychlení administrativních dotačních procesů a posílení jejich transparentnosti.

Zdroj a foto: NSA

Aktuální dotační výzvy

Významné sportovní akce mimořádné důležitosti 2025 - 2. kolo

Alokace: 104 802 700 Kč

Zahájení příjmu žádostí: 14. dubna 2025

Ukončení příjmu žádostí:
12. května 2025 ve 12 hodin

Podrobnější informace: [ZDE](#).

Podpora státní reprezentace žen kolektivních sportů LOH 2028 a ZOH 2026 pro rok 2025

Alokace: 178 886 521 Kč

Zahájení příjmu žádostí: 17. dubna 2025

Ukončení příjmu žádostí:
23. května 2025 ve 12 hodin

Podrobnější informace: [ZDE](#).

Rada NSA se setkala se zástupci Institutu pro regulaci hazardních her

Rada Národní sportovní agentury se setkala s vedením Institutu pro regulaci hazardních her (IPRH). Obsahem jednání byla diskuse o prevenci rizikových jevů spojených s hazardními hrami a také o roli sázkových kanceláří v rámci prevence a boje proti ovlivňování sportovních utkání.

Ředitel IPRH Jan Řehola představil aktivity institutu v těchto oblastech a nastínil další plány

pro aktivnější přístup k těmto problematikám. Předseda NSA Ondřej Šebek přivítal snahu o podporu aktivit zaměřených na prevenci především v oblasti sportovního sázení, jehož negativní vlivy mohou dopadat na velkou část sportovců a ocenil ochotu IPRH a jeho členů spolupracovat v boji proti ovlivňování sportovních utkání.

Zdroj: NSA

Konference „Generace Fair Play – sport budoucnosti“ se zabývala bezpečností a větší ochranou dětí ve sportu

Dne 7. dubna se v Poslanecké sněmovně ČR konala první odborná konference pod názvem Generace Fair Play - sport budoucnosti, kterou uspořádala nezisková organizace Trénujeme s respektem. Ta usiluje o zajištění větší ochrany dětí a zavedení takových mechanismů safeguardingu ve sportovním prostředí, aby sportovce skutečně chránily a byly vymahatelné. Tuto iniciativu podporuje i Česká unie sportu, která s organizací Trénujeme s respektem úzce spolupracuje.

Na konferenci se sešlo 150 zástupců státních institucí, sportovních svazů a klubů, sportovců včetně olympijských medailistů, trenérů, lékařů, sportovních psychologů a pedagogů. Účastníci konference se shodli, že zajištění větší ochrany dětí je naprosto nezbytným krokem. Potřebné mechanismy však v Česku stále chybí. Změnit to chce nezisková organizace Trénujeme s respektem, která usiluje o implementaci v zahraničí osvědčeného konceptu safeguardingu. Aby ale sportovce skutečně chránil, musí být vymahatelný.

„Cílem iniciativy Trénujeme s respektem je, aby děti a dospívající sport neopouštěli kvůli negativním zkušenostem. Průzkum realizovaný ve spolupráci s agenturou Ipsos z listopadu 2024 totiž odhalil například to, že třetina bývalých sportovců se setkala s psychickým násilím nebo nátlakem, a jedenáct procent z nich zažilo dokonce fyzické násilí nebo sexuální obtěžování,“ uvedla Markéta Pluhařová, zakladatelka Trénujeme s respektem.

„Bezpečné prostředí ve sportu vede k lepším výkonům, a také dělá sportovce zdravějšími a šťastnějšími,“ připomněla Aneta Grabmüller Soldati, triatlonistka a IOC Safeguarding Officer. Safeguarding představuje soubor opatření a procesů zaměřených na ochranu sportovců. Jeho klíčovými aspekty jsou prevence, vzdělávání a osvěta.

Člověk, který safeguarding reálně vykonává, se označuje jako „safeguarding officer“. V Česku



v této roli zatím nikdo s odpovídajícím vzděláním nepůsobil. Už letos v květnu ale začnou u nás působit čtyři certifikovaní „safeguardeři“, kteří díky plnému stipendiu od Trénujeme s respektem právě nyní dokončují kurz organizovaný Mezinárodním olympijským výborem.

„Kromě již zmíněného bezpečí a respektu, které by měly být samozřejmostí, je pro zaujetí dnešní generace dětí potřeba učinit sport a trénink modernějším, zábavnějším, dynamičtějším, s přirozeným zapojením nových technologií,“ doplnila Markéta Pluhařová.

Národní etický kodex a role ČUS

V souvislosti s větší ochranou mladých sportovců Národní sportovní agentura koncem roku 2024 zveřejnila a současně předložila střešním sportovním organizacím ke konzultaci Národní etický kodex sportu a Etický kodex správného trenéra, které stanovují elementární morální a etické principy pro všechny účastníky sportovního prostředí v České republice. Česká unie sportu principy a myšlenky těchto dokumentů podpořila jako přínosné s tím, že musí mít především oporu v nastavené legislativě ČR a také respektovat specifika mezinárodních sportovních organizací.

ČUS ve svém vyjádření doporučila, aby NSA oba materiály, se zohledněním připomínek sportovního prostředí, vydala jako doporučující dokumenty s výzvou k zavedení do praxe ve sportovním prostředí. ČUS také v této souvislosti zvažuje metodickou pomoc sportovním svazům a výhledově také sportovním klubům vypracováním vzorových etických kodexů zahrnujících i další potřebné oblasti svazové činnosti včetně administrativních procesů.

Zdroj: Trénujeme s respektem + ČUS

Přátelství na celý život začíná v klubu – stát by měl znovuobjevit jejich význam

V dnešní době se často mluví o psychických problémech dětí a dospívajících, o osamělosti seniorů a o tom, jak nás moderní technologie paradoxně od sebe spíše vzdalují, než sblíží.

Všichni to cítíme, všichni to víme, a přesto se tomu často nevěnuje dostatečná pozornost tam, kde by mohla skutečně pomoci - ve veřejné podpoře zájmové a sportovní činnosti

Mnoho dospělých vzpomíná na kamarády z dětství, z oddílů, klubů nebo sportovních týmů. Právě tam se často zrodila přátelství, která vydržela celý život. **Sdílené zážitky, společné úsilí, radost z vítězství i bolest z porážky - to vše vytváří vazby, které jsou hlubší než náhodná známost ze školy nebo z práce.** Pro chlapce, ale i pro dívky, je důležité v mladém věku vstoupit do nějaké komunity - nejlépe sportovní, ale klidně i kulturní nebo zájmové. Právě tam se učí týmovosti, odpovědnosti a budují si přirozenou síť přátel, která může vydržet celý život.

Dnes ale počet dětí, které se účastní organizovaného sportu, setrvale klesá. Mnozí místo hřiště sedí doma u telefonu. Rodiče, často zahlceni vlastními povinnostmi, nemají čas ani energii své děti vést k aktivnímu trávení volného času. **A stát? Ten sice podporuje sportovní činnost dětí, hlavně tu závodní ve vybraných sportech, ale systematická a dlouhodobá podpora klubové činnosti – zejména té každodenní, nenápadné a lokální – stále chybí.**

Přitom právě dnes, v době, kdy se společnost rozpadá do izolovaných jedinců, je klubová čin-



nost důležitější než kdy dřív. Není to jen o pohybu, o kultivaci talentu, o zábavě. Je to o budování odolnosti, smysluplných vztahů a především o prevenci osamělosti – problému, který se v pozdním věku stává tichým, ale smrtícím nepřitelem.

A zde se dostáváme k další důležité myšlence: přátelství a klubová soudržnost jsou důležité nejen v mládí, ale i ve stáří. Lidé, kteří zůstali v kontaktu se svým „starým oddílem“, s bývalými spoluhráči nebo si našli nové přátele v seniorském klubu, stárnou lépe. Nejsou sami. Mají si s kým povídat, mají pro koho žít.



Z výzkumů i zkušenosti vyplývá, že právě muži bývají v osamělosti zranitelnější. Často si v průběhu života nevytvoří tolik vztahů jako ženy, a když odejdou do důchodu nebo ovdoví, zůstávají bez přátel. O to důležitější je, aby už v mládí měli možnost si sociální vazby vytvořit - a klubová činnost je k tomu ideální prostředí.

Je tedy čas přehodnotit, co považujeme za důležité. **Stát by měl investovat do sportovních a zájmových klubů nejen jako do volnočasové aktivity, ale jako do klíčového pilíře společenského zdraví.** Nejde jen o tělocvik nebo kroužek keramiky. Jde o přátelství, která trvají. O život, který má smysl. O společnost, která drží pohromadě.

Doba se mění. A s ní i naše potřeby. Ale jedna věc zůstává jistá: kdo má přátele, ten nikdy není sám.

*Autor: Zdeněk Ertl,
předseda Sdružení sportovních svazů ČR
Ilustrační foto: ČUS Sportuj s námi*



Poradna ČUS: Doplňkové individuální úrazové pojištění pro neprofesionální sportovce

Nad rámec stávajícího [základního úrazového pojištění](#) všech registrovaných sportovců připravily sportovní organizace ve spolupráci s pojišťovnou Colonnade výhodné doplňkové individuální úrazové pojištění pro neprofesionální sportovce.

Hlavní výhody pojištění:

- cenové zvýhodnění oproti standardním nabídkám (pojistné od 728 Kč ročně);
- vyšší plnění oproti základnímu pojištění;
- platnost během všech akcí a aktivit pořádaných sportovními spolky, včetně organizovaných cest;
- široké krytí sportovních aktivit - včetně rizikových sportů jako horolezectví, bojové sporty, potápění apod., bez navýšení ceny;
- celosvětová platnost - vztahuje se na aktivity v rámci organizovaných sportovních akcí po celém světě;
- bez zdravotní prohlídky - sjednání nevyžaduje je vyplnění zdravotního dotazníku;
- online sjednání během několika minut.



Varianty pojištění odškodného za dobu léčiny úrazu:

Denní dávka	Celkové pojistné
125 Kč za den	728 Kč ročně
250 Kč za den	1455 Kč ročně
450 Kč za den	2631 Kč ročně

Denní odškodné za dobu nezbytného léčení úrazu od 8. dne se zpětným plněním od 1. dne

Další potřebné informace k doplňkovému pojištění úrazu od pojišťovny Colonnade naleznete [ZDE](#).

Zdroj: ČOV
Ilustrační foto: Ivana Roháčková

Srovnání výše plnění základního pojištění úrazu vs. dobrovolné rozšíření pojištění úrazu:

Úrny	Plnění bez dobrovolného pojištění (pouze základní pojistění)	Varianta 125 Kč / den		Varianta 250 Kč / den		Varianta 450 Kč / den	
		Plnění s dobrovolným pojištěním	Navíc díky dobrovolnému pojištění	Plnění s dobrovolným pojištěním	Navíc díky dobrovolnému pojištění	Plnění s dobrovolným pojištěním	Navíc díky dobrovolnému pojištění
zlomenina (řtkové kosti bez postřžení hlazeného kloubu (lápnlš))	2 400 Kč	10 275 Kč	7 875 Kč	18 150 Kč	15 750 Kč	30 750 Kč	28 350 Kč
zlomenina dolního konce kosti vřetení (lápnlš bez posunutí úlomků)	3 000 Kč	11 750 Kč	8 750 Kč	20 500 Kč	17 500 Kč	34 500 Kč	31 500 Kč
zlomenina jednoho článku jednoho prstu ruky (lápnlš bez posunutí úlomků)	1 500 Kč	5 000 Kč	3 500 Kč	8 500 Kč	7 000 Kč	14 300 Kč	12 800 Kč
zlomenina klíční kosti (lčtšená operativně)	2 700 Kč	10 575 Kč	7 875 Kč	18 450 Kč	15 750 Kč	31 050 Kč	28 350 Kč
natržená dřtženého vazy kolenního	3 000 Kč	9 125 Kč	6 125 Kč	15 250 Kč	12 250 Kč	25 050 Kč	22 050 Kč

Asociace psychologů sportu radí: Jsou dnešní sportovci méně motivovaní?

“Dneska je mnoho cest, kam utéct.”

Štěpán Janáček

“Trenér se o mě zajímal, i když mi to nešlo, a snažil se zjistit proč, nenechal mě v tom.”

Miroslava Topinková Knapková

“Bariérou rozumím hromadu hlíny a nic takového mezi lidmi, ať už je jim, kolik chce, není.”

Pavel Landa, asistent trenéra ZOH Lillehammer

Co nás motivuje, žene a baví? To je otázka, kterou si kladou ve velké míře i trenéři vrcholových sportovců. Nebude překvapením, že motivace se vyvíjí, jak v průběhu lidského života, tak v rámci vývoje nových generací. Motivace je totiž neodmyslitelnou součástí každé lidské aktivity. Stává se jádrem veškerého lidského směřování, a když se vytratí, zmizí i hnací síla a není možné následovat dříve stanovené cíle. Motivace je nutným předpokladem k tomu, abychom získali výsledek, po němž toužíme, jelikož vrcholový sport je plný dřiny a odříkání. Pokud se z něj vytratí radost, je těžké tělo i hlavu přinutit k nadlidským výkonům.

Trenéři jsou klíčoví pro zrození nejsilnější sportovní motivace

Trenéři byli identifikováni jako největší sociální podpora sportovců. Svým svěřencům poskytují informační, emoční a osobní podporu (Chrétien, 2023). Pokud se jedná o mladistvé, tak kombinace vztahu s trenérem a s rodiči určuje celkové pozitivní anebo negativní ladění daného sportovce (Adie & Jowett, 2010). Bylo vědecky dokázáno Haggerem a kol. (2012), že sportovní prostředí, které trenér zaměřuje na dosahování společně stanovených cílů a úkolů, podporuje právě vnitřní motivaci, která je velmi potřebná. Dále se vliv trenérského prostředí podepisuje i do dalších částí osobnostního profilu sportovců, a to například v sebeúctě, vnímání vlastních schopností a morálních postojů (Ragogna, 2017). Jako poslední

je vhodné zmínit působení trenérského prostředí na mentální rozpoložení, zejména odolnost jedince.

Generace Z se více ptá a potřebuje větší podporu

Pokud se zaměříme na mezigenerační rozdíly, tak jakýkoliv trenér by měl brát v úvahu, že mladší generace, zejména pak generace Z, má odlišné potřeby v oblasti vzdělávání a ve srovnání s předchozími generacemi vyžaduje inovativní přístup k učení (Gould, Nalepa & Mignano, 2020). Otázku zkoumala například studie od Parkera a kol. (2012), která měla za cíl prozkoumat preference trenérských stylů mezi mladými fotbalisty patřícími do tzv. generace Z.



Generace Z je charakterizována jako nejmladší generace, která vyrostla v zcela odlišných podmínkách. Charakterizuje ji zejména technologická zdatnost a otevřenost v různých sociálních otázkách (Dolot, 2018). Současní mladí z generace Z považují za ideálního trenéra někoho, kdo vykazuje klidné chování, projevuje starostlivost a povzbuzuje pozitivním způsobem. Dále by měl disponovat hlubokými znalostmi o dané sportovní disciplíně a aktivně zapojovat tým do rozhodovacích procesů (Parker et al., 2012). Nevhodné motivující faktory, jako je přílišná kontrola během tréninku a vnější motivace, ovlivňují míru zapojení sportovce a jeho záměr pokračovat v něm (O'Neil & Hodge, 2020). Trenér nese odpovědnost srovnatelnou s rodičem nebo učitelem. Zohlednění preferencí mladých sportovců může trenérovi významně pomoci při podpoře rozvoje jejich dovedností, podpoře pozitivního vývoje a udržení mládeže ve sportu (Carson & Gould, 2010).



Jak to vypadá v praxi

Teoretická východiska dokládají i rozhovory s osobnostmi českého vrcholového sportu. V průběhu byly probírány zejména oblasti motivačních strategií, trenérského vlivu, mezigeneračních rozdílů a přípravy vrcholových sportovců v minulosti a dnes.

„Snažím se hledat motivační styl přímo na míru každému sportovci, jelikož jeden třeba rád na trénincích soutěží, a to mu pomáhá se rapidně zlepšovat, zatímco druhého to spíše odrazuje a frustruje. Tím nejlepším trenérem jsem pro sebe JÁ SÁM.“ - (Štěpán Janáček, šéftrenér atletiky ASC Dukla).

„Moje filozofie trenérství je, aby se hlavně hráčky zapojovaly do rozhodovacího procesu - tzn., aby měly možnost ovlivňovat celý proces. Chválit se snažím hlavně za posun a za rozvoj.“ - (Vít Chalupa, trenér reprezentace žen v rugby).

“Za mě by se měli jednoznačně trenéři zlepšit především v komunikaci. Tím myslím sdělování zpětné vazby, vyhodnocování, verbální pozitivní (podtrhuji) motivování atd. Trenér mi pomáhal posouvat limity a udržovat v psychické pohodě, protože z vlastní zkušenosti opravdu vím, že hlava dokáže zkorigovat všechno - a to i fyzickou

nepohodu.” - (Miroslava Topinková Knapková, olympijská vítězka ve skifu na LOH 2012).

Pozitivní motivace a individuální přístup

Trenéři jsou opravdu hlavní hnací silou všech sportovců. V jejich vztahu je nanejvýš podstatná jejich empatie a otevřená komunikace. Na to se váže i druh motivace, který zvolí. Z výzkumů i rozhovorů je patrné, že právě ta pozitivní je sportovci více žádána a pomáhá tréninkovému procesu. Většina osobností z praxe si nestěžuje na mezigenerační rozdíly, ale spíše vyzdvihují schopnost empatie trenéra, který se i přes rozdílné charakterové vlastnosti a potřeby svých svěřenců dokáže přizpůsobit a hledat cestu, jak nastavit trénink na míru bez ohledu na to, jak on sám dříve trénoval a na co byl zvyklý. Základem dobré výchovy je bezpodmínečné přijetí, kdy si vážím sportovce, i když zrovna nemá nejlepší výsledky. Tímto také učíme sportovce zaměřit se na svůj vlastní výkon a postupný pokrok, oproti řešení výsledků a snaze vyhnout se chybě. Zjištění zahraničních sportovních psychologů poukazují na dosahování lepších výkonů v klidném a pozitivně motivujícím prostředí než pod svazujícím tlakem.

Autoři: PhDr. Gabriela Kloudová,

PhDr. Barbora Matějčková

- členky Asociace psychologů sportu ČR

Ilustrační foto: Ivana Roháčková

Projekt ČUS Sportuj s námi objektivem fotoaparátu

S teplejším jarním počasím přibývá v kalendáři projektu ČUS Sportuj s námi stále více kolonek označujících venkovní sportovní aktivity pro veřejnost. V dubnu se uskutečnilo šestatřicet akcí a některé z nich dokumentovali pořadatelé zajímavými fotografiemi.



Velká cena města Touškova přivedla na tratě do Touškovské rokle 320 bikerů.



ČESKÁ UNIE SPORTU



SPORTUJ S NAMI



Čtyřetapové mezinárodní závody v orientačním běhu Grand Prix Šilesia prověřily v členitém terénu břidlicových lomů v okolí Bohdanovic tři stovky akterů.



Novoveský přespolák pod hradem Buchlov v Ostrožské Nové Vsi představuje unikátní prověrku z atletických, silových i vodáckých dovedností.

Jubilejní, třicátý ročník Běhu Lipovou alejí v Nymburce přivítal na startu tradičně účastníky všech věkových i výkonnostních kategorií.



Při 44. ročníku Turnaje šachových nadějí ve Frýdku-Místku změřilo síly celkem 223 mladých hráčů.

Květnový kalendář ČUS

Sportuj s námi: 71 akcí



Měsíc květen už jaksepatří rozšířil nabídku v kalendáři projektu ČUS Sportuj s námi. Sportující veřejnost v něm má na výběr ze 71 akcí, mezi nimiž převažují běhy, turistické pochody, cyklistické soutěže a vodácké závody.

Vybrané akce - květen 2025:

8. 5.	Petit Prix	orientační běh	Jablonec nad Nisou
8. 5.	Běh Černou Horou	atletika	Černá Hora
8. 5.	Den Labe	dračí loď	Ústí nad Labem
10. 5.	Noční koloběžkování	koloběžky	Hradec Králové
10. 5.	Babička	turistika	Velké Svatoňovice
14. 5.	Memoriál A. Rebce v trojboji	atletika	Mělník
17. 5.	Bav se golfem	golf	Spálené Poříčí
17. 5.	Běh Lapákem	atletika	Kladno
24. 5.	Závišický pedál	cyklistika	Závišice
24. 5.	Véjezd a věšlap	turistika + cyklo	Senice na Hané
24. 5.	Triatlon Konopiště	triatlon	Benešov
24. 5.	Vodácký maraton na Berounce	kanoistika	Dolany
24. 5.	Putování Moravským Slováckem	turistika	Vřesovice
24. 5.	Víkend plný sportu s Mamutem	různé sporty	Přerov
31. 5.	Příbramský půlmaraton	atletika	Příbram
31. 5.	Hradecké sportovní hry	různé sporty	Hradec Králové

Pozvánka na TOP akce

ZÁVOD HORSKÝCH KOL OKOLO VODNÍHO HRADU ŠVIHOV - Švihov, 11. května: Závody horských kol okolo vodního hradu Švihov jsou určeny pro všechny kategorie cyklistů počínaje odraždedy, dětskými koly a konče veterány. Každá věková skupina má svůj závod, který je přibližně dlouhý. Okruh dlouhý necelé 3km jedou ti nejlepší 6x, nejmladší 1x, pak se zkrátí mladším kategoriím na 1km a pro ty nejmladší měří trat' 200m. Den předem je trat' volná na tréninky a večer je společenský program s kapelami.

VESELSKÉ INLINE ZÁVODY - Veselí nad Moravou, 23.-25. května: Akce se uskuteční na inline dráze ve Veselí nad Moravou. Součástí programu bude i prostor pro zapojení široké veřejnosti, neboť v sobotu 24. 5. proběhnou fitness závody určené pro všechny hobby bruslaře, oblíbený závod dětí na odraždlech a také si budou moci porovnat síly celé rodiny ve štafetách. Netradičním kláním bude závod kojenců, pro něž bude připravena trat' o délce cca 5 metrů, kterou budou muset překonat vlastními silami.

Více informací: www.cus-sportujsnami.cz

Webinář Českého Antidopingu přilákal přes 200 sportovců i fanoušků sportu

Dopingové kauzy hýbou sportovním světem. Co z nich ale můžeme všichni reálně pochopit a jaká ponaučení si z nich odnést? Přesně o tom byl dubnový veřejný webinář.

Webinář, který měl velký ohlas

Antidopingový výbor ČR uspořádal 10. dubna 2025 veřejný online webinář zaměřený na aktuální dopingové kauzy. O webinář byl velký zájem - přihlásilo se přes 200 účastníků a více než 110 se aktivně zapojilo.

Cílem bylo nejen analyzovat známé dopingové případy, ale hlavně upozornit na konkrétní chyby, kterých se sportovci nejčastěji dopouští. Velká část webináře tak patřila praktickým doporučením, jak podobným situacím předcházet.

Jaké kauzy jsme probírali a jaké otázky byly nejvíce řešené?

1) Simona Halep - Roxadustat

Proč dostala původně čtyřletý trest a jak bylo možné, že jí byl nakonec snížen na devět měsíců?

2) Jannik Sinner - Klostebol a jeden z nejsledovanějších případů posledních let

Jak se dostal anabolický steroid do těla mladého tenisty a jak antidopingová pravidla přistupují k látkám tohoto typu?



3) Iga Świątek - Trimetazidin a minimální trest

Jak antidopingová pravidla umožňují individuální posouzení každého případu a kdy je trest opravdu jen symbolický?

4) Nikola Bartůňková - Trimetazidin

Mladá česká tenisová naděje pozitivně testovaná na trimetazidin. Jaký bude další vývoj případu a co to znamená pro její kariéru?

Doplňky stravy jako největší riziko sportovců

Právě doplňky stravy byly v průběhu webináře velkým tématem. Podle statistik ADV ČR jsou v České republice i ve světě hlavní příčinou neúmyslného porušení antidopingových pravidel.

Proto lektori webináře - Jan Exner a Jan Petružela - věnovali praktickým radám velkou pozornost. Upozornili například na:

- potřebu ověřovat si složení doplňků stravy,
- rizika necertifikovaných produktů z internetu,
- možnosti kontroly konkrétních léků přes aplikaci Čistý sport,
- odpovědnost sportovce za vše, co se dostane do jeho těla.

Praktické rady pro sportovní praxi

Webinář jasně ukázal, že antidoping není jen téma pro „profíky“ nebo pro „ty, co něco provedli“. Týká se každého sportovce. A mnohdy stačí malá nepozornost nebo důvě-



řivost k neproověřeným produktům a problém je na světě.

Proto platí základní pravidla pro sportovce:

- Vždy ověřuj, co užíváš.
- Kupuj doplňky z ověřených zdrojů a nejlépe z evropského trhu.
- Ptej se lékaře nebo ADV ČR, pokud si nejsi jistý.

Nestihli jste webinář? Nevadí!

Celý webinář jsme pro vás nahráli a můžete si ho kdykoliv pustit na našem YouTube kanále @antidopingovyvyborcr6874

Děkujeme všem, kdo se webináře zúčastnili a podporují myšlenku čistého sportu!

Zdroj: ADV ČR

Ilustrační foto: Ivana Roháčková

Sportovci také tentokrát pomáhali uklízet Česko

Hlavní termín letošního ročníku Uklidme Česko připadl na sobotu 29. března. Také letos se zapojili do velké jarní úklidové akce dobrovolníci, kteří uklízeli parky, ulice, koryta vodních toků nebo lesy. Podle organizátorů se jich na tom podílelo téměř osmdesát tisíc. Tuto aktivitu podporuje dlouhodobě také Česká unie sportu.



Úklidy probíhaly na čtyřech tisících nahlášených lokalitách a podařilo se při nich z přírody odstranit přes tisíc tun odpadů. Mezi neaktivnější „sběratele“ patříli už tradičně právě členové sportovních klubů a tělovýchovných jednot České unie sportu.

Do úklidové akce se zapojili například mladí členové fotbalového klubu SK Slavia Praha, kteří vyčistili od odpadků a nepořádku areál v Edeňu. Sportovci z Dynama Horšovský Týn si vzali na starost cestu ke koupališti v Podhájí, ve Vítkovicích zase prokouky atletické sekce vrhačů a sportovní klub Outdoor team Teplice provedl úklid lesa Bouben. Z mnoha dalších aktivních klubů a tělovýchovných jednot lze namátkou jmenovat aktivní přístup SK Řeznovice, SK Žeravice, SK Kojetín nebo SK Polerady.

Zdroj: Uklidme Česko

Devadesátiny legendárního ragbisty Eduarda Krütznera

Dne 16. dubna oslavil devadesátiny Eduard Krütznér, přezdívaný Medák, legendární český ragbista, kapitán a trenér české ragbyové reprezentace, později také dlouholetý činovník.

Zpočátku se sice věnoval basketbalu, ale od roku se nadchl pro ragby, v němž oblékal dres Pragy Praha a v letech 1956-1972 také národního týmu. Jako první československý ragbista hrát po dobu dvou let i ve Francii. Po ukončení aktivní dráhy trénoval v mateřském klubu Praga - jako hráč i trenér s ním získal jedenáct mistrovských titulů a byl i trenérem reprezentace.

V roce 1990 se stal generálním sekretářem České ragbyové unie a v letech 2003-2007 byl také jejím prezidentem. V roce 2002 byl zvolen do Exekutivy Evropské federace ragby, kde funkci zastával do roku 2009. V dubnu 2017 byl uveden jako první člen do Síně slávy českého ragby.



Svému sportu je věrný i dnes. Již několik let působí jako komentátor dění kolem ragby v pravidelné rubrice magazínu „Medák podotýká“, který publikuje web Ceskeragby.cz.

Autor a foto: Petr Skála

deník.cz

fandí
sportu...

**informace,
které jsou vám
nejblíže**