

Ing. Rudolf Kraina

Sport a studium dětí a mládeže jako klíčový faktor udržitelného rozvoje sportovní kariéry

Sport and Education of Children and Youth as a Key Factor of Sustainable Athletic Career Development

ZÁVĚREČNÁ PRÁCE

LIBEREC 2026

Vedoucí závěrečné práce: Bc. Ing. Tomáš Kejdana, Dr.Ph., DBA, MBA

Poděkování

Rád bych poděkoval vedoucímu této závěrečné práce Ing. Tomáši Kejdanovi za odborné vedení, cenné připomínky, podněty a čas věnovaný konzultacím během zpracování práce. Velmi si vážím jeho ochoty sdílet zkušenosti z oblasti sportovního managementu a práce s dětmi a mládeží, které významně přispěly k rozšíření pohledu na zkoumanou problematiku.

Dále děkuji všem respondentům, kteří byli ochotni podělit se o své zkušenosti a názory na problematiku kombinace sportu a studia. Jejich otevřenost a ochota sdílet praktické poznatky byly důležitým zdrojem informací pro výzkumnou část práce.

Poděkování patří také trenérům, pedagogům, rodičům a sportovcům, kteří se každodenně podílejí na rozvoji dětí a mládeže a svou prací potvrzují význam vyváženého propojení sportu a vzdělávání.

V neposlední řadě děkuji své rodině za podporu, trpělivost a pochopení během celého studia MBA i při zpracování této závěrečné práce.

Prohlášení

Veškeré použité prameny a literaturu jsem řádně citoval a uvedl v seznamu použité literatury. Prohlašuji, že jsem závěrečnou práci vypracoval samostatně a všechny použité zdroje jsou uvedeny v seznamu použité literatury.

Souhlasím s tím, aby byla tato práce zpřístupněna ke studijním účelům.

V Liberci dne .....

.....

Anotace

Závěrečná práce se zabývá problematikou vztahu sportu a studia dětí a mládeže ve věku 6–19 let. Zaměřuje se na vyvážení sportovní přípravy a vzdělávání v jednotlivých vývojových obdobích a na rizika, která vznikají v případě jednostranného upřednostňování sportovního výkonu na úkor školního vzdělávání. Práce vychází z praktických zkušeností autora se sportovním prostředím a ze spolupráce se školami, sportovními kluby a rodinami mladých sportovců.

Cílem práce je analyzovat přístup ke kombinaci sportu a studia u vybraných sportů v České republice a porovnat jej se zahraničními modely ve Španělsku, Rakousku a Spojených státech amerických. Na základě tohoto srovnání práce identifikuje klíčové faktory, které ovlivňují úspěšné sladění sportovní kariéry a vzdělávání v různých věkových kategoriích, a poukazuje na kritická období, v nichž dochází k největšímu nárůstu rizik spojených s přetížením mladých sportovců.

Přínosem práce je formulace prakticky využitelných doporučení pro sportovní kluby, školy, rodiče a veřejné instituce, která směřují k vytvoření dlouhodobě udržitelného modelu rozvoje sportujících dětí a mládeže. Práce zdůrazňuje význam systémové spolupráce mezi školou, sportovním klubem a rodinou a přispívá k odborné diskusi o tom, jak podporovat sportovní výkonnost mladých sportovců bez negativních dopadů na jejich vzdělávací dráhu a budoucí profesní uplatnění.

Abstract

This final thesis addresses the relationship between sport and education of children and youth aged 6–19 years. It focuses on balancing sports training and formal education across different developmental stages and on the risks that arise when athletic performance is prioritized at the expense of schooling. The thesis is based on the author's practical experience within the sports environment and on cooperation with schools, sports clubs, and families of young athletes.

The aim of the thesis is to analyse approaches to combining sport and education in selected sports in the Czech Republic and to compare them with foreign models in Spain, Austria, and the United States of America. Based on this comparison, the thesis identifies key factors influencing the successful integration of sporting careers and education across age categories and highlights critical periods in which the risks associated with excessive physical and psychological load increase significantly.

The contribution of the thesis lies in the formulation of practically applicable recommendations for sports clubs, schools, parents, and public institutions, aimed at creating a long-term sustainable model for the development of young athletes. The thesis emphasises the importance of systematic cooperation between schools, sports clubs, and families and contributes to the professional discussion on how to support sporting performance without negative impacts on educational pathways and future professional opportunities.

Klíčová slova

sport dětí a mládeže, sport a studium, duální kariéra sportovce, vzdělávání sportovců, sportovní kluby, role trenéra, sportovní talent, sportovní kariéra, sportující mládež, sportovní management

Keywords

youth sport, sport and education, dual career of athletes, athlete education, sports clubs, coach's role, sports talent development, athletic career, student-athletes, sports management

Obsah

ÚVOD **9**

1. TEORETICKO-KONTEXTOVÁ ČÁST **10**

1.1 Sport dětí a mládeže v České republice 10
1.2 Role rodiny v rozvoji sportujícího dítěte 11
1.3 Role školy ve vztahu ke sportovním aktivitám dětí a mládeže 11
1.4 Role sportovního klubu 12

2. ANALYTICKÁ ČÁST – SPORT A STUDIUM V ČESKÉ REPUBLICE **13**

2.1 Fotbal jako dominantní sport dětí a mládeže v České republice 13
2.2 Lední hokej jako specifický sport z pohledu sportu a studia 15
2.3 Basketbal jako sport z pohledu kombinace sportu a studia 17
2.4 Atletika jako individuální sport z pohledu sportu a studia 19

3. VÝZKUMNÁ / KOMPARATIVNÍ ČÁST – SPORT A STUDIUM V ZAHRANIČÍ **22**

3.1 Španělsko – propojení sportovních akademií a vzdělávání 22
3.2 Rakousko – systémová podpora duální kariéry 22
3.3 Spojené státy americké – integrace sportu do vzdělávacího systému 23
3.4 Shrnutí kapitoly 3 24

4. PRAKTICKÁ / VÝZKUMNÁ ČÁST **25**

4.1 Cíl praktické části a výzkumné otázky 25
4.2 Metodologie praktické části 25
4.3 Výzkumný vzorek 26
4.4 Výsledky polostrukturovaných rozhovorů 27
4.5 Výsledky rozhovorů 27
4.6 Souhrn hlavních zjištění z realizovaných rozhovorů 34
4.7 Shrnutí hlavních zjištění praktické části 35

5. STUDIUM A SPORT – SYNTÉZA A POROVNÁNÍ **37**

5.1 Studium a sport ve věku 6–10 let 37
5.2 Studium a sport ve věku 10–15 let 38
5.3 Studium a sport ve věku 15–19 let 38
5.4 Klíčové faktory ovlivňující kombinaci sportu a studia 39
5.5 Význam role trenéra v jednotlivých věkových kategoriích 42
5.6 Shrnutí kapitoly 5 44

6. DOPORUČENÍ NA ZMĚNY **45**

6.1 Doporučení pro vzdělávací instituce 45

6.2 Doporučení pro sportovní kluby a trenéry ... 46
6.3 Doporučení pro rodiny sportujících dětí ... 46
6.4 Doporučení pro veřejné instituce a systémová opatření ... 47
6.5 Shrnutí doporučení ... 47

ZÁVĚR ... 49

LITERATURA A ZDROJE ... 52

Úvod

Propojení sportovní přípravy a školního vzdělávání představuje u dětí a mládeže téma, které nabývá na významu s rostoucími nároky obou oblastí. Zatímco sport podporuje rozvoj disciplíny, výkonnosti a osobnostních předpokladů, vzdělání zůstává základním předpokladem dlouhodobého profesního i osobního uplatnění. Hledání rovnováhy mezi těmito dvěma oblastmi je proto zásadní nejen pro samotné sportovce, ale i pro jejich rodiny, školy a sportovní organizace.

V českém prostředí dosud neexistuje jednotně nastavený systém, který by mladým sportovcům umožňoval dlouhodobě a udržitelně zvládat sportovní zátěž současně se studijními povinnostmi. V praxi tak často rozhoduje individuální přístup konkrétní školy, trenéra nebo rodiny, což vede k nerovným podmínkám i zvýšenému riziku přetížení zejména v období dospívání. Právě na tato problematická místa se práce soustředí.

Text je rozdělen do několika navazujících částí. Nejprve vymezuje základní souvislosti tématu v českém prostředí, následně porovnává situaci ve vybraných sportech a zahraničních modelech a v praktické části doplňuje teoretická zjištění o zkušenosti z praxe. Na tomto základě jsou v závěru formulována doporučení směřující ke zlepšení přístupu ke kombinaci sportu a studia dětí a mládeže.

1. Teoreticko-kontextová část

1.1 Sport dětí a mládeže v České republice

Sport dětí a mládeže má v České republice dlouhou tradici, která je historicky spojena zejména se spolkovou činností, školní tělesnou výchovou a organizovaným sportem v klubech. V minulosti byl pohyb přirozenou součástí každodenního života dětí, ať už prostřednictvím volné hry, školních aktivit nebo zájmových kroužků. Sport plnil nejen zdravotní funkci, ale také významnou roli v oblasti výchovy, socializace a formování hodnot.

V posledních desetiletích však dochází k výrazným změnám v životním stylu dětí a mládeže. Digitalizace, sedavý způsob života a rostoucí studijní i volnočasová zátěž vedou k postupnému úbytku spontánního pohybu. Sportovní aktivita se tak stále častěji přesouvá výhradně do organizovaného prostředí sportovních klubů. Tento posun zvyšuje nároky na kvalitu sportovní přípravy, odbornost trenérů i celkové systémové nastavení práce s mládeží.

Zároveň lze v českém prostředí sledovat trend časné specializace v některých sportech, zejména v kolektivních a výkonnostně orientovaných odvětvích. Tlak na výkon, výsledky a selekci se objevuje již v mladém věku, často bez ohledu na individuální tempo vývoje dítěte. Tento přístup může krátkodobě přinášet sportovní úspěchy, avšak z dlouhodobého hlediska zvyšuje riziko přetížení, zranění, psychického vyčerpání a předčasného ukončení sportovní kariéry.

Z pohledu kombinace sportu a studia představuje český systém prostředí, v němž stále chybí jednotná a funkční koncepce. Přestože existují sportovní třídy, sportovní gymnázia či individuální studijní plány, jejich dostupnost a kvalita se výrazně liší v závislosti na regionu, sportu i konkrétní škole. Výsledkem je nerovnoměrné postavení mladých sportovců a vysoká míra závislosti na individuálním přístupu rodiny, trenéra nebo vedení školy.

Současný systém sportu dětí a mládeže nelze posuzovat pouze z pohledu sportovního výkonu. Významnou roli hraje také schopnost propojit sportovní přípravu se vzděláváním a vytvořit podmínky pro dlouhodobý rozvoj dítěte. Právě vztah mezi sportem, školou, rodinou a sportovním klubem představuje jedno z klíčových témat současné práce s mládeží.

1.2 Role rodiny v rozvoji sportujícího dítěte

Rodina představuje základní a nenahraditelný pilíř v rozvoji dítěte, a to jak v oblasti vzdělávání, tak ve vztahu ke sportu. Právě rodiče vytvářejí první hodnotový rámec, ve kterém dítě vnímá pohyb, výkon, úspěch i neúspěch. Jejich přístup zásadně ovlivňuje motivaci dítěte ke sportovní činnosti a jeho vztah ke vzdělávání.

Pozitivní role rodiny spočívá především v podpoře, stabilitě a vytváření podmínek pro harmonický rozvoj dítěte. Rodiče by měli fungovat jako průvodci a facilitátoři, nikoli jako hlavní hybatelé sportovní kariéry. V praxi však často dochází k opačnému extrému, kdy rodiče přebírají roli trenérů, manažerů či rozhodovatelů o budoucnosti dítěte, aniž by disponovali potřebnou odborností.

Takový přístup může vést k nadměrnému tlaku na výkon, k nerealistickým očekáváním a k potlačení vzdělávacích potřeb dítěte. V kontextu sportu a studia se tento problém projevuje zejména v období dospívání, kdy rodiče upřednostňují sportovní přípravu na úkor školních povinností s vidinou budoucí profesionální kariéry.

Optimální role rodiny spočívá ve vytváření bezpečného zázemí, otevřené komunikace se školou a sportovním klubem a v respektování doporučení odborníků. Rodina by měla podporovat vyvážený přístup, který zohledňuje nejen aktuální sportovní výkonnost, ale také dlouhodobý osobní a profesní rozvoj dítěte.

V současném sportovním prostředí rodiče často zastávají roli neformálních koordinátorů sportovní a vzdělávací dráhy dítěte. Vedle finanční a psychické podpory zajišťují dopravu, organizaci času a komunikaci mezi školou a sportovním klubem. Tato role bývá v praxi velmi náročná a významně ovlivňuje možnosti dítěte věnovat se sportu na vyšší úrovni.

1.3 Role školy ve vztahu ke sportovním aktivitám dětí a mládeže

Škola je klíčovou institucí v procesu vzdělávání a zároveň významným partnerem v kombinaci sportu a studia. Její role však není omezena pouze na poskytování formálního vzdělání, ale zahrnuje také podporu zdravého životního stylu, pohybových návyků a osobnostního rozvoje žáků.

V českém vzdělávacím systému existují nástroje, které umožňují sladění školní docházky se sportovní přípravou, jako jsou individuální vzdělávací plány, sportovní třídy či

úpravy rozvrhu. Jejich využívání je však často závislé na ochotě vedení školy a individuálním přístupu pedagogů. Neexistuje jednotný standard, který by garantoval rovné podmínky pro všechny sportující děti.

Z pohledu školy představuje sportující žák specifickou skupinu, která vyžaduje flexibilní a partnerský přístup. Nedostatečná komunikace mezi školou a sportovním klubem může vést k přetížení žáka, zhoršení studijních výsledků nebo k rezignaci na jednu z těchto oblastí. Naopak dobře nastavená spolupráce umožňuje efektivní plánování, realistické nastavování požadavků a prevenci konfliktů mezi školními a sportovními povinnostmi.

Škola by měla hrát aktivní roli při ochraně vzdělávacích zájmů dítěte a současně respektovat jeho sportovní ambice. Důležitá je zejména schopnost pedagogů vnímat sport nejen jako překážku výuky, ale jako potenciální nástroj rozvoje klíčových kompetencí, jako jsou vytrvalost, odpovědnost a schopnost práce s cíli.

Schopnost školy komunikovat se sportovním klubem a rodinou se ukazuje jako jeden z rozhodujících faktorů úspěšné kombinace sportu a studia. Nejde pouze o administrativní nastavení individuálních plánů, ale o vytváření partnerského prostředí, ve kterém jsou potřeby sportujícího žáka vnímány komplexně.

1.4 Role sportovního klubu

Sportovní klub je prostředím, ve kterém dochází k systematické sportovní přípravě a formování sportovní identity dítěte. Klub má zásadní odpovědnost nejen za sportovní rozvoj, ale také za ochranu zdraví, psychické pohody a dlouhodobé perspektivy mladého sportovce.

V praxi se role sportovního klubu často soustředí primárně na výkon, soutěž a výsledky. Tento přístup může být krátkodobě efektivní, avšak v kombinaci s nedostatečným ohledem na studium a regeneraci představuje významné riziko. Klub by měl aktivně spolupracovat se školou a rodinou a vytvářet tak podmínky pro vyvážený rozvoj sportovce.

Význam trenéra přesahuje rámec samotné sportovní přípravy. Trenér představuje jednu z nejvýznamnějších autorit v životě mladého sportovce a jeho přístup může zásadním způsobem ovlivnit vztah dítěte ke vzdělávání, odpovědnosti i budoucímu profesnímu směřování. Moderní sportovní klub by proto měl vnímat trenéra nejen jako odborníka na výkon, ale také jako mentora a partnera školy i rodiny.

2. ANALYTICKÁ ČÁST – SPORT A STUDIUM V ČESKÉ REPUBLICE

2.1 Fotbal jako dominantní sport dětí a mládeže v České republice

Fotbal patří dlouhodobě k nejrozšířenějším a nejpopulárnějším sportům dětí a mládeže v České republice. Díky široké síti klubů, dostupnosti sportovišť a relativně nízkým vstupním nákladům představuje často první organizovanou sportovní zkušenost dítěte. Právě tato masovost však zároveň vytváří vysokou konkurenci, tlak na výkonnost a postupnou selekci hráčů již v nízkém věku.

Z pohledu kombinace sportu a studia je fotbal specifický tím, že nároky na časovou dotaci a pravidelnost tréninků výrazně rostou s věkem hráče. Zatímco v mladších kategoriích lze sport relativně snadno sladit se školní docházkou, v období dospívání se fotbal stává časově i psychicky velmi náročnou aktivitou, která zásadně ovlivňuje vzdělávací dráhu mladého sportovce.

2.1.1 Fotbal ve věku 6–10 let

V období mladšího školního věku je fotbal zpravidla vnímán jako volnočasová aktivita, jejímž hlavním cílem je rozvoj pohybových dovedností, koordinace a pozitivního vztahu ke sportu. Tréninková zátěž se obvykle pohybuje v rozmezí dvou až tří tréninkových jednotek týdně, doplněných víkendovým utkáním nebo turnajem.

Z hlediska studia nepředstavuje fotbal v této věkové kategorii výraznou zátěž. Školní povinnosti jsou relativně přehledné a časově zvládnutelné, přičemž dítě má stále dostatek prostoru pro regeneraci, hru i rodinný život. Rizika v této fázi nespočívají ani tak v přetížení, ale spíše v nevhodném přístupu okolí – zejména v nadměrném tlaku na výkon ze strany rodičů nebo trenérů.

Problémem může být již v tomto věku příliš brzká specializace a orientace na výsledky namísto všestranného rozvoje. Pokud je fotbal upřednostňován na úkor školních povinností nebo jiných pohybových aktivit, může to negativně ovlivnit nejen vzdělávání, ale i dlouhodobý sportovní rozvoj dítěte.

Optimální přístup v této věkové kategorii spočívá ve vnímání fotbalu jako doplňku vzdělávání, nikoli jako jeho konkurence. Klíčová je spolupráce mezi rodinou, školou a klubem a důraz na radost z pohybu.

2.1.2 Fotbal ve věku 10–15 let

Období druhého stupně základní školy představuje zásadní zlom ve vztahu mezi sportem a studiem. Zvyšují se nároky na školní přípravu, zároveň však dochází k výraznému nárůstu tréninkové zátěže. V této fázi se fotbal pro mnoho dětí mění z volnočasové aktivity na výkonnostně orientovaný sport.

Tréninkový režim často zahrnuje čtyři až pět tréninkových jednotek týdně, pravidelné zápasy a turnaje, včetně cestování. U talentovanějších hráčů se objevují výběrové týmy, sportovní třídy a regionální akademie, které dále zvyšují časové i psychické nároky.

Z pohledu studia se jedná o velmi citlivé období. Děti musí zvládat rostoucí množství učiva, domácí přípravu a první zásadní vzdělávací rozhodnutí. Nedostatečně koordinovaný režim může vést k chronické únavě, poklesu studijních výsledků a ztrátě motivace ke škole.

V praxi se ukazuje, že klíčovým faktorem úspěšného zvládnutí tohoto období je komunikace mezi školou a sportovním klubem. Individuální vzdělávací plány, úprava rozvrhu nebo tolerance k absencím mohou výrazně pomoci, pokud jsou nastaveny systematicky a s jasnými pravidly. Bez této podpory je riziko konfliktu mezi sportem a studiem velmi vysoké.

2.1.3 Fotbal ve věku 15–19 let

Období středního vzdělávání představuje nejkritičtější fázi z hlediska kombinace sportu a studia. Nároky na sportovní výkon dosahují vrcholu, zejména u hráčů zařazených do mládežnických akademií nebo týmů s ambicí přechodu do dospělého fotbalu. Tréninkový režim může zahrnovat šest až osm jednotek týdně, včetně kondiční přípravy, zápasů a regenerace.

Současně se jedná o klíčové období vzdělávací dráhy, kdy mladý člověk absolvuje střední školu, maturitu a rozhoduje se o dalším studiu či profesním směřování. Časová kolize mezi sportovní přípravou a školními povinnostmi je v této fázi velmi výrazná.

V praxi často dochází k situacím, kdy je vzdělání upozaděno s cílem maximalizovat sportovní výkonnost. Tento přístup je však vysoce rizikový, neboť pouze malé procento hráčů se prosadí na profesionální úrovni. Pro ostatní může nedostatečné vzdělání představovat zásadní handicap po ukončení sportovní kariéry.

Optimální model v této věkové kategorii vyžaduje systémovou podporu ze strany školy i klubu. Sportovní akademie by měly aktivně spolupracovat se středními školami, podporovat duální kariéru a vést hráče k odpovědnému přístupu ke vzdělání. Fotbalový klub by měl nést spoluzodpovědnost za budoucnost hráče, nikoli pouze za jeho aktuální sportovní výkon.

2.1.4 Shrnutí fotbalu z pohledu sportu a studia

Fotbal v České republice nabízí dětem a mládeži široké možnosti sportovního rozvoje, zároveň však klade vysoké nároky na časovou organizaci a psychickou odolnost. Zatímco v mladším věku je kombinace sportu a studia relativně bezproblémová, s přibývajícím věkem dochází k výraznému nárůstu rizik.

Klíčovým faktorem úspěšného zvládnutí sportovní a vzdělávací dráhy je včasné nastavení realistických očekávání, otevřená komunikace mezi rodinou, školou a klubem a existence systémové podpory duální kariéry. Bez těchto prvků se fotbal může stát faktorem, který vzdělávací dráhu mladého sportovce výrazně ohrozí.

2.2 Lední hokej jako specifický sport z pohledu sportu a studia

Lední hokej patří v České republice k tradičním a vysoce prestižním sportům, které mají silné společenské postavení a dlouhodobou úspěšnou historii. Na rozdíl od fotbalu se však jedná o sport s výrazně vyššími materiálními, časovými a organizačními nároky, což se významně promítá i do vztahu mezi sportem a studiem dětí a mládeže.

Specifikem ledního hokeje je především vysoká tréninková intenzita již v nízkém věku, časté cestování na utkání a turnaje a výrazná selekce hráčů. Kombinace sportovní přípravy a školních povinností je proto u hokeje často náročnější než u jiných sportů a klade zvýšené nároky na organizaci času, podporu rodiny i vstřícnost školy.

2.2.1 Lední hokej ve věku 6–10 let

V nejmladších věkových kategoriích je lední hokej zaměřen především na osvojování základních pohybových dovedností na ledě, rozvoj koordinace, rovnováhy a vztahu ke sportu. Tréninky probíhají zpravidla dvakrát až třikrát týdně, často v časných ranních nebo večerních hodinách, což již v tomto věku může představovat zvýšenou zátěž pro dítě i rodinu.

Z pohledu studia nejsou školní nároky v této fázi ještě zásadní překážkou, nicméně specifické časové rozvržení tréninků může negativně ovlivňovat režim dne, únavu dítěte a jeho schopnost soustředění ve škole. Rizikem je zejména nedostatečný prostor pro regeneraci a spontánní pohyb mimo organizovaný sport.

V tomto období je klíčové, aby hokej zůstal doplňkem celkového rozvoje dítěte a nebyl stavěn do role hlavní priority na úkor vzdělávání či jiných aktivit. Významnou roli zde hraje zejména rodina, která musí zajistit vyvážený denní režim.

2.2.2 Lední hokej ve věku 10–15 let

Období druhého stupně základní školy znamená v ledním hokeji výrazný nárůst tréninkové i soutěžní zátěže. Tréninkový proces se zpravidla rozšiřuje na čtyři až pět jednotek týdně, často doplněných suchou přípravou, kondičním tréninkem a víkendovými zápasy.

Současně dochází k výraznější selekci hráčů a tlaku na výkon. Talentovanější jedinci jsou zařazováni do výběrových týmů nebo sportovních tříd, případně přecházejí do větších klubů či regionálních center. To s sebou přináší zvýšené nároky na dojíždění, časovou organizaci a psychickou odolnost.

Z hlediska studia se jedná o velmi náročné období. Nedostatečná komunikace mezi školou a klubem může vést k poklesu studijních výsledků, ztrátě motivace ke vzdělávání a zvýšenému stresu. Individuální vzdělávací plány a flexibilní přístup školy jsou v této fázi klíčové pro udržení rovnováhy mezi sportem a studiem.

2.2.3 Lední hokej ve věku 15–19 let

V období středního vzdělávání se lední hokej stává pro vybrané hráče téměř plnohodnotným profesním závazkem. Tréninkový režim může zahrnovat šest až osm jednotek

týdně, pravidelné zápasy, cestování a systematickou regeneraci. U části hráčů se objevují první smluvní vztahy nebo působení v zahraničních akademiích.

Současně se jedná o klíčové období z hlediska vzdělávání – maturita, rozhodování o dalším studiu nebo profesní dráze. V praxi často dochází k výraznému upozadění školy s cílem maximalizovat sportovní výkonnost a šanci na profesionální uplatnění.

Tento přístup je však vysoce rizikový, neboť pouze malé procento hráčů se prosadí na nejvyšší úrovni. Nedostatečné vzdělání pak může výrazně komplikovat přechod do civilního života po ukončení sportovní kariéry. Optimální model vyžaduje aktivní podporu duální kariéry ze strany klubu i školy.

2.2.4 Shrnutí ledního hokeje z pohledu sportu a studia

Lední hokej představuje sport s mimořádně vysokými nároky na čas, energii i rodinné zázemí. Zatímco v mladším věku lze kombinaci sportu a studia zvládnout relativně bez větších problémů, s rostoucím věkem dochází k výraznému nárůstu rizik spojených s přetížením a zanedbáváním vzdělávání.

Klíčovým faktorem úspěšné kombinace sportu a studia je systematická spolupráce mezi školou, sportovním klubem a rodinou, realistické nastavení očekávání a důsledná podpora duální kariéry. Bez těchto prvků se lední hokej může stát faktorem, který zásadně ohrozí vzdělávací a profesní budoucnost mladého sportovce.

2.3 Basketbal jako sport z pohledu kombinace sportu a studia

Basketbal patří v České republice mezi rozšířené kolektivní sporty, zejména ve školním a mládežnickém prostředí. Je často provozován v rámci školních kroužků, sportovních tříd i klubových struktur, což mu dává specifické postavení z hlediska propojení sportu a vzdělávání. Na rozdíl od fotbalu a ledního hokeje je basketbal výrazně více navázán na školní prostředí, a to jak z hlediska tréninkových prostor, tak z pohledu organizace soutěží.

Z hlediska kombinace sportu a studia představuje basketbal relativně vyvážený model, který však s rostoucí výkonností a věkem hráčů rovněž naráží na limity časové organizace a studijní zátěže. Nároky na tréninkový proces se postupně zvyšují, přičemž v období dospívání se basketbal stává časově srovnatelným s jinými výkonnostními sporty.

2.3.1 Basketbal ve věku 6–10 let

V nejmladších věkových kategoriích je basketbal zaměřen především na rozvoj základních pohybových dovedností, koordinace, práce s míčem a orientace v prostoru. Tréninkový proces bývá zpravidla dvakrát až třikrát týdně a má hravou formu, která podporuje pozitivní vztah dítěte ke sportu.

Z pohledu studia nepředstavuje basketbal v tomto věku významnou zátěž. Školní povinnosti jsou zvládnutelné a sport slouží spíše jako vhodné doplnění vzdělávacího procesu. Rizikem může být spíše nevhodné nastavení očekávání ze strany rodičů či trenérů, pokud je již v tomto věku kladen nepřiměřený důraz na výsledky a soutěžní úspěchy.

Optimální přístup v této fázi spočívá v propojení basketbalu se školním prostředím, v podpoře všestranného rozvoje a v zachování dostatečného prostoru pro regeneraci a další volnočasové aktivity.

2.3.2 Basketbal ve věku 10–15 let

Období druhého stupně základní školy přináší v basketbalu postupný přechod k výkonnostně orientovanému sportu. Zvyšuje se počet tréninkových jednotek, objevují se pravidelné soutěže, turnaje a výběrové týmy. Tréninková zátěž se obvykle pohybuje mezi čtyřmi až pěti jednotkami týdně.

Z hlediska studia se jedná o citlivé období, kdy se zvyšují nároky na školní přípravu a dochází k prvním rozhodnutím o dalším vzdělávacím směřování. Pokud není sportovní a školní režim dobře koordinován, může dojít k přetížení dítěte, poklesu studijních výsledků a ztrátě motivace ke škole.

Pozitivním aspektem basketbalu je jeho časté propojení se školními sportovními programy a sportovními třídami, které mohou významně usnadnit kombinaci sportu a studia. Klíčová je však komunikace mezi školou, klubem a rodinou a realistické nastavení tréninkových i studijních požadavků.

2.3.3 Basketbal ve věku 15–19 let

V období středního vzdělávání se basketbal pro talentované hráče stává výrazně časově náročnou aktivitou. Tréninkový proces zahrnuje pravidelné týmové tréninky, kondiční přípravu, zápasy a cestování, přičemž nároky se blíží jiným výkonnostním sportům.

Současně se jedná o klíčové období z hlediska vzdělávání, kdy hráči absolvují střední školu, maturitu a rozhodují se o dalším studiu nebo profesní kariéře. U části hráčů se objevuje možnost studia v zahraničí, zejména ve Spojených státech amerických, kde je basketbal výrazně propojen se vzdělávacím systémem.

V českém prostředí však stále chybí systematická podpora duální kariéry v basketbalu. Úspěšná kombinace sportu a studia je často závislá na individuálním přístupu školy a osobní disciplíně hráče. Bez dostatečné podpory může dojít k upozadění vzdělání, což představuje riziko pro budoucí uplatnění mimo sport.

2.3.4 Shrnutí basketbalu z pohledu sportu a studia

Basketbal nabízí relativně příznivé podmínky pro kombinaci sportu a studia, zejména díky svému napojení na školní prostředí. V mladším věku je tato kombinace bezproblémová, s rostoucím věkem a výkonností však narůstají nároky na časovou organizaci a psychickou odolnost.

Klíčovým faktorem úspěchu je systematická spolupráce mezi školou, sportovním klubem a rodinou, podpora duální kariéry a realistické nastavení očekávání. Basketbal může být příkladem sportu, kde je možné dlouhodobě rozvíjet sportovní potenciál bez zásadního ohrožení vzdělávací dráhy, pokud jsou tyto podmínky naplněny.

2.4 Atletika jako individuální sport z pohledu sportu a studia

Atletika představuje základní sportovní odvětví, které je často označováno jako fundament většiny dalších sportů. V českém prostředí má atletika silné postavení zejména v mládežnickém sportu, a to díky své všestrannosti, dostupnosti a přímé vazbě na školní tělesnou výchovu. Z pohledu kombinace sportu a studia se jedná o sport, který je ve srovnání s kolektivními odvětvími obecně flexibilnější, avšak i zde se s rostoucí výkonností objevují významná rizika přetížení a konfliktu se školními povinnostmi.

Specifikem atletiky je její individuální charakter, který klade vysoké nároky na sebedisciplinu sportovce a jeho schopnost samostatně řídit tréninkový a studijní režim. Zároveň je atletika sportem, kde je možné relativně dlouho oddalovat specializaci, což z ní činí vhodný základ pro harmonický rozvoj dítěte v mladším věku.

2.4.1 Atletika ve věku 6–10 let

V nejmladších věkových kategoriích je atletika zaměřena především na všestranný pohybový rozvoj, rozvoj základních lokomočních dovedností, koordinace a vztahu k pohybu. Tréninkový proces má zpravidla hravou formu a často se prolíná se školní tělesnou výchovou nebo pohybovými kroužky.

Z hlediska studia nepředstavuje atletika v tomto věku významnou zátěž. Tréninková frekvence se obvykle pohybuje mezi dvěma až třemi jednotkami týdně a dítě má dostatek prostoru pro školní povinnosti, regeneraci i další volnočasové aktivity. Rizika v této fázi souvisejí spíše s nevhodným tlakem na výkon nebo s příliš časnou orientací na soutěžní výsledky.

Optimální přístup spočívá v důrazu na radost z pohybu, rozvoj základních dovedností a propojení atletiky s celkovým pohybovým rozvojem dítěte bez negativního dopadu na vzdělávání.

2.4.2 Atletika ve věku 10–15 let

Období druhého stupně základní školy představuje v atletice postupný přechod k cílenější sportovní přípravě. Zvyšuje se tréninková frekvence, objevují se specializovanější disciplíny a pravidelná účast na soutěžích. Tréninkový proces se zpravidla rozšiřuje na čtyři až pět jednotek týdně.

Z pohledu studia se jedná o citlivé období, kdy se zvyšují nároky na školní přípravu a dochází k prvním významnějším rozhodnutím o další vzdělávací dráze. Atletika je v této fázi relativně dobře slučitelná se studiem, pokud je tréninkový režim rozumně nastaven a respektuje individuální potřeby sportovce.

Rizikem může být nadměrná specializace na jednu disciplínu, přetížení pohybového aparátu a nedostatečná regenerace, což může mít negativní dopad nejen na sportovní

výkonnost, ale i na schopnost zvládat školní povinnosti. Klíčová je role trenéra, který by měl podporovat dlouhodobý rozvoj sportovce a respektovat jeho studijní závazky.

2.4.3 Atletika ve věku 15–19 let

V období středního vzdělávání se atletika pro výkonnostně orientované jedince stává výrazně náročnější. Tréninkový proces je více individualizovaný, zahrnuje specializovanou přípravu, kondiční trénink, soutěže a systematickou regeneraci. U talentovaných sportovců se objevuje účast na republikových či mezinárodních soutěžích a případně i zařazení do sportovních center.

Současně se jedná o klíčové období z hlediska vzdělávání, kdy sportovci absolvují střední školu, maturitu a rozhodují se o dalším studiu nebo profesní kariéře. Atletika v tomto věku vyžaduje vysokou míru osobní zodpovědnosti, schopnost plánování a efektivní organizaci času.

V českém prostředí je kombinace atletiky a studia často závislá na individuálním přístupu školy a trenéra. Neexistuje jednotný systém podpory duální kariéry, což může vést k nerovným podmínkám mezi sportovci. Pokud však je spolupráce mezi školou, klubem a rodinou funkční, lze atletiku úspěšně kombinovat se vzděláváním i na vyšší výkonnostní úrovni.

2.4.4 Shrnutí atletiky z pohledu sportu a studia

Atletika představuje sport, který nabízí relativně příznivé podmínky pro kombinaci sportu a studia, zejména v mladším věku a v období základní školy. Její individuální charakter umožňuje flexibilnější plánování tréninkového procesu a lepší přizpůsobení studijním povinnostem.

S rostoucím věkem a výkonností však i v atletice narůstají nároky na časovou organizaci, regeneraci a psychickou odolnost. Klíčovým faktorem úspěchu je kvalitní práce trenéra, realistické nastavování cílů a systematická spolupráce se školou. Pokud jsou tyto podmínky splněny, může atletika představovat dlouhodobě udržitelný model sportovní kariéry, který neohrožuje vzdělávací dráhu mladého sportovce.

3. VÝZKUMNÁ / KOMPARATIVNÍ ČÁST – SPORT A STUDIUM V ZAHRANIČÍ

Cílem této kapitoly je zasadit problematiku kombinace sportu a studia dětí a mládeže v České republice do širšího mezinárodního kontextu. Vybrané zahraniční země – Španělsko, Rakousko a Spojené státy americké – reprezentují rozdílné přístupy k propojení sportovní přípravy a vzdělávání, které mohou sloužit jako inspirace i srovnávací rámec pro české prostředí.

Analýza se zaměřuje na systémové nastavení, roli škol, sportovních klubů a veřejných institucí a na způsob podpory duální kariéry mladých sportovců v jednotlivých zemích.

3.1 Španělsko – propojení sportovních akademií a vzdělávání

Španělsko je dlouhodobě považováno za jednu z nejúspěšnějších sportovních zemí v Evropě, zejména v oblasti kolektivních sportů, především fotbalu a basketbalu. Klíčovým prvkem španělského systému je silná role sportovních akademií, které jsou úzce propojeny se vzdělávacím procesem.

Sportovní kluby a akademie ve Španělsku zpravidla kladou důraz na vzdělání jako nedílnou součást sportovní přípravy. Mladí sportovci mají povinnost absolvovat školní docházku, přičemž tréninkový režim je přizpůsoben školním povinnostem. Spolupráce mezi klubem a školou je systematická a institucionálně ukotvená, nikoli závislá pouze na individuální iniciativě rodičů či trenérů.

Významným prvkem je také důraz na pozdější specializaci a dlouhodobý rozvoj sportovce. Španělský model se snaží minimalizovat tlak na okamžité výsledky v mládežnických kategoriích a podporuje postupný přechod k vrcholovému sportu. Tento přístup snižuje riziko předčasného ukončení sportovní kariéry a umožňuje sportovcům lépe zvládat vzdělávací nároky.

3.2 Rakousko – systémová podpora duální kariéry

Rakousko představuje příklad země, kde je problematika kombinace sportu a studia řešena na úrovni státní politiky a veřejných institucí. Duální kariéra sportovců je zde chápána jako strategická oblast, která vyžaduje koordinaci mezi školstvím, sportovními svazy a státem.

V rakouském systému existují specializované sportovní školy a třídy, které jsou oficiálně uznány a podporovány státem. Tyto instituce umožňují flexibilní studijní režim, upravené rozvrhy a individuální přístup k hodnocení sportujících žáků. Současně je kladen důraz na kvalitu vzdělávání a dosažení plnohodnotného vzdělání.

Významnou roli hrají také sportovní svazy, které aktivně spolupracují se školami a podílejí se na plánování sportovní přípravy s ohledem na studijní povinnosti. Tento koordinovaný přístup snižuje riziko konfliktu mezi sportem a školou a poskytuje mladým sportovcům jasný a stabilní rámec pro jejich rozvoj.

Rakouský model je charakteristický vysokou mírou systémovosti a jasně definovanými kompetencemi jednotlivých aktérů, což představuje výrazný rozdíl oproti českému prostředí.

3.3 Spojené státy americké – integrace sportu do vzdělávacího systému

Spojené státy americké představují specifický a výrazně odlišný model kombinace sportu a studia. Sport je zde integrální součástí vzdělávacího systému, zejména na úrovni středních škol a univerzit. Školní a univerzitní sportovní programy hrají klíčovou roli v rozvoji mladých sportovců a často slouží jako hlavní cesta k vrcholovému sportu.

Základním principem amerického modelu je podmínění sportovní účasti studijními výsledky. Sportovec, který nesplňuje akademické požadavky, nemůže být součástí školního týmu. Tento systém vytváří silnou motivaci k udržení studijní úrovně a jasně deklaruje prioritu vzdělání.

Americký model rovněž nabízí výrazné možnosti stipendijní podpory, zejména na univerzitní úrovni. Sportovní stipendia umožňují talentovaným sportovcům získat kvalitní vzdělání bez výrazné finanční zátěže a současně rozvíjet sportovní kariéru. Tento přístup výrazně snižuje riziko, že by sportovec zůstal bez vzdělání v případě neúspěchu v profesionálním sportu.

Na druhou stranu je americký systém velmi náročný z hlediska výkonnosti, psychického tlaku a konkurence. Přesto představuje jeden z nejpropracovanějších modelů integrace sportu a vzdělávání na světě.

3.4 Shrnutí kapitoly 3

Zahraniční přístupy ke kombinaci sportu a studia ukazují, že úspěšné propojení těchto oblastí je možné pouze za předpokladu systematické spolupráce mezi školami, sportovními organizacemi a veřejnými institucemi. Španělsko zdůrazňuje roli klubových akademií, Rakousko nabízí silnou institucionální podporu duální kariéry a Spojené státy americké integrují sport přímo do vzdělávacího systému.

Tyto modely představují inspirativní rámec pro další rozvoj českého systému sportu a studia dětí a mládeže.

4. PRAKTICKÁ / VÝZKUMNÁ ČÁST

Praktická část závěrečné práce navazuje na teoreticko-kontextovou, analytickou a komparativní část a jejím cílem je ověřit poznatky získané z odborných zdrojů a zahraničních modelů v reálné praxi sportu a vzdělávání v České republice. Tato část práce slouží jako empirický základ pro formulaci závěrečných doporučení a návrhů na zlepšení systému kombinace sportu a studia dětí a mládeže.

Výzkum je zaměřen na identifikaci klíčových problémů, rizik a funkčních přístupů ke kombinaci sportovní přípravy a vzdělávání z pohledu hlavních aktérů – sportovních klubů, škol, rodin a samotných sportovců.

4.1 Cíl praktické části a výzkumné otázky

Cílem praktické části práce je zjistit, jakým způsobem je v praxi řešena kombinace sportu a studia u dětí a mládeže ve věku 6–19 let, a identifikovat faktory, které tuto kombinaci podporují nebo naopak komplikují.

Na základě tohoto cíle byly stanoveny následující výzkumné otázky:

- Jaké problémy nejčastěji vznikají při kombinaci sportovní přípravy a školního vzdělávání?
- V jakém věkovém období dochází k největšímu konfliktu mezi sportem a studiem?
- Jakou roli v tomto procesu hrají sportovní kluby, školy a rodina?
- Jaké přístupy jsou v praxi vnímány jako funkční a dlouhodobě udržitelné?
- Kde respondenti vidí největší systémové nedostatky českého prostředí?

4.2 Metodologie praktické části

Cílem praktické části práce bylo získat hlubší porozumění problematice kombinace sportu a studia u dětí a mládeže a identifikovat klíčové faktory, které ovlivňují úspěšné sladění sportovní a vzdělávací dráhy.

Výzkum byl realizován převážně kvalitativní metodou formou polostrukturovaných rozhovorů s vybranými zástupci sportovního a vzdělávacího prostředí. Tento přístup umožnil získat detailní pohled na zkušenosti jednotlivých aktérů a zachytit souvislosti, které by nebylo možné identifikovat prostřednictvím standardizovaného dotazníkového šetření.

Rozhovory byly vedeny podle předem připravených tematických okruhů, přičemž respondentům byl ponechán dostatečný prostor pro vlastní zkušenosti a názory.

Výzkum nemá ambici statistické reprezentativnosti, ale usiluje o hlubší pochopení sledované problematiky prostřednictvím zkušeností osob, které se dlouhodobě pohybují v prostředí sportu a vzdělávání.

Doplňkově byly využity poznatky získané z konzultací s odborníky a z veřejně dostupných dokumentů a statistik vztahujících se k problematice sportu a studia mládeže.

4.3 Výzkumný vzorek

Výzkumný soubor tvořilo šest respondentů reprezentujících různé pohledy na problematiku kombinace sportu a studia.

Jednalo se o:

- rodiče desetiletého hokejisty,
- trenéra mládeže v ledním hokeji,
- dva trenéry mládeže v basketbalu,
- pedagoga se zkušeností se sportující mládeží,
- bývalou reprezentantku České republiky ve fotbale se zkušeností se studiem v České republice i v USA.

Výběr respondentů byl záměrný a byl zaměřen na osoby s dlouhodobou zkušeností v oblasti sportu a vzdělávání.

4.3.1 Respondenti rozhovorů

Polostrukturované rozhovory byly realizovány s následujícími skupinami respondentů:

- trenéři mládeže ve vybraných sportech (fotbal, lední hokej, atletika),
- pedagogové nebo zástupci škol pracující se sportující mládeží,
- rodiče sportujících dětí,
- mladí sportovci ve věku 15–19 let.

4.4 Výsledky polostrukturovaných rozhovorů

Analýza rozhovorů ukázala, že největší konflikty mezi sportem a studiem vznikají v období přechodu na druhý stupeň základní školy a zejména v období středního vzdělávání. Respondenti se shodovali na tom, že s rostoucí sportovní výkonností výrazně narůstá časová i psychická zátěž sportujících dětí.

Trenéři často poukazovali na nedostatečnou systémovou spolupráci se školami a na skutečnost, že podpora sportujících žáků je mnohdy závislá na individuálním přístupu konkrétních pedagogů. Pedagogové naopak upozorňovali na obtížnou komunikaci s některými sportovními kluby a na absenci jasně definovaných pravidel.

Rodiče v rozhovorech nejčastěji zmiňovali časovou náročnost sportovní přípravy, únavu dětí a obavy z budoucnosti v případě neúspěchu ve sportu. Mladí sportovci poukazovali na tlak na výkon a na nutnost volit mezi sportovními a studijními povinnostmi, zejména v období před maturitou.

4.5 Výsledky rozhovorů

4.5.1 Pohled rodiče sportujícího dítěte – role „kustoda 24/7“

Rozhovor s rodičem sportujícího dítěte ve věku 10 let poskytuje detailní vhled do každodenní reality rodiny, která je dlouhodobě zapojena do výkonnostního sportu dítěte. Respondent popisuje svou roli jako komplexní a časově velmi náročnou, přičemž ji přirovnává k nepřetržitému zajišťování všech aspektů sportovní i školní dráhy dítěte.

Rodič se podílí nejen na logistickém zabezpečení sportovní přípravy, jako je doprava na tréninky a zápasy, zajištění sportovního vybavení a plánování denního režimu, ale také na oblasti regenerace, stravování a psychické podpory dítěte. Z rozhovoru vyplývá, že sportovní aktivita dítěte výrazně ovlivňuje chod celé rodiny a vyžaduje vysokou míru organizace a flexibility.

Z hlediska časové náročnosti respondent uvádí, že sportovní příprava dítěte představuje pravidelnou zátěž několika tréninkových jednotek týdně, které jsou doplněny víkendovými zápasy a turnaji. Celková časová dotace spojená se sportem, včetně dopravy a

doprovodných činností, významně zasahuje do běžného rodinného života. Přesto respondent vnímá sport jako přínosnou aktivitu, pokud je vhodně vyvážena se školními povinnostmi.

Klíčovým tématem rozhovoru je vztah mezi sportem a vzděláváním. Respondent jednoznačně deklaruje, že v současné fázi vývoje dítěte má vzdělání vyšší prioritu než sportovní výkonnost. Sport je vnímán především jako prostředek rozvoje pohybových dovedností, disciplíny a sociálních kompetencí, nikoli jako primární cesta k budoucí profesionální kariéře. Tento postoj je založen na vědomí vysoké nejistoty sportovní dráhy a na snaze minimalizovat rizika spojená s předčasnou specializací.

Významnou část rozhovoru tvoří reflexe zkušenosti s hokejovou třídou, kterou respondent hodnotí kriticky. Podle jeho vyjádření dochází v těchto specializovaných třídách k výraznému odlivu dětí již v průběhu prvních let, přičemž velká část z nich následně ukončuje sportovní činnost nebo se potýká s problémy při návratu do běžného školního režimu. Respondent upozorňuje na riziko jednostranného zaměření na sport v příliš nízkém věku a na nedostatečnou připravenost dětí na případné ukončení sportovní kariéry.

Z rozhovoru dále vyplývá, že komunikace mezi školou a sportovním klubem je v současnosti spíše omezená a závislá na individuální iniciativě rodičů. Respondent postrádá systematickou podporu, která by rodinám pomohla lépe koordinovat sportovní a vzdělávací povinnosti dítěte. V praxi je tak rodič často nucen fungovat jako hlavní prostředník mezi školou a sportovním prostředím.

Závěrem respondent zdůrazňuje, že role rodiče sportujícího dítěte je dlouhodobě udržitelná pouze za předpokladu realistických očekávání, otevřené komunikace a respektování potřeb dítěte. Podle jeho názoru by sportovní kluby i školy měly více reflektovat individuální tempo vývoje dětí a klást důraz na rovnováhu mezi sportem, vzděláváním a celkovou životní spokojeností.

4.5.2 Pohled trenéra mládeže – basketbal

Rozhovor s trenérem mládeže v basketbalu přináší pohled sportovního odborníka, který dlouhodobě pracuje s dětmi a mládeží v různých věkových kategoriích a zároveň se pohybuje v prostředí, kde je kombinace sportu a studia relativně systematicky řešena.

Respondent zdůrazňuje, že basketbal patří mezi sporty, u nichž je možné v určité míře flexibilněji plánovat tréninkový proces a přizpůsobovat jej školním povinnostem sportovců.

Z rozhovoru vyplývá, že časová náročnost sportovní přípravy se výrazně liší v závislosti na věku sportovce. V mladších kategoriích se tréninková zátěž pohybuje v rozumném rozsahu a umožňuje bez větších obtíží kombinovat sport se školní docházkou. S přechodem do vyšších věkových kategorií však dochází k postupnému navyšování tréninkových jednotek, soutěžního vytížení a nároků na individuální přípravu, což klade vyšší nároky na organizaci času sportovce i jeho rodiny.

Respondent upozorňuje, že zásadním faktorem úspěšné kombinace sportu a studia je **otevřená komunikace mezi trenérem, školou a rodiči**. V prostředí basketbalu se podle jeho zkušeností daří lépe nastavovat individuální přístup, zejména díky menšímu tlaku na časnou selekci a menší míře specializace v nízkém věku. Tento přístup umožňuje sportovcům udržet si širší spektrum zájmů a lépe zvládat školní povinnosti.

Z pohledu trenéra je důležité, aby vzdělání nebylo vnímáno jako překážka sportovního rozvoje, ale jako jeho přirozená součást. Respondent uvádí, že v případě dlouhodobého zhoršení studijních výsledků je nutné sportovní zátěž přehodnotit a hledat řešení, která povedou k obnovení rovnováhy. Tento přístup je podle něj klíčový pro dlouhodobou udržitelnost sportovní kariéry a prevenci předčasného vyhoření.

Významným tématem rozhovoru je také otázka budoucnosti mladých sportovců. Trenér zdůrazňuje, že pouze malé procento dětí dosáhne profesionální úrovně, a proto je nezbytné systematicky pracovat s představou „plánu B“. V tomto kontextu považuje vzdělání za zásadní faktor, který umožňuje sportovcům plynulejší přechod do běžného života po ukončení sportovní kariéry nebo v případě neúspěchu ve vrcholovém sportu.

Závěrem respondent konstatuje, že basketbalové prostředí nabízí relativně příznivé podmínky pro kombinaci sportu a studia, avšak i zde je nutné dbát na individuální potřeby sportovců, realistické nastavování očekávání a dlouhodobou spolupráci všech zainteresovaných aktérů. Bez těchto prvků se i v méně náročném sportovním prostředí mohou objevit problémy podobné těm, které jsou typické pro jiné, časově náročnější sporty.

4.5.3 Metodická poznámka k rozhovoru

Rozhovor byl realizován formou polostrukturovaného interview. Respondent byl informován o účelu výzkumu a poskytl souhlas s anonymním využitím odpovědí.

4.5.4 Pohled trenéra mládeže – hokej

Rozhovor s trenérem mládeže v hokeji přináší pohled z prostředí sportu, který patří k časově i organizačně nejnáročnějším v rámci práce s dětmi a mládeží. Respondent dlouhodobě působí u mládežnických kategorií a má přímou zkušenost s kombinací intenzivní sportovní přípravy, školní docházky a vysokých nároků na rodinné zázemí sportovců.

Z rozhovoru vyplývá, že hokej klade na děti výrazně vyšší časové nároky již v relativně nízkém věku. Tréninkový proces je často rozložen do ranních i odpoledních jednotek, doplněných o víkendová utkání a cestování. Tento režim má přímý dopad na školní docházku, regeneraci i celkovou psychickou pohodu dítěte. Respondent identifikuje období mezi 13. a 15. rokem života jako zásadní zlom, kdy se sportovní nároky výrazně zvyšují a současně dochází ke komplikacím ve vztahu ke studiu.

Trenér upozorňuje, že systém hokejových tříd je sice koncipován jako nástroj podpory sportujících dětí, avšak v praxi naráží na řadu problémů. Především se jedná o vysoký tlak na výkon, časnou selekci a nedostatečnou připravenost dětí na případné vyřazení ze systému. Podle respondenta značná část dětí hokejové třídy v průběhu let opouští, přičemž návrat do běžného školního režimu bývá pro tyto děti obtížný.

Z hlediska spolupráce se školami respondent uvádí, že komunikace je často formální a závislá na individuálním přístupu konkrétní školy nebo pedagoga. Neexistuje jednotný systém, který by systematicky chránil vzdělávací dráhu sportovce. Trenér poukazuje na skutečnost, že odpovědnost za sladění sportu a studia je v praxi často přenesena na rodiče, kteří musí řešit absenci, domácí přípravu i organizační zajištění dítěte.

Významným tématem rozhovoru je také psychická zátěž mladých hokejistů. Respondent vnímá u části dětí projevy únavy, stresu a poklesu motivace, které jsou důsledkem dlouhodobého tlaku na výkon a nedostatku prostoru pro odpočinek a jiné aktivity. Podle jeho názoru není psychická stránka sportovní přípravy v mládežnickém hokeji dostatečně reflektována, a to zejména v období dospívání.

Z pohledu trenéra je vzdělání často vnímáno jako druhotná oblast, zejména u talentovaných hráčů s ambicí profesionální kariéry. Respondent však zdůrazňuje, že pouze malé procento sportovců se skutečně prosadí na vrcholové úrovni, a proto považuje za zásadní vést děti i jejich rodiče k realistickému pohledu na budoucnost. Absence jasně komunikovaného „plánu B“ podle něj představuje jedno z největších rizik současného systému.

Závěrem respondent konstatuje, že hokejové prostředí v České republice vyžaduje systémové změny, které by vedly k lepšímu vyvážení sportovní přípravy a vzdělávání. Za klíčové považuje posílení spolupráce mezi kluby a školami, omezení předčasné specializace a větší důraz na dlouhodobý rozvoj dítěte, nikoli pouze na aktuální sportovní výkon.

4.5.5 Metodická poznámka k rozhovoru

Rozhovor byl realizován formou polostrukturovaného interview. Respondent byl seznámen s účelem výzkumu a poskytl souhlas s anonymním využitím odpovědí.

4.5.6 Pohled školy – pedagogická perspektiva

Rozhovor s pedagogem základní školy, který má zároveň osobní zkušenost se sportovním prostředím, přináší pohled vzdělávací instituce na problematiku kombinace sportu a studia dětí a mládeže. Respondent se ve své praxi pravidelně setkává se sportujícími žáky napříč různými sportovními odvětvími a vnímá jejich specifické potřeby i limity současného vzdělávacího systému.

Z rozhovoru vyplývá, že sportující děti jsou školou často vnímány ambivalentně – na jedné straně jako disciplinovaní, cílevědomí a motivovaní žáci, na straně druhé jako skupina, která klade zvýšené nároky na organizaci výuky, individuální přístup pedagogů a administrativní zátěž školy. Respondent upozorňuje, že škola není systémově připravena na dlouhodobou a plošnou práci se sportující mládeží, a proto je podpora těchto žáků často závislá na osobním přístupu jednotlivých pedagogů.

Významným tématem rozhovoru je využívání individuálních vzdělávacích plánů a dalších nástrojů podpory sportujících žáků. Respondent uvádí, že tyto nástroje mohou být funkční, avšak jejich příprava a realizace představuje pro školu značnou administrativní zátěž.

V praxi tak nejsou využívány systematicky, ale spíše výjimečně, zejména u žáků s vysokou sportovní zátěží nebo u těch, u nichž dochází ke zhoršení studijních výsledků.

Z pohledu pedagoga vznikají největší problémy v období druhého stupně základní školy a následně při přechodu na střední školu. V tomto věku dochází k výraznému nárůstu školních povinností, zatímco sportovní zátěž se současně zvyšuje. Respondent vnímá, že část sportujících žáků v tomto období vykazuje známky únavy, poklesu koncentrace a zvýšeného stresu, což se může negativně projevit na jejich studijních výsledcích.

Respondent dále poukazuje na nedostatečnou komunikaci mezi školami a sportovními kluby. Škola často nemá přehled o skutečném rozsahu sportovní zátěže dítěte a informace jsou předávány především prostřednictvím rodičů. Absence přímé a systematické spolupráce podle respondenta zvyšuje riziko přetížení dítěte a komplikuje efektivní plánování školních povinností.

Z hlediska role školy respondent zdůrazňuje, že vzdělání by mělo zůstat prioritou i u výkonnostně sportujících dětí. Škola by měla sportovní ambice žáků respektovat, avšak současně chránit jejich vzdělávací dráhu a dlouhodobé profesní uplatnění. Respondent vnímá jako problematické situace, kdy je na dítě vyvíjen tlak na upřednostnění sportu bez realistického zhodnocení jeho budoucích možností.

Závěrem respondent konstatuje, že současný systém kombinace sportu a studia v České republice postrádá jasná pravidla a metodickou podporu. Za klíčové považuje vytvoření jednotného rámce spolupráce mezi školami a sportovními kluby, který by snížil administrativní zátěž pedagogů a současně zajistil rovné podmínky pro sportující žáky napříč regiony a sportovními odvětvími.

4.5.7 Metodická poznámka k rozhovoru

Rozhovor byl veden formou polostrukturovaného interview. Respondent byl seznámen s účelem výzkumu a poskytl souhlas s anonymním využitím odpovědí.

4.5.8 Pohled sportovce – případová studie (Česká republika × zahraničí)

Rozhovor s bývalou vrcholovou sportovkyní, která prošla systémem mládežnického a profesionálního sportu v České republice a následně absolvovala studium a sportovní působení v zahraničí, přináší hluboký vhled do dlouhodobých dopadů kombinace sportu a vzdělávání na osobní i profesní dráhu sportovce. Tento rozhovor má charakter případové studie a významně doplňuje pohled trenérů, rodičů i školy.

Respondentka popisuje, že v průběhu své sportovní kariéry byl sport dlouhodobě vnímán jako hlavní priorita, přičemž vzdělávání bylo často upozaděno. V mládežnickém věku byla klíčovým faktorem sportovní výkonnost a postup v hierarchii týmů, zatímco systematická podpora vzdělávání ze strany klubů byla omezená. Škola byla ochotna určité míry tolerance, avšak bez dlouhodobé koncepce a jasně nastavených pravidel.

Zásadní změnu respondentka vnímá po přechodu do zahraničního systému, kde byla sportovní činnost přímo podmíněna studijními výsledky. V tomto prostředí bylo vzdělání nedílnou součástí sportovní kariéry a neexistovala možnost dlouhodobě ignorovat studijní povinnosti bez přímých důsledků. Respondentka hodnotí tento systém jako výrazně stabilnější a psychicky bezpečnější, neboť sportovec nebyl definován výhradně svým sportovním výkonem.

Významnou část rozhovoru tvoří reflexe zranění, které zásadně ovlivnilo další průběh sportovní kariéry. Respondentka popisuje, že v období zranění a následného poklesu výkonnosti došlo k výraznému psychickému zatížení a nejistotě ohledně budoucnosti. V této fázi se ukázala absence systematické přípravy na variantu ukončení sportovní kariéry a nedostatečná práce s psychickou stránkou sportovce.

Respondentka zpětně hodnotí, že právě vzdělání a zkušenost ze zahraničí jí umožnily lépe zvládnout přechod do života mimo vrcholový sport. Možnost opřít se o studijní a profesní perspektivu významně snížila negativní dopady ukončení sportovní kariéry a usnadnila adaptaci na novou životní roli. Tento aspekt považuje za klíčový rozdíl mezi českým a zahraničním přístupem ke sportující mládeži.

Z rozhovoru dále vyplývá, že nejrizikovějším obdobím z hlediska kombinace sportu a studia je věk mezi 15. a 19. rokem života. V tomto období dochází ke kumulaci sportovních

ambicí, tlaku na výkon a zásadních vzdělávacích rozhodnutí. Respondentka upozorňuje, že mladí sportovci v tomto věku často nemají dostatek informací ani podpory pro realistické rozhodování o své budoucnosti.

Závěrem respondentka zdůrazňuje, že dlouhodobě udržitelný model sportovní kariéry musí být založen na rovnocenném postavení sportu a vzdělání. Podle jejího názoru by sportovní kluby, školy i rodiče měli aktivně podporovat duální kariéru a připravovat sportovce na skutečnost, že vrcholový sport je časově omezená etapa života, nikoli jeho jediný obsah.

4.5.9 Metodická poznámka k rozhovoru

Rozhovor byl realizován formou polostrukturovaného interview. Respondentka byla seznámena s účelem výzkumu a poskytla souhlas s anonymním využitím odpovědí.

4.6 Souhrn hlavních zjištění z realizovaných rozhovorů

Na základě realizovaných rozhovorů s trenéry, pedagogem, rodičem sportujícího dítěte a bývalou vrcholovou sportovkyní bylo identifikováno několik společných témat, která se opakovala napříč všemi skupinami respondentů.

Prvním významným zjištěním je skutečnost, že nejkritičtějším obdobím pro kombinaci sportu a studia je věk mezi 15 a 19 lety. Tento závěr se objevil prakticky u všech respondentů bez ohledu na jejich profesní nebo osobní zkušenost. Trenéři basketbalu i ledního hokeje upozorňovali na výrazný nárůst tréninkové a soutěžní zátěže právě v období přechodu na střední školu. Pedagog potvrdil, že ve stejném období zároveň rostou nároky na studijní výkon a samostatnost žáků. Obdobně bývalá reprezentantka České republiky ve fotbale označila věk kolem patnáctého roku za období, kdy začínají vznikat největší konflikty mezi sportovními ambicemi a vzdělávacími požadavky.

Druhým významným zjištěním byla zásadní role rodiny. Všichni respondenti se shodovali, že bez aktivní podpory rodičů je dlouhodobé zvládnutí sportovní přípravy a školních povinností velmi obtížné. Nejvýrazněji tuto skutečnost popsal rodič mladého hokejisty, který svou roli označil za „kustoda 24/7“, kdy rodiče zajišťují dopravu, organizaci času, materiální zabezpečení i psychickou podporu dítěte. Současně však zdůraznil, že vzdělání musí zůstat prioritou před sportovní kariérou.

Dalším opakujícím se tématem byla důležitost trenéra jako významné autority v životě mladého sportovce. Trenéři basketbalu i ledního hokeje uvedli, že jejich role nespočívá pouze ve sportovní přípravě, ale také ve formování životních postojů, vztahu ke vzdělávání a realistickém nastavování očekávání. Současně upozorňovali na potřebu dlouhodobého rozvoje osobnosti sportovce a na skutečnost, že profesionální sportovní kariéra představuje pouze možnost pro velmi malé procento mladých sportovců.

Významným tématem byla také spolupráce škol a sportovních klubů. Zatímco basketbalové prostředí vykazuje relativně funkční model spolupráce mezi školami a kluby, zejména prostřednictvím sportovních gymnázií a individuálních vzdělávacích plánů, v ostatních sportech je úroveň spolupráce značně rozdílná. Pedagog upozornil, že komunikace mezi školami a sportovními kluby bývá v mnoha případech minimální a často závisí na osobní iniciativě jednotlivců.

Velmi zajímavé poznatky přinesl rozhovor s bývalou reprezentantkou České republiky ve fotbale, která měla možnost porovnat český a americký systém. Z její zkušenosti vyplynulo, že americké univerzitní prostředí nabízí výrazně vyšší míru propojení sportu a studia, lepší organizační podporu sportovců a větší flexibilitu studijního systému. Současně však upozornila na význam psychické podpory sportovců a na skutečnost, že právě mentální připravenost bývá často opomíjenou součástí sportovní přípravy.

Posledním společným tématem byla potřeba systémových změn. Trenéři, pedagog i rodič se shodovali, že současný systém podpory sportujících dětí a mládeže v České republice je značně závislý na individuálním přístupu konkrétních škol, trenérů a rodin. Chybí jednotný rámec, který by podporoval duální kariéru mladých sportovců napříč regiony a jednotlivými sportovními odvětvími.

4.7 Shrnutí hlavních zjištění praktické části

Praktická část práce potvrdila, že problematika kombinace sportu a studia představuje komplexní oblast, která je ovlivňována řadou vzájemně propojených faktorů. Na základě realizovaných rozhovorů s trenéry, pedagogem, rodičem sportujícího dítěte a bývalou vrcholovou sportovkyní bylo možné identifikovat několik klíčových zjištění.

Nejvýznamnějším zjištěním je skutečnost, že nejkritičtější období z pohledu kombinace sportovní a vzdělávací dráhy nastává mezi 15. a 19. rokem života. V tomto období

dochází k souběhu nejvyšších nároků sportovní přípravy a současně klíčových vzdělávacích rozhodnutí souvisejících se středním vzděláváním, maturitou a dalším profesním směřováním mladého člověka.

Výzkum dále potvrdil zásadní význam rodiny jako stabilizačního prvku celého systému. Rodiče často vystupují jako koordinátoři sportovních, školních i volnočasových aktivit dítěte a jejich podpora významně ovlivňuje schopnost zvládat zvýšené nároky sportovní přípravy. Současně však bylo potvrzeno, že dlouhodobě udržitelný model nemůže být založen pouze na individuálním nasazení rodičů.

Významnou roli sehrává také trenér, který se ukazuje nejen jako odborník na sportovní přípravu, ale také jako důležitá autorita formující vztah dítěte ke vzdělávání, odpovědnosti a budoucímu profesnímu směřování. Z rozhovorů vyplynulo, že kvalita práce trenéra a jeho schopnost spolupracovat se školou a rodinou patří mezi nejvýznamnější faktory ovlivňující úspěšné sladění sportu a studia.

Dalším zjištěním je značná rozdílnost přístupu jednotlivých škol a sportovních klubů. Zatímco některé organizace aktivně podporují kombinaci sportu a vzdělávání prostřednictvím individuálních plánů a flexibilního přístupu, jiné fungují bez jasně nastaveného systému. Úspěch sportujícího dítěte je tak často závislý na konkrétních lidech a jejich ochotě spolupracovat.

Významný přínos přineslo také srovnání českého a zahraničního prostředí. Zejména zkušenosti získané ve Spojených státech amerických ukazují, že propojení sportu a vzdělávání může být řešeno systémově a že vzdělání nemusí být vnímáno jako překážka sportovní kariéry, ale naopak jako její přirozená součást.

Praktická část práce tak potvrzuje, že úspěšná kombinace sportu a studia není výsledkem náhody ani individuálního úsilí jednotlivce, ale především důsledkem funkční spolupráce rodiny, školy, sportovního klubu a širší institucionální podpory. Právě tato zjištění tvoří základ pro následující syntetickou část práce, která se zaměřuje na porovnání jednotlivých věkových období, sportů a systémových přístupů.

5. Studium a sport – syntéza a porovnání

Tato kapitola se zaměřuje na syntézu poznatků získaných v analytické části věnované České republice a v komparativní části zaměřené na zahraniční přístupy. Současně vychází ze zjištění praktické části práce, zejména z kvalitativních rozhovorů a dotazníkového šetření. Cílem kapitoly je porovnat jednotlivé sporty a věková období z pohledu kombinace sportu a studia a identifikovat klíčové rozdíly, shodné znaky a kritická místa, která mají zásadní vliv na vzdělávací i sportovní dráhu dětí a mládeže.

Analýza ukazuje, že vztah sportu a studia nelze vnímat izolovaně pouze v rámci jednoho sportu či věkové kategorie, ale je nutné jej chápat jako komplexní systém, v němž se prolínají role rodiny, školy, sportovního klubu a širší institucionální podpory. Úspěšná kombinace sportu a studia je výsledkem jejich vzájemné spolupráce a dlouhodobé koncepce, nikoli pouze individuálního úsilí jednotlivce.

5.1 Studium a sport ve věku 6–10 let

V období prvního stupně základní školy je kombinace sportu a studia ve většině sledovaných sportů relativně bezproblémová. Školní nároky jsou v této fázi obecně zvládnutelné a sportovní aktivita plní především funkci rozvoje pohybových dovedností, socializace a vytváření pozitivního vztahu ke sportu.

Rozdíly mezi jednotlivými sporty jsou v tomto věku spíše organizační než systémové. Fotbal a atletika patří mezi časově nejméně náročné sporty, zatímco lední hokej již v této fázi vyžaduje zvýšené časové nasazení a výraznou podporu rodiny. Basketbal se nachází mezi těmito póly, přičemž jeho výhodou bývá častější napojení na školní prostředí.

Klíčovým faktorem úspěšné kombinace sportu a studia v tomto období je přístup dospělých – zejména rodičů a trenérů. Rizikem není samotná sportovní zátěž, ale předčasná specializace, nadměrný tlak na výkon a nevhodné nastavování priorit. Zahraniční modely v této věkové kategorii kladou důraz na všestrannost, radost z pohybu a odklad selekce, což představuje inspiraci i pro české prostředí. Zjištění z praktické části práce potvrzují, že v této fázi vývoje dítěte není sportovní zátěž hlavním problémem, ale rozhodující je kvalita vedení a míra tlaku ze strany okolí.

5.2 Studium a sport ve věku 10–15 let

Období druhého stupně základní školy představuje zlomový bod ve vztahu sportu a studia. Dochází k výraznému nárůstu nároků jak na sportovní přípravu, tak na školní vzdělávání. Právě v této fázi se začínají nejvýrazněji projevovat rozdíly mezi jednotlivými sporty i mezi různými přístupy k jejich organizaci.

Fotbal a lední hokej se vyznačují vysokou tréninkovou frekvencí, soutěžním zatížením a postupnou selekcí sportovců, což často vede ke konfliktům se školními povinnostmi. Basketbal a atletika nabízejí zpravidla flexibilnější podmínky, zejména pokud jsou propojeny se školním prostředím nebo pokud trenéři aktivně respektují vzdělávací potřeby sportovců.

Zahraniční zkušenosti ukazují, že právě v tomto věku je klíčová systematická spolupráce školy a sportovního klubu. Španělský a rakouský model demonstrují význam institucionální podpory a jasně nastavených pravidel, zatímco v českém prostředí je úspěšná kombinace sportu a studia často závislá na individuálním přístupu trenéra, pedagoga nebo rodiče. Tato zjištění jsou v souladu s výstupy praktické části práce, v nichž trenéři i pedagogové shodně označili toto období za první výrazný konflikt mezi sportovní a vzdělávací zátěží.

5.3 Studium a sport ve věku 15–19 let

Období středního vzdělávání představuje nejkritičtější fázi z hlediska kombinace sportu a studia. Sportovní příprava dosahuje vysoké intenzity a u části sportovců se objevuje reálná perspektiva profesionální kariéry. Současně se jedná o klíčové období vzdělávací dráhy, spojené s maturitou a rozhodováním o dalším studiu či profesním uplatnění.

Analýza ukazuje, že ve všech sledovaných sportech dochází v tomto věku k výraznému tlaku na upřednostnění sportovního výkonu. Nejvýrazněji se tento trend projevuje ve fotbale a ledním hokeji, kde je vzdělání často vnímáno jako sekundární. Atletika a basketbal nabízejí vyváženější přístup, avšak i zde závisí úspěšná kombinace sportu a studia především na individuálních podmínkách a podpoře okolí.

Zahraniční modely, zejména americký systém, jasně deklarují prioritu vzdělání a podmiňují sportovní účast studijními výsledky. Tento princip výrazně snižuje riziko, že by sportovec zůstal bez odpovídající kvalifikace po ukončení sportovní kariéry. Praktická část práce, zejména případová studie bývalé vrcholové sportovkyně, ukazuje, že absence

systémové podpory vzdělávání v tomto období může mít dlouhodobé negativní dopady na psychickou pohodu sportovce i jeho následné profesní uplatnění. V českém prostředí takto jednoznačný mechanismus zatím chybí.

5.4 Klíčové faktory ovlivňující kombinaci sportu a studia

Na základě provedené syntézy analytických, komparativních a praktických zjištění lze identifikovat několik klíčových faktorů, které mají zásadní vliv na úspěšné sladění sportovní a vzdělávací dráhy:

- systematická spolupráce školy, sportovního klubu a rodiny,
- realistické nastavování sportovních cílů a očekávání,
- flexibilita vzdělávacího systému a dostupnost individuálních studijních plánů,
- kvalita práce trenérů a jejich schopnost respektovat vzdělávací potřeby sportovců,
- institucionální podpora duální kariéry na regionální a státní úrovni.

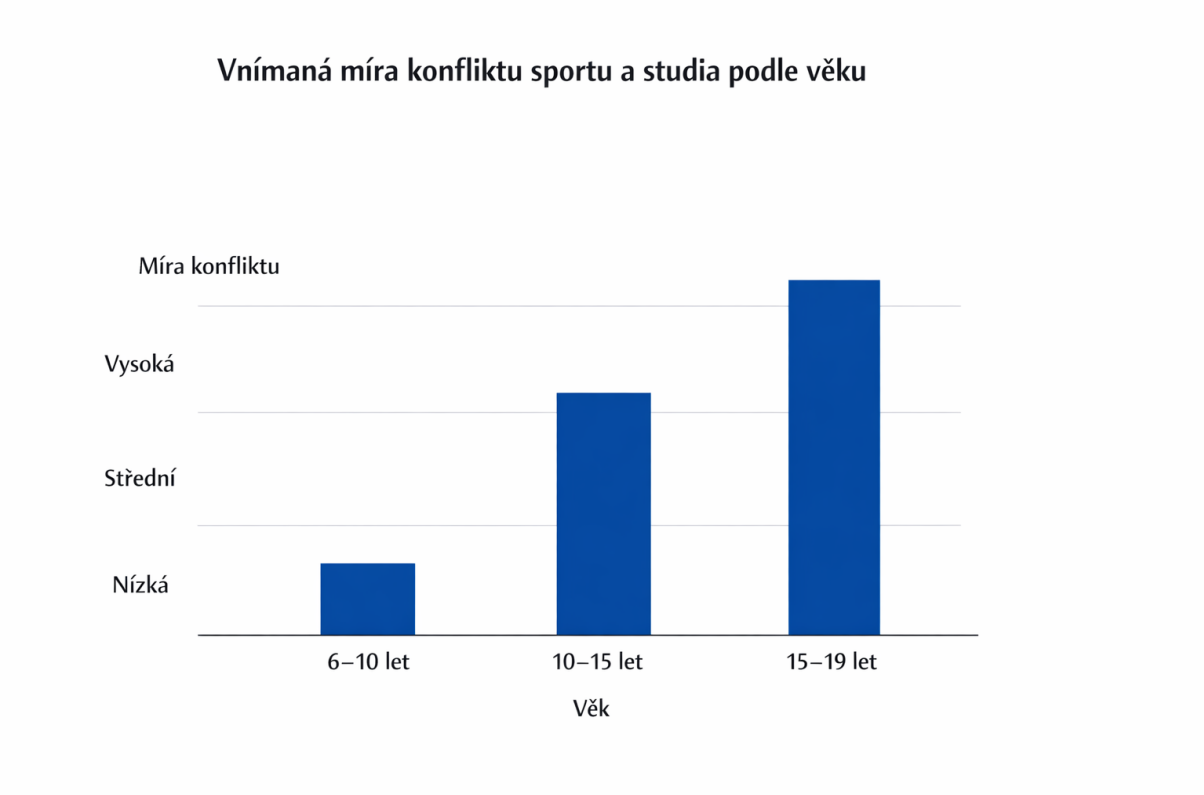
Absence těchto faktorů vede k přetížení mladých sportovců, k zanedbávání vzdělání a ke zvýšenému riziku psychických problémů, předčasného ukončení sportovní kariéry nebo obtížného přechodu do dospělého života.

Tabulka 1: Srovnání klíčových faktorů kombinace sportu a studia podle aktérů

Oblast hodnocení	**Trenéři (basketbal, hokej)**	**Škola (pedagog)**	**Rodič (kustod 24/7)**	**Sportovec (případová studie)**
Časová náročnost sportu	Výrazně roste s věkem, kritická od 13–15 let	Projevuje se únavou a absencemi	Zásadní zásah do rodinného režimu	Dominantní faktor v kariéře
Konflikt sport × studium	Častý v kolektivních sportech	Nejvýraznější na 2. stupni ZŠ a SŠ	Nutnost každodenní koordinace	Silný v období 15–19 let
Podpora školy	Nerovnoměrná, závislá na jednotlivcích	Administrativně náročná	Často nedostatečná	V ČR slabá, v zahraničí systémová
Role trenéra	Klíčová autorita	Nepřímý vliv	Ovlivňuje očekávání rodiny	Zásadní pro rozhodování
Přístup k „plánu B“	Často opomíjen	Vnímán jako nutnost	Aktivně řešen	Klíčový po zranění
Nejrizikovější období	13–15 let	15–19 let	Přechod na SŠ	Zranění / konec kariéry

Graf 1: Vnímaná míra konfliktu sportu a studia podle věku

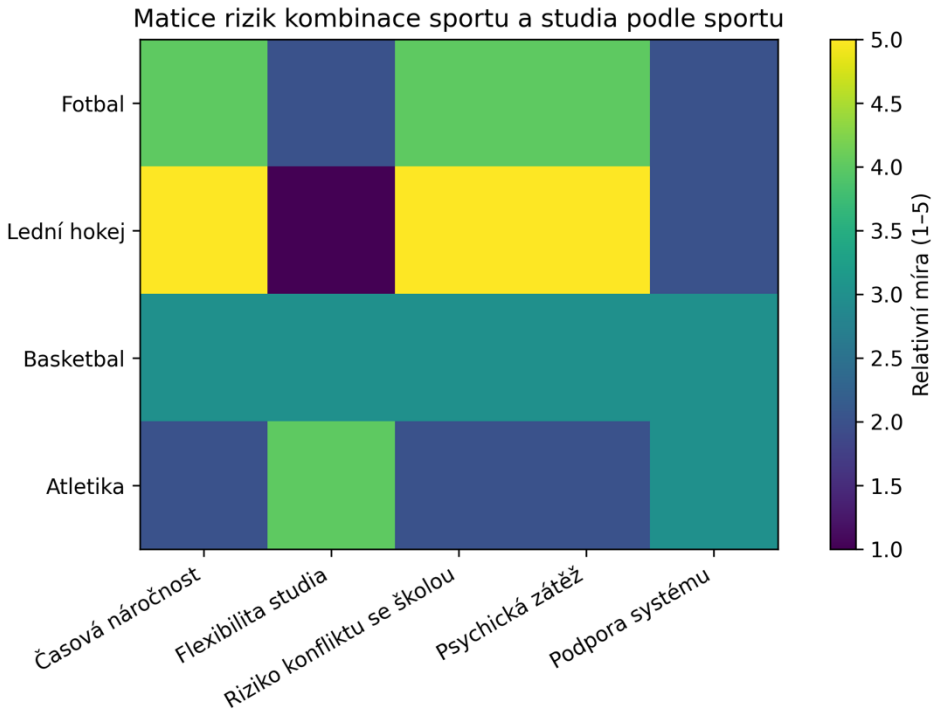
Popis : osa X: věk (6–10 / 10–15 / 15–19), osa Y: míra konfliktu (nízká / střední / vysoká)



Graf znázorňuje rostoucí míru konfliktu mezi sportovní přípravou a vzděláváním s přibývajícím věkem sportovce. Nejkritičtějším obdobím je věk 15–19 let, což potvrzují jak rozhovory s trenéry, pedagogy a sportovci, tak výsledky dotazníkového šetření.

Graf 2: Matice rizik kombinace sportu a studia podle sportovního odvětví

Popis os: **řádky:** sportovní odvětví, **sloupce:** klíčové faktory (čas, flexibilita, riziko konfliktu, psychická zátěž, systémová podpora), **hodnota 1–5:** relativní míra intenzity / rizika



- *Zdroj: vlastní zpracování na základě syntézy kvalitativních rozhovorů a výsledků praktické části práce.*

Graf znázorňuje matici rizik kombinace sportu a studia podle vybraných sportovních odvětví na základě syntézy kvalitativních rozhovorů. Z grafu je patrné, že lední hokej vykazuje nejvyšší míru časové a psychické zátěže a zároveň nejnižší flexibilitu ve vztahu ke vzdělávání. Fotbal se vyznačuje vysokým rizikem konfliktu se školní docházkou, zejména v období dospívání. Basketbal vykazuje vyvážený profil napříč sledovanými faktory, přičemž jeho úspěšnost v kombinaci sportu a studia je výrazně ovlivněna konkrétním klubovým a školním prostředím. Atletika vykazuje nejnižší míru rizika konfliktu se školou a nejvyšší flexibilitu studia, což potvrzuje její vhodnost z hlediska dlouhodobé kombinace sportu a vzdělávání. Výsledky grafu korespondují se zjištěními praktické části práce a potvrzují rozdílné nároky jednotlivých sportů.

5.5 Význam role trenéra v jednotlivých věkových kategoriích

Role trenéra představuje jeden z klíčových faktorů ovlivňujících úspěšnou kombinaci sportu a studia v průběhu celého vývoje sportujícího dítěte. Na základě provedené analýzy, komparace zahraničních přístupů a zejména zjištění z praktické části práce lze konstatovat, že význam trenéra se v jednotlivých věkových obdobích výrazně proměňuje.

5.5.1 Role trenéra ve věku 6–10 let

V nejmladší věkové kategorii by měl trenér vystupovat především v roli pedagoga a průvodce dítěte ke sportu. Hlavním cílem sportovní činnosti v tomto období není výkon ani výsledky, ale rozvoj základních pohybových dovedností, všestrannosti a pozitivního vztahu ke sportu.

Z praktické části práce vyplývá, že trenér v tomto věku významně ovlivňuje nastavení očekávání rodičů. Nevhodně zvolený důraz na výsledky nebo časná specializace může vést k přetížení dítěte a k vytváření tlaku, který je v rozporu s jeho vývojovými potřebami. Naopak trenér, který komunikuje s rodiči realisticky a klade důraz na dlouhodobý rozvoj, výrazně přispívá k harmonickému propojení sportu a školní docházky.

5.5.2 Role trenéra ve věku 10–15 let

Období druhého stupně základní školy představuje zásadní přechodovou fázi, v níž se role trenéra rozšiřuje o odpovědnost za koordinaci sportovní a vzdělávací zátěže dítěte. Trenér se v tomto období stává jedním z hlavních aktérů, kteří ovlivňují, zda bude sport vnímán jako rozvojová aktivita, nebo jako konkurenční prvek vůči vzdělávání.

Z rozhovorů s trenéry i pedagogy vyplynulo, že právě v tomto věku často vznikají první výrazné konflikty mezi sportem a školou. Trenér má možnost tyto konflikty buď eskalovat, například zvyšováním tréninkové zátěže bez ohledu na studijní povinnosti, nebo naopak působit jako moderátor a partner školy i rodiny. Kvalitní trenér v této fázi podporuje realistické nastavování cílů, respektuje individuální tempo vývoje sportovce a komunikuje se školou o možnostech sladění obou oblastí.

5.5.3 Role trenéra ve věku 15–19 let

V období středního vzdělávání dosahuje role trenéra největší váhy a současně nejvyšší míry odpovědnosti. Trenér se stává klíčovou autoritou, která může zásadním způsobem ovlivnit rozhodování sportovce o jeho budoucnosti. V tomto věku je sportovní příprava velmi intenzivní a u části sportovců se objevuje reálná perspektiva profesionální kariéry.

Z praktické části práce vyplývá, že právě v této fázi často dochází k upřednostňování sportu na úkor vzdělání, zejména v kolektivních sportech s vysokou mírou selekce. Trenér,

který vnímá vzdělání jako druhořadé, významně zvyšuje riziko, že sportovec zůstane po ukončení kariéry bez odpovídající kvalifikace. Naopak trenér, který aktivně podporuje koncept duální kariéry a připravuje sportovce i na variantu neúspěchu ve vrcholovém sportu, přispívá k dlouhodobé udržitelnosti sportovní dráhy a psychické stabilitě mladého člověka.

5.5.4 Shrnutí role trenéra v kontextu sportu a studia

Syntéza poznatků ukazuje, že trenér není pouze odborníkem na sportovní přípravu, ale také významným výchovným a formativním činitelem. Jeho přístup, hodnoty a schopnost spolupráce se školou a rodinou mají přímý dopad na to, zda bude sportovní kariéra dítěte rozvíjena v souladu s jeho vzdělávacími potřebami.

Posílení vzdělávání trenérů v oblasti pedagogiky, psychologie a dlouhodobého rozvoje sportovce se tak jeví jako jeden z klíčových kroků ke zlepšení systému kombinace sportu a studia dětí a mládeže v České republice.

5.6 Shrnutí kapitoly 5

Syntéza poznatků z České republiky a zahraničí potvrzuje, že úspěšná kombinace sportu a studia není otázkou jednotlivce, ale výsledkem funkčního systému. Zahraniční příklady ukazují, že jasná pravidla, institucionální podpora a dlouhodobá koncepce výrazně zvyšují šanci mladých sportovců na úspěšnou sportovní i vzdělávací dráhu.

Tato kapitola vytváří východisko pro závěrečnou část práce, která se zaměří na formulaci konkrétních doporučení a návrhů pro zlepšení systému sportu a studia dětí a mládeže v České republice.

6. DOPORUČENÍ NA ZMĚNY

Na základě provedené analýzy českého prostředí, komparace zahraničních přístupů a výsledků praktické části práce lze formulovat soubor doporučení, jejichž cílem je zlepšit kombinaci sportu a studia dětí a mládeže v České republice. Doporučení vycházejí z identifikovaných systémových nedostatků a jsou zaměřena na klíčové aktéry tohoto procesu – vzdělávací instituce, sportovní kluby a trenéry, rodiny sportujících dětí a veřejné instituce.

Cílem navrhovaných opatření je vytvořit dlouhodobě udržitelný model rozvoje sportovní kariéry, který bude v rovnováze s kvalitním vzděláním a umožní mladým sportovcům plynulý přechod do profesního života i mimo vrcholový sport.

6.1 Doporučení pro vzdělávací instituce

Školy hrají zásadní roli v procesu kombinace sportu a studia a měly by vystupovat jako aktivní a rovnocenný partner sportovních klubů i rodin. Výsledky praktické části práce ukazují, že podpora sportujících žáků je v českém prostředí často závislá na individuálním přístupu pedagogů, nikoli na jednotně nastaveném systému.

Na základě zjištění práce lze školám doporučit zejména:

- systematické a jednotné využívání individuálních vzdělávacích plánů u sportujících žáků,
- jasné a transparentní nastavení pravidel pro omlouvání absencí z důvodu sportovní činnosti,
- podporu flexibilního rozvrhu a individuálního hodnocení u žáků s vysokou sportovní zátěží,
- jmenování koordinátora pro sportující žáky, který bude zajišťovat komunikaci se sportovními kluby a rodinami,
- aktivní rozvoj spolupráce se sportovními kluby na lokální i regionální úrovni.

Škola by měla sportující dítě vnímat nikoli jako problém, ale jako specifického žáka, jehož vzdělávání vyžaduje partnerský a individuální přístup a dlouhodobé plánování.

6.2 Doporučení pro sportovní kluby a trenéry

Sportovní kluby a trenéři nesou klíčovou odpovědnost za dlouhodobý rozvoj mladých sportovců. Praktická část práce prokázala, že právě přístup trenéra často rozhoduje o tom, zda sport bude se vzděláváním v rovnováze, nebo zda se stane jeho konkurencí.

Doporučení pro sportovní kluby a trenéry zahrnují:

- zakotvení podpory duální kariéry jako součásti klubové filozofie a dlouhodobé koncepce práce s mládeží,
- respektování vzdělávacích povinností sportovců a aktivní komunikaci se školami,
- realistické nastavování sportovních cílů s ohledem na věk, vývoj a individuální možnosti dítěte,
- systematické vzdělávání trenérů v oblasti pedagogiky, psychologie a dlouhodobého rozvoje sportovce,
- posun důrazu od krátkodobých výsledků k dlouhodobé udržitelnosti sportovní kariéry.

Zvláštní pozornost by měla být věnována rozdílné roli trenéra v jednotlivých věkových kategoriích. V mladším věku by měl trenér působit především jako pedagog a průvodce, ve středním věku jako koordinátor sportovní a vzdělávací zátěže a v období 15–19 let jako mentor, který aktivně podporuje vzdělání a připravuje sportovce i na variantu ukončení kariéry.

6.3 Doporučení pro rodiny sportujících dětí

Rodina představuje stabilizační prvek celého systému a její role je v procesu kombinace sportu a studia zásadní. Praktická část práce ukázala, že rodiče jsou často vystaveni tlaku sportovního prostředí a nuceni přebírat odpovědnost za koordinaci sportovní a školní dráhy dítěte.

Rodinám sportujících dětí lze doporučit:

- podporovat vyvážený přístup ke sportu a vzdělávání a nepodléhat tlaku na předčasnou specializaci,

- respektovat doporučení odborníků a udržovat otevřenou komunikaci se školou a sportovním klubem,
- aktivně pracovat s představou „plánu B“ pro případ neúspěchu ve vrcholovém sportu,
- věnovat zvýšenou pozornost psychické pohodě dítěte a prevenci přetížení,
- vytvářet stabilní a bezpečné rodinné zázemí bez nerealistických očekávání.

Rodina by neměla fungovat jako hlavní hybatel sportovní kariéry dítěte, ale jako partner podporující jeho celkový osobní rozvoj.

6.4 Doporučení pro veřejné instituce a systémová opatření

Jedním z hlavních zjištění práce je absence jednotného systémového přístupu ke kombinaci sportu a studia v České republice. Zahraniční modely, zejména rakouský a americký, ukazují, že funkční systém vyžaduje jasná pravidla, institucionální podporu a dlouhodobou strategii.

Mezi klíčová systémová opatření patří:

- vytvoření jednotného rámce podpory duální kariéry sportujících dětí a mládeže,
- metodická podpora škol a sportovních klubů ze strany státu a sportovních svazů,
- finanční a organizační podpora škol a sportovních tříd spolupracujících se sportovními kluby,
- systematické vzdělávání trenérů a pedagogů v oblasti práce se sportující mládeží,
- dlouhodobý sběr a vyhodnocování dat o sportujících dětech a jejich vzdělávací dráze.

Cílem těchto opatření by mělo být vytvoření rovných podmínek pro sportující děti napříč regiony a sportovními odvětvími.

6.5 Shrnutí doporučení

Navrhovaná doporučení směřují k vytvoření funkčního a udržitelného systému, který umožní sladění sportovní přípravy a vzdělávání bez negativních dopadů na budoucnost mladých sportovců. Klíčovým prvkem je spolupráce všech zainteresovaných aktérů a posun od individuálních, často improvizovaných řešení k systémovému přístupu.

Tato kapitola vytváří přímý přechod k závěrečné části práce, která se zaměří na budoucí vývoj a perspektivy kombinace sportu a studia dětí a mládeže v České republice.

Tabulka 2: Míra rizika konfliktu sportu a studia podle sportovního odvětví

Sport	Časová náročnost	Flexibilita	Riziko konfliktu se školou	Typické problémy
Fotbal	Vysoká	Nízká	Vysoké	Selekce, tlak na výkon
Lední hokej	Velmi vysoká	Velmi nízká	Velmi vysoké	Ranní tréninky, únava
Basketbal	Střední	Střední až vysoká	Střední	Závislé na klubu
Atletika	Nízká až střední	Vysoká	Nízké	Individuální režim

Závěr

Hlavní cíl této závěrečné práce byl splněn. Na základě teoretické analýzy, komparace zahraničních přístupů a kvalitativního výzkumu realizovaného formou rozhovorů byly identifikovány klíčové faktory ovlivňující úspěšnou kombinaci sportu a studia dětí a mládeže. Současně byla formulována doporučení směřující ke zlepšení spolupráce mezi školami, sportovními kluby, rodinami a veřejnými institucemi.

Cílem této závěrečné práce bylo analyzovat problematiku kombinace sportu a studia dětí a mládeže ve věku 6–19 let, identifikovat klíčové faktory ovlivňující úspěšné propojení těchto dvou oblastí a porovnat české prostředí se zahraničními modely. Součástí práce bylo rovněž ověření teoretických poznatků prostřednictvím kvalitativního výzkumu realizovaného formou polostrukturovaných rozhovorů s představiteli sportovního, vzdělávacího a rodinného prostředí.

Na základě provedené analýzy lze konstatovat, že sport a vzdělávání nelze vnímat jako dvě oddělené oblasti. Naopak se jedná o vzájemně propojené systémy, které významně ovlivňují budoucí životní dráhu dítěte. Sport přináší řadu pozitivních efektů v podobě rozvoje disciplíny, vytrvalosti, odpovědnosti, schopnosti pracovat v kolektivu a zvládat stresové situace. Současně však může při nevhodném nastavení představovat významné riziko pro vzdělávací dráhu dítěte a jeho budoucí profesní uplatnění.

Práce potvrdila, že nejkritičtějším obdobím z hlediska kombinace sportu a studia je věk 15–19 let. Právě v tomto období dochází ke kumulaci nejvyšších nároků sportovní přípravy s klíčovými vzdělávacími rozhodnutími souvisejícími se středním vzděláním, maturitou a volbou další profesní či akademické dráhy. Tento závěr jednoznačně potvrdila jak analytická část práce, tak realizované rozhovory s trenéry, pedagogem, rodičem sportujícího dítěte i bývalou vrcholovou sportovkyní.

Výzkum dále ukázal, že úspěšná kombinace sportu a studia není výsledkem individuálního talentu nebo mimořádné vůle sportovce, ale především důsledkem funkční spolupráce čtyř základních subjektů – rodiny, školy, sportovního klubu a samotného sportovce. Pokud jeden z těchto pilířů selhává, výrazně se zvyšuje riziko přetížení, psychických problémů, poklesu studijních výsledků nebo předčasného ukončení sportovní kariéry.

Za jeden z nejvýznamnějších poznatků práce lze považovat potvrzení mimořádné role trenéra. Trenér není pouze odborníkem na sportovní přípravu, ale současně významným výchovným a hodnotovým vzorem. Jeho přístup zásadním způsobem ovlivňuje, zda bude vzdělání vnímáno jako přirozená součást sportovní kariéry, nebo jako překážka sportovního rozvoje. Moderní trenér by proto měl být nejen specialistou na výkon, ale také mentorem, pedagogem a partnerem školy i rodiny.

Významným zjištěním je rovněž skutečnost, že současný český systém podpory sportujících dětí a mládeže vykazuje značnou míru závislosti na individuálních podmínkách. Úspěch sportujícího dítěte je často podmíněn kvalitou konkrétní školy, ochotou jednotlivých pedagogů, přístupem trenéra nebo mírou angažovanosti rodičů. Takový systém vytváří nerovné podmínky a vede k tomu, že děti se stejným talentem a motivací mohou mít výrazně odlišné možnosti rozvoje.

Komparace se zahraničními modely ukázala, že řada zemí přistupuje k problematice duální kariéry systematičtěji. Zejména rakouský model institucionální podpory a americký model podmínění sportovní činnosti studijními výsledky představují inspirativní příklady, které potvrzují, že vysoká sportovní výkonnost nemusí být v rozporu s kvalitním vzděláním. Naopak právě propojení sportu a vzdělávání může vytvářet stabilnější a dlouhodobě udržitelnější prostředí pro rozvoj mladých sportovců.

Za nejvýznamnější doporučení vyplývající z této práce lze považovat potřebu vytvoření národního rámce podpory duální kariéry sportujících dětí a mládeže. Takový systém by měl jasně definovat role jednotlivých aktérů, podporovat komunikaci mezi školami a sportovními kluby, rozvíjet vzdělávání trenérů a vytvářet podmínky pro flexibilní vzdělávání sportujících žáků a studentů. Současně by měl podporovat myšlenku, že vzdělání není alternativou ke sportu, ale jeho přirozenou součástí.

Praktickým přínosem práce je identifikace konkrétních rizikových období, problémových oblastí a doporučení využitelných v každodenní praxi škol, sportovních klubů, trenérů i rodičů. Přínosem je také syntéza pohledů různých aktérů sportovního prostředí, která umožňuje lépe pochopit složitost celé problematiky a upozorňuje na nutnost systémového řešení.

Závěrem lze konstatovat, že budoucnost sportu dětí a mládeže v České republice by neměla být postavena pouze na hledání sportovních talentů a dosahování výsledků, ale především na výchově vzdělaných, zdravých a osobnostně vyzrálých lidí. Skutečně úspěšný sportovní systém není ten, který vyprodukuje několik profesionálních sportovců, ale ten, který pomůže tisícům dětí využít pozitivní přínosy sportu a současně je připraví na plnohodnotný život po skončení sportovní kariéry.

Literatura a zdroje

Odborná literatura

Knihy

1. Bailey, R. a kol. *Physical Education and Sport in Schools: A Review of Benefits and Outcomes*. Routledge, 2013.
2. Côté, J., Baker, J., & Abernethy, B. *Practice and Play in the Development of Sport Expertise*. Routledge, 2007.
3. Henriksen, K., Stambulova, N., & Roessler, K. *A Holistic Approach to Athletic Talent Development Environments*. Psychology Press, 2010.
4. Wylleman, P., Reints, A. *A Lifespan Perspective on the Career of Talented and Elite Athletes*. In: *Routledge Handbook of Talent Identification and Development in Sport*. Routledge, 2016.
5. De Bosscher, V., Shibli, S., van Bottenburg, M., & De Knop, P. *Sports Policy Factors Leading to International Sporting Success*. Meyer & Meyer Sport, 2015.

Články

6. Aquilina, D. *A Study of the Relationship Between Elite Athletes' Educational Development and Sporting Performance*. *International Journal of the History of Sport*, 2013.
7. Stambulova, N., Ryba, T.V. *Athletes' Careers Across Cultures*. *Routledge Handbook of Sport Psychology*.

Metodologie a výzkum

8. Creswell, J.W. *Research Design: Qualitative, Quantitative, and Mixed Methods Approaches*. Sage, 2018.
9. Yin, R.K. *Case Study Research and Applications: Design and Methods*. Sage, 2018.

Oficiální zdroje (online)

Sport a mládež

10. Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy – dokumenty o sportu a edukaci *http://www.msmt.cz*
11. Český olympijský výbor – systém práce s mládeží *https://www.olympijskytym.cz*

Webové zdroje relevantní pro práci

12. **AFEU.cz – MBA Manažer/ka sportu / vzdělávací programy** – přehled studijního programu a seminářů, které zahrnují 16 odborných seminářů a webinářů pro MBA i

certifikát.
https://afeu.cz/mba/

13. AFEU.cz – nabídka seminářů a webinářů pro sportovní management (pravidelně aktualizované).
    https://afeu.cz/seminare-a-webinare/
14. **Seminář: Event management ve sportu** – praktické dovednosti práce s organizací sportovních akcí.
    https://afeu.cz/seminar-event-management/
15. **Seminář: Organizační struktura sportovních subjektů** – role leadershipu a struktury v managementu sportu.
    https://afeu.cz/seminar-organizacni-struktura-sportovnich-subjektu/

Semináře AFEU témata -

- sportovní management a řízení organizací
- marketing, komunikace a PR ve sportu
- financování a sponzoring sportovních subjektů
- právní aspekty v sportu
- psychologie sportu a práce s lidmi
- organizace sportovních akcí
- leadership a řízení změn
- strategie a rozvoj sportu

Přílohy

Rozhovor – bývalá vrcholová sportovkyně (případová studie)

Úvod – sportovní a studijní dráha

1. Můžeš stručně popsat svou sportovní cestu od mládežnických kategorií až po vrcholový sport?

   Stručně řečeno byla má sportovní cesta od začátků k vrcholovému sportování velmi plynulá. Asi v 8 letech mě po ustavičném unavování, že chci hrát fotbal, přivedl jeden z rodičů na vysočanskou Pragovku, kde tehdy trénovaly dívky Sparty. Tam začala má mládežnická příprava. Postupem času si mě trenéři začali 'půjčovat' do vyšších kategorií, ačkoli jsem stále věkově spadala mezi mladší hráčky. Stejným způsobem jsem se později dostala i do mládežnické reprezentace – reprezentační vedení mě jednou vytáhlo na sraz a od té doby jsem byla součástí i národního týmu.

2. V jakém věku se pro tebe sport stal hlavní prioritou?

   Zpětně myslím, že už v těch 8. Hrozně moc jsem chtěla hrát a jak se to jednou povedlo, byla to povinnost a závazek. Já své závazky neberu na lehkou váhu a asi jsem nebrala nikdy. Tréninky byly stejně důležité jako škola, zápasy stejně zásadní jako testy a známky. Byl to od té doby můj svět, kterému jsem věnovala všechno.

3. Jak paralelně probíhalo tvé vzdělávání v jednotlivých fázích sportovní kariéry?

   V tomto směru mám velké štěstí, že můžu odpovědět "velmi jednoduše" - ve všech fázích kariéry. Moje domácí příprava do školy byla nulová, učivo jsem pobírala nějak za pochodu a nikdy jsem to nemusela řešit. Opět až zpětně vidím, jak velké požehnání to bylo, zvlášť později, kdy bylo školy víc a fotbal byl občas 5x týdně včetně všech víkendů. Chodila jsem na německé gymnázium, kde se předpokládalo plné oddání se škole - jenže já už byla plně oddaná fotbalu. Ve čtyři jsem skončila výuku a v půl šesté už mě taťka vezl na Strahov. Za tuhle skvělou souhru nejvíc vděčím rodičům a svojí paměti.

Kombinace sportu a studia v ČR

4. Jak náročné bylo v Česku skloubit vrcholový sport se školními povinnostmi?

   Myslím, že to je hlavně o typu školy a vlastních akademických nárocích. Já jsem byla odmala premiant i bez učení a asi proto se doma automaticky předpokládalo, že půjdu na vysokou a vůbec že škola je nejdůležitější. Bylo mi velmi jasně řečeno, že škola bude na prvním místě a že fotbal je vedlejší zájem. Takže vlastně i pohled rodičů na obě hodnoty byl v tomto směru klíčový. Později jsme byli ze školy omlouváni i jménem klubu, případně FAČRu. Jednou se dokonce stalo, že vedení Sparty šlo osobně orodovat do naší ředitelny. Bylo to v termínu pololetních prací a naše školní směrnice neumožňovaly uvolnění žáků v tomto období. My jsme ale měli tenkrát hrát

Rozhovor - rodič sportujícího dítěte (kustod 24/7)

(v práci bude uvedeno např. jako: „rodič sportujícího dítěte ve věku 10 let, kolektivní sport s vysokou časovou náročností“)

---

1. Základní kontext rodiny a dítěte

1. Můžete stručně popsat sportovní aktivitu vašeho dítěte (sport, věk, úroveň)?

   Syn hraje lední hokej - pozice hokejový brankář. Je mu 10 let (5. třída). Úroveň - Liga mladších žáků "B" v rámci Moravskoslezského kraje.

2. V jakém věku začalo dítě sport provozovat organizovaně?

   Lední hokej začal provozovat ve 4,5 letech.

3. Kdy se sport stal výraznou součástí rodinného života?

   S manželkou sportujeme celý život - v dětství profesionálně/aktivně. V manželství jako hobby sportovci.

   1. dítě (dcera) začala profesionálně tančit disco tance ve 4 letech (dnes už jí je 14 let) a 2. dítě (syn) začal hrát ve 4,5 letech.

   Takže odpověď na otázku, kdy se stal sport výraznou součástí života zní - před cca 10-ti lety.

---

2. Každodenní realita - role „kustoda“

4. Jak vypadá běžný den vašeho dítěte v kombinaci školy a sportu?

   Příklad uvedu pouze tedy na syna – ráno před 8 odvezeme syna do školy, kde je standardní dobu a to do 12:30. Dopraví se domů sám a vyzvedneme ho z domu a jedeme na trénink na zimní stadión, kde proběhne trénink. Poté ho odvezeme domů, kde udělá domácí úkoly (ty buď řeší před tréninkem nebo po tréninku).

   Když jsou tréninky před školou, odvezeme ho na trénink a po tréninku ho vezeme do školy a pak odjíždíme do práce.

   Tento režim probíhá od po-pá 4x týdně.

5. Kolik času týdně zhruba zabere sportovní příprava, včetně dopravy?

   Sportovní příprava/trénink vč. dopravy se pohybuje denně v průměru cca 3 hodiny / 4x týdně.

Rozhovor – pedagog / zástupce školy

(v práci anonymně: „pedagog základní/střední školy se zkušeností se sportující mládeží“)

Kontext školy a role pedagoga

1. Jakou roli na škole zastáváte a jak dlouho pracujete se sportujícími žáky?

   Na škole zastávám roli učitele tělesné výchovy a anglického jazyka. Se sportujícími žáky pracuji šestým rokem.

2. Setkáváte se ve své praxi často s dětmi, které kombinují školu s výkonnostním sportem?

   Neřekl bych, že často, ale menších jednotek v rámci jedné třídy se to týká. Samozřejmě velmi záleží i na typu školy. Na sportovních městských školách je koncentrace takových žáků mnohem vyšší, než na školách menšího charakteru na periferii měst.

3. O jaké sporty se nejčastěji jedná?

   Na škole, na které působím se to nejčastěji týká fotbalu, hokeje, plavání a basketbalu.

Sportující žák z pohledu školy

4. Jak škola obecně přistupuje ke sportujícím dětem a mládeži?

   Naše škola se jim obecně snaží vyjít vstříc. Žákům můžeme poskytnout individuální plány, které jim umožní nižší prezenci na výuce, nebo individuální přístup při hledání termínů pro plnění zkoušek. Ze zkušenosti však vím, že to není pravidlem na všech školách – především pak na SŠ.

5. Vnímáte sportující žáky spíše jako přínos, nebo jako organizační zátěž?

   Nemyslím, že by jedno nutně vylučovalo druhé. Je jasné, že pohyb a naplňování sportovních ambicí je největším přínosem pro žáka (a to já maximálně podporuji), ale je to také větší zátěž pro samotného pedagoga. Ze strany učitele je nutná flexibilita v jeho přístupu, přípravách, hodnocení a samozřejmě komunikaci se žákem.

6. V čem se sportující žáci nejčastěji liší od ostatních žáků (docházka, únava, motivace)?

   Pokud se bavíme o žácích s IVP, tak ti mají povolenou vyšší absenci – často to žáky motivuje k lepším studijním výsledkům… vnímají určitý závazek za vstřícný krok ze strany školy. Je to však velmi individuální a nedá se to paušalizovat. Občas se bohužel také shledáváme s tím, že tito žáci svých „privilegií“ spíše zneužívají a sport používají jako omluvu za nedostatečné plnění školních povinností.

ROZHOVOR – TRENÉR MLÁDEŽE BASKETBAL

(kolektivní sport, výkonnostní / talentová úroveň)

Kontext trenéra a sportovního prostředí

1. Jak dlouho se věnujete práci s mládeží a v jaké věkové kategorii aktuálně působíte?

Mládeži se věnuji dlouhodobě (cca 20 let), systematicky pracuji hlavně s kategorií U18, zároveň působím jako skills-coach napříč věkovými kategoriemi – hlavně individuální příprava profesionálů v létě.

2. Jak byste charakterizoval úroveň sportovní přípravy ve vašem klubu (výkonnostní, akademická, rekreační)?

Jednoznačně výkonnostní s přesahem k vrcholovému sportu. U starších kategorií už jde o přípravu hráčů na profesionální basketbal nebo minimálně na velmi vysokou úroveň (NCAA, nejvyšší soutěže).

3. Vnímáte rozdíl mezi sportem jako volnočasovou aktivitou a sportem s ambicí profesionální kariéry?

Ano, zásadní. Volnočasový sport je o radosti a pohybu. Výkonnostní a vrcholový sport je o systematické práci, disciplíně, obětech a dlouhodobé strategii. Tam už nestačí „chodit trénovat“, ale je nutné řídit celý životní styl.

Časová náročnost a tréninková zátěž

4. Jaké jsou nároky na časovou dotaci dětí v jednotlivých věkových kategoriích (cca 6–10, 10–15, 15–19 let)?

- **6–10 let:** 2–3 tréninky týdně, důraz na pohybovou všestrannost.
- **10–15 let:** 3–5 tréninků týdně + zápasy, začíná systematičtější příprava.
- **15–19 let:** 5–7 tréninkových jednotek týdně + soutěže, individuální rozvoj, silová příprava, video, regenerace.

5. V jakém věku podle vás dochází k největšímu nárůstu tréninkové a soutěžní zátěže?

Mezi 14–16 lety. Přechod do kadetů/juniorů znamená výrazné zvýšení intenzity, objemu i tlaku na výkon.

6. Jakým způsobem řešíte regeneraci a prevenci přetížení u mladých sportovců?

ROZHOVOR – TRENÉR MLÁDEŽE BASKETBAL

(kolektivní sport, výkonnostní / talentová úroveň)

Kontext trenéra a sportovního prostředí

1. Jak dlouho se věnujete práci s mládeží a v jaké věkové kategorii aktuálně působíte?

   20 let, momentálně trénuji muže a juniory do 19 let

2. Jak byste charakterizoval/a úroveň sportovní přípravy ve vašem klubu (výkonnostní, akademická, rekreační)?

   Výkonnostní

3. Vnímáte rozdíl mezi sportem jako volnočasovou aktivitou a sportem s ambicí profesionální kariéry?

   ANO

Časová náročnost a tréninková zátěž

4. Jaké jsou nároky na časovou dotaci dětí v jednotlivých věkových kategoriích (cca 6–10, 10–15, 15–19 let)?

   6-10 = 2h týdně (2x60minut), 10-15 6,5h (3x trénink + utkání), 15-19 10h (4xtrénink, posilovna, utkání)

5. V jakém věku podle vás dochází k největšímu nárůstu tréninkové a soutěžní zátěže?

   15 – 16 let

6. Jakým způsobem řešíte regeneraci a prevenci přetížení u mladých sportovců?

   Klubový fyzioterapeut, kondiční trenér, externí ortoped, mentální kouč

Sport × studium – konflikt nebo spolupráce?

7. Vnímáte v praxi konflikt mezi sportovní přípravou a školní docházkou?

   Ano, pro některé jedince je skloubení denního studia se sportem náročné.

8. V jakém věku se tento konflikt objevuje nejčastěji?

   Střední škola. Naopak u VŠ konflikt tolik nepozoruji

9. Jak často řešíte se sportovci nebo rodiči problémy spojené se školou?

ROZHOVOR – TRENÉR MLÁDEŽE HOKEJ

(kolektivní sport, výkonnostní / talentová úroveň)

Kontext trenéra a sportovního prostředí

1. Jak dlouho se věnujete práci s mládeží a v jaké věkové kategorii aktuálně působíte?

Trénuji již 5 let a momentálně jsem hlavní trenér dorostenců – kategorie U17.

2. Jak byste charakterizoval/a úroveň sportovní přípravy ve vašem klubu (výkonnostní, akademická, rekreační)?

Výkonnostní.

3. Vnímáte rozdíl mezi sportem jako volnočasovou aktivitou a sportem s ambicí profesionální kariéry?

Ano a je velmi velký.

Časová náročnost a tréninková zátěž

4. Jaké jsou nároky na časovou dotaci dětí v jednotlivých věkových kategoriích (cca 6–10, 10–15, 15–19 let)?

Podle mě by měly všechny kategorie mít podobné časové zastoupení ve sportu. Akorát kategorie 6-10 let a možná i 10-15 by měla být více rozmanitá tudíž větší zastoupení sportů. Věkové kategorie by se měly lišit hlavně v objemu a intenzitě zatížení.

5. V jakém věku podle vás dochází k největšímu nárůstu tréninkové a soutěžní zátěže?

Určitě mezi 13.-15. rokem.

6. Jakým způsobem řešíte regeneraci a prevenci přetížení u mladých sportovců?

Správným nastavením tréninkových jednotek jak v mikrocyklech, tak mezocyklech nebo i v celém makrocyklu dle nastavení soutěže. Dále informovaností jedinců ohledně možností regenerace a podpůrných cviků pro prevenci zranění. V neposlední řadě také přímé regenerační praktiky a cviky na prevenci zranění zařazené do jednotlivých tréninkových jednotek.

Sport × studium – konflikt nebo spolupráce?

7. Vnímáte v praxi konflikt mezi sportovní přípravou a školní docházkou?