

KONCEPCE VÝCHOVY MLÁDEŽE HC KOPŘIVNICE

HC Kopřivnice – mládež vychází z metody tzv. **přirozeného učení** – děti se učí dovednostem tak přirozeně, jako se učí chodit nebo mluvit. Zásadním stavebním prvkem, který tento způsob učení prostupuje, jsou **emoce a vnitřní uspokojení**.

Proces tréninku nejmladších hokejistů spočívá v tom, že **děti si hrají** (různé hry s upravenými pravidly, soutěže, honičky atd.) a během toho, aniž by si to uvědomovaly, se učí nějakou dovednost a pohybu na ledě (oblouk, uvolňování se v prostoru atd.). Učení je spontánní a takové učení je i neefektivnější.

V praxi to znamená používat o něco méně instrukcí (pokrč nohy, zpevni se, narovnej se) a tlačit dítě do toho, aby na pohyb přišlo samo. Neznačená to, že děti nebudeme ničemu učit, ale dávat jim takové podněty, aby si na jejich základě osvojili dovednosti co nejlépe.

Velmi důležitou funkci v tomto tréninkovém programu mají **emoce**, protože pokud je nějaká činnost citově podbarvena, je její zapamatování jednodušší a opakovaně pak snadněji vyvolatelné.

Tréninkové prostředky k tomuto vedení tréninku jsou především **hry a soutěžení**. Soutěžením není myšleno, aby byl někdo první nebo kladen důraz na výsledky, ale soutěžení ve smyslu **překonávání překážek**. S přibývajícím věkem jsou pak tréninky koncipovány účelově tak, aby v dětech postupně v odpovídajícím věku rozvíjely takové schopnosti, které budou potřebovat ve vyšších věkových kategoriích.

Je jasné, že každý mladý hokejista/hokejistka má jiné fyzické a emoční predispozice a každý má jiné hranice svých dovedností, ale klademe největší důraz na to, aby se děti naučily tomu, že **vítězem je každý**, kdo se svým vlastním hranicím dokáže přiblížit. Vidět na dětech úsilí a zapálení, to už je samo o sobě vítězstvím.

Jde nám o to, abychom k hokeji přivedli co nejvíce malých dětí a vedli trénink a později i utkání tak, abychom co nejvíce dětí a jejich rodičů u hokeje udrželi, a vytvořili tak u dětí správné návyky a samozřejmě, pokud možno, co nejširší základnu pro vyšší věkové kategorie našeho klubu. Je nicméně potřeba si uvědomit, že profesionálním hokejem se budou zabývat pouze asi 2 % z celkového počtu dětí. Všem dá ale sportování **ohromné a neocenitelné zkušenosti a sociální návyky do života**.

Nejlepší hráči se naučili hrát hokej především prostřednictvím hry. *„Je lepší jednou vidět, než desetkrát slyšet a je lepší jednou zažít, než desetkrát vidět.“*

Úkolem trenérů přípravy je, aby si děti hokej zamilovaly tak, že po postupu do žákovských kategorií, kde se již začíná objevovat vzrůstající tlak na výkon jak na tréninku, tak i v zápase byly právě díky faktu, že si život bez hokeje „neumí představit“ schopni opustit svou komfortní zónu a trénovat na maximum svých schopností.