

ČESKÝ SVAZ LEDNÍHO HOKEJE

Vedení mužstva během utkání

aneb

Coaching by Scotty

*Volně přeloženo z materiálů trenérské konference
ze švédštiny přeložil Martin Hosták
z ruštiny přeložil Zdeněk Pavliš*

Zpracoval: PhDr. Zdeněk Pavliš

Praha 2008

V hokejové literatuře se nenajde mnoho osobních výpovědí trenérů o koučinku. Přitom každá sdělená zkušenost může být v trenérské praxi zdrojem poznatků i obohacením vlastního odborného obzoru a přístupu. Platí to dvojnásob, jde-li o takové trenéry, jako jsou Scotty Bowman a Barry Smith.

Scotty Bowman působil jako hlavní trenér v NHL 30 sezón. Za tu dobu trénoval 9 let Detroit Red Wings, 2 roky Pittsburgh Penguins, 7 let Buffalo Sabres, 8 let Montreal Canadiens a 4 roky St. Louis Blues. Třináctkrát vedl svůj tým do finále Stanley Cupu a dosáhl neuvěřitelného rekordu devíti vítězství. Je těžké si představit, že by tento rekord mohl být někdy překonán. Navíc je jediným trenérem v historii NHL, kterému se podařilo vyhrát Stanley Cup se třemi různými kluby: s Montrealem (pětkrát), s Pittsburghem (jednou) a s Detroitem (tříkrát). Je také suverénně nejúspěšnějším trenérem historie NHL v počtu vyhraných utkání, 1467 (223 v play-off). Dvakrát Scotty Bowman byl vyhlášen nejlepším trenérem NHL a získal tak „the Jack Adams Award“ (v letech 1977 a 1996). Mimo to byl třináctkrát trenérem při All-Star games, což je také rekord. V roce 1991 byl slavnostně uveden do Hockey Hall of Fame – hokejové síně slávy.

Barry Smith byl 11 sezón asistentem trenéra v Detroit Red Wings. Za tu dobu vyhrál Stanley Cup třikrát, v letech 1997, 1998 a 2002. Dříve byl druhým trenérem v Pittsburghu Penguins a byl při dvou vítězství tohoto týmu, v letech 1991 a 1992. Ve Švédsku působil jako asistent trenéra národního týmu Tre Kronor a zúčastnil se MS 1996 a OH 1998. Navíc se zúčastnil s národním týmem USA jak MS 2004, tak Canada Cupu v roce 1991. Byl asistentem trenéra v týmu Phoenix Coyotes. Barry Smith je držitelem titulu „Masters degree in Physical Education“.

PhDr. Zdeněk Pavliš
TMK ČSLH



Bench management

Mezi Kanadou, USA a Evropou existují výrazné kulturní rozdíly, které se týkají také výrazu „bench management“ volně přeloženo – vedení mužstva během utkání. Historicky nebyli trenéři v Evropě (Rusko nevyjímaje) nijak zvlášť aktivní během utkání. Zjednodušeně řečeno používali ustálené pořadí útoků, obranných dvojic nebo celých pětiek. Na rozdíl od Kanady, kde trenéři vždy využívali nejvhodnější hráče pro danou situaci na ledě.

Bývalý obránce Tre Kronor a kanadsko-americké NHL kdysi řekl:
„Pokud mužstvo hraje na tři pětiky, švédský hokejista očekává dvacet minut na ledě, kdežto Kanadčan nula. Ten čas, který bude hrát, si nejdříve musí zasloužit.“

Změna k aktivnějšímu koučování

Během posledních 15 – 20 let se bench management v Evropě hodně změnil. Vývoj samozřejmě upřednostňuje nejlepší hráče, kteří tak hrají nejvíce, ale stále zdaleka ne v takové míře jako v zámoří.

Nejvýraznější změna je v nasazování hráčů do přesilovek a na oslabení. Většinou mají týmy dvě pětice připravené na přesilovou hru a dvě na oslabení. Pochopitelně jsou sestavené z hráčů, kteří se na danou činnost nejvíce hodí – v takových situacích trenéři upouštějí od pravidelného střídání.

Trenéři nejsou tak „živí“ ve svém koučování jako Kanadčané (neposuzujeme správně nebo špatně). Kanadský koučink je výrazně aktivnější.

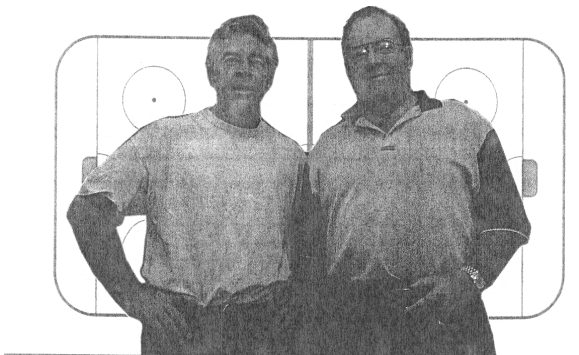
Kanada se více přizpůsobuje situaci

V Kanadě převládá nasazování sestav útok proti útoku. Mít správného centra proti konkrétnímu soupeři. Žádné sestavování pětiek. Extrémním příkladem budiž rozhodující zápas Kanadského poháru v roce 1987. Mike Keenan použil 29 různých sestav svých hráčů během dvou třetin.

Shrnutí

Stále existují rozdíly mezi severoamerickým a evropským koučinkem. Posledních 15 let ukázalo, že se evropský koučink čím dál více blíží zámořské tradici. Stále je však méně běžné, aby byli hráči střídáni podle situace na ledě. Stále se objevuje názor, že změna rytmu ve střídání vede jen ke zmatení vlastních svěřenců.

Scotty Bowman a Barry Smith - Umění vedení mužstva během utkání



Umění vedení mužstva během utkání

S rozšiřováním mezinárodní spolupráce se začaly využívat jiné metody a styly práce. Kanadané a Američané nazývají své trenéry „kouči“ a styl jejich práce je velmi odlišný od tradičního evropského pojetí. Severoameričtí trenéři byli a jsou výrazně aktivnější během utkání, častěji zasahují do dění na ledě s různými taktickými variantami a hráčskými přesuny.

Zámořský kouč mužstvo trénuje, připravuje a vede ho v utkání. Koučuje i v okamžiku, kdy dává hráčům instrukce během tréninku a přípravy na utkání. Během utkání se jeho role mění, už neučí, ale takticky sestavuje svůj tým, posílá správné hráče na led ve správnou chvíli. Tato činnost se v angličtině popisuje jako „manage the team“ nebo (protože hráči sedí na střídačce – angl. bench) „bench management“.

Do češtiny se to dá nejlépe přeložit jako vedení střídačky neboli vedení mužstva během utkání. Je trošku ironické, že mezi běžnými lidmi výraz koučovat symbolizuje tu část trenérské práce, kterou vůbec nevyjadřuje. Abychom se vyhnuli budoucím nedorozuměním, bude tento text používat výraz vést nebo vedení mužstva ve chvíli, kdy se bude hovořit o práci trenéra během utkání.

Jak povýšit vědu na umění

Scotty Bowman je podle mínění řady expertů naprostý génius pokud se týká vedení mužstva

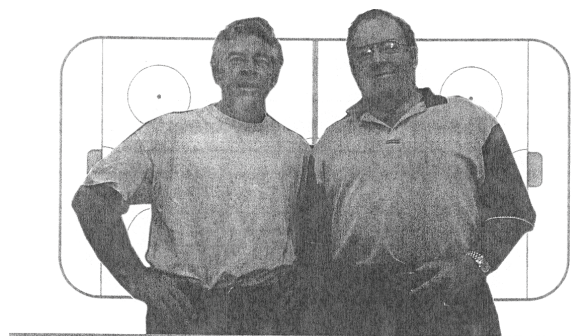
během utkání. Bez váhání je to nejúspěšnější trenér v historii NHL, což často dokumentuje jeho neuvěřitelný cit pro to, aby měl v pravý čas správné hráče na správném místě. Podle některých má jakýsi šestý smysl pro toto umění. Jestli má nebo nemá šestý smysl a jestli je skutečný génius, o tom se může diskutovat. Všichni se ovšem shodnou, že pokud budeme hodnotit schopnost vést mužstvo během utkání, nikdo nebyl lepší než Scotty Bowman.

V tomto pojednání se pokouší Scotty s pomocí svého dlouholetého spolupracovníka Barry Smithe vysvětlit, v čem spočívá toto umění, jak je možné ho provádět co nejefektivněji. Vysvětlit logicky nebo dokonce vědecky, jak pracuje umělec, se snadněji řekne než udělá. Picasso kdysi řekl:

„Proto, aby ses stal umělcem, musíš umět namalovat rovnou čáru. Ale ne každý, kdo umí rovnou čáru, se stává umělcem.“

Možná Vám Scottyho poznámky dají do ruky nástroj k tomu, abyste mohli nakreslit rovnou čáru. K rozvíjení umění, musíte sami experimentovat, hledat a cílevědomě pracovat s vlastními myšlenkami, pocity a nápady. Hodně štěstí!

Scotty Bowman a Barry Smith - Umění vedení mužstva během utkání



Díl A – Příprava na utkání

Analýza utkání a hodnocení hráčů

Příprava na další utkání začíná už ve chvíli, kdy ten předchozí skončil. První úkol trenérského týmu je zanalyzovat utkání a zhodnotit výkony jednotlivých hráčů. Jak hluboká tato analýza bude, závisí více na rozpisu utkání než našem rutinním postupu. Pokud druhý den nehrajeme, může být analýza důkladnější, můžeme studovat povedené věci i chyby do větších detailů. Jestliže však druhý den hrajeme, musí být analýza povrchnější.

Při rozboru utkání diskutujeme v rámci trenérského týmu vše, co jsme viděli. Sledujeme podrobně, jak fungoval náš systém a změny v něm, jak reagoval soupeř, aby naši taktiku rozbil. Nejvíce se soustředíme na hru v přesilovkách a oslabeních. Pokud se jedná o zápas play-off, studujeme detailněji hru soupeře. Pokud jde o běžné utkání dlouhodobé části, sledujeme spíše obecné tendence a eventuální nečekané tahy protivníka. Pomůckami pro takovou analýzu je hlavně videozáznam a celá řada statistických údajů.

Video je naprogramované tak, že jsou v jedné sekvenci zachyceny stejné situace, například vřazování v útočném pásmu nebo založení soupeřova útoku. Na konci porady máme sumarizován celý vývoj zápasu, tendence ve hře soupeře i to, jak naše hra fungovala. Do výsledného protokolu patří také odkazy na videomateriál, abychom snadno našli situace, které budeme chtít ukazovat hráčům.

Vždy provádíme hodnocení hráčů. Pro jednoduchost hodnotíme stupnicí jedna až pět, kdy jednička je nejlepší. Abychom hráče zbytečně nedostávali dolů, vyhýbáme se „pětkám“. Na druhé straně není dobré, aby měl hráč pocit, že je dokonalý, takže „jedničku“ využíváme velmi zřídka. Abychom získali trošku širší možnosti při hodnocení, používáme často „půlbody“, např. 1,5 nebo 3,5. Hodnotíme vždy s ohledem na okolnosti, možnosti a schopnosti daného hráče. Naše spokojenost také hodně závisí na roli a úkolech, které měl v daném utkání hráč plnit. Pokud jeho úkolem byla převážně hra v oslabení, nebude mít nízkou známku, jestliže neskóroval. Čistě teoreticky může hráč vstřelit tři branky a přesto mít „nedostatečnou“. V praxi se to samozřejmě nikdy nestalo. Pokud hráč dá tři branky, hraje v takové pohodě, že i ostatní úkoly plní velmi úspěšně.

Hodnocení je osobní, proto se známky nikdy nezveřejňují. Sledování osobních hodnocení je velmi důležité. Zhruba po deseti zápasech máme individuální pohovory s jednotlivými hráči. Tam nastíníme hráči naše pocity a hodnocení jeho hry a vyslechneme si jeho názory a komentáře k vlastní hře.

Cílem těchto pohovorů je snaha podpořit hráčovo sebehodnocení a zvýšit jeho motivace před dalšími zápasy. Nemůžeme nechat bez povšimnutí, pokud hráč v několika po sobě jdoucích utkáních podal výkon pod svými možnostmi. Nějakým způsobem se musí z krize dostat a ventilovat to, co ho brzdí. Důležité je, aby se soustředil na nadcházející utkání a našel něco, na co by se mohl těšit. Někteří hráči podávají lepší výkony v domácím prostředí, někteří na hřištích soupeřů.

Většina hráčů má svého oblíbeného soupeře, tým proti kterému se mu zpravidla daří. Snažíme se proto najít takové části hry, které hráči vyhovují. Pozitivní myšlení je první krok k návratu k odpovídajícím výkonům daného hráče. Snažíme se také nejtít a vypíchnout malé detaily, o kterých víme, že je zvládne, byť nemá optimální formu. Pokud má například problémy s produktivitou, snažíme se jeho pozornost obrátit k defenzivním úkolům.

„Především sledujeme hru v přesilovkách a oslabeních.“

Zpětnou vazbu mají hráči z různých stran

V Detroitu jsme měli vlastní systém statistik, ale v blízké budoucnosti bude vše automatické s pomocí moderní elektroniky.

Je velmi důležité, abychom při komunikaci s hráči byli velmi přesní a jednoznační. Není možné si některé názory nechat pro sebe. Obecně jsou hráči velmi aktivní při hledání vlastního hodnocení. Po skončení utkání, to trvá maximálně deset minut, než se objeví statistiky, které ukazují, kolik který hráč strávil na ledě času. Z tohoto údaje pak usuzují, jak trenér přemýšlel, co si myslí o jeho hře. V podstatě není na škodu, když hráči vědí, kolik minut odehráli. Bez trenérova vysvětlení, proč tomu tak bylo, je tu riziko, že hráč uspěchá své závěry. Navíc není oficiální statistika NHL úplně dokonalá a často je údaj o čase stráveném na ledě nepřesný. Z těchto důvodů je individuální hodnocení hráčů velmi důležité.

Práce s médii

Zpětnou vazbu vlastních výkonů získává hráč také z médií. Důležité je neřít novinářům něco, z čeho by mohli vyrobít nějakou historku. Ze zkušeností víme, že pokud se zmíníte o konkrétním hráči, okamžitě jdou a konfrontují ho s vašimi názory a čekají na komentář. Taková polemika může způsobit velké problémy uvnitř týmu, proto je důležité být velmi opatrný pokud jde o hodnocení jednotlivých hráčů.

Důležitý je také jednotný postoj celého realizačního týmu. Obecně se dá říct, že pouze hlavní trenér komentuje hru týmu a základním pravidlem je zůstat pozitivní. Bohužel někdy i pozitivní prohlášení o některém z hráčů může být vykládáno jako kritika jiného.

O soupeřích je třeba mluvit vždy slušně a s respektem. Nemá to moc co do činění se slušností nebo respektem, ale chcete se to vyhnout kontroverzi, která zvýší soupeřovu motivaci.

Zmást soupeře falešnými informacemi je nesmírně obtížné, cílem tedy zůstává neodhalit nic, co by mohlo soupeři pomoci s analýzou vaší hry.

Rozbor hry soupeře před utkáním

Poměrně hodně času věnujeme analýze hry soupeře. Spolupracuje přitom celá řada pomocníků. Většina z nich nejsou skauty na celý úvazek, mají i jiné úkoly. Před každým zápasem má jeden ze skautů za úkol rozebrat hru soupeře. Jejich analýzy se liší, ale některé údaje musí vždy obsahovat:

- sestavení obranných dvojic a útočných trojic
- založení útoku
- napadání
- obranu středního pásma
- přesilovou hru
- oslabení
- postavení na vhazování

Každý ze skautů má osobní kvality, takže doplňuje analýzu vlastními postřehy a nápady. Pokud je to možné, snažím se vždy soupeře sledovat v utkání, abych sám zhodnotil, jak aktuálně hraje.

„Video je pro mě důležitější než písemná zpráva“

Přístup k videozáznamu utkání soupeře máme vždy, nejlepší je sledovat jejich poslední. Ne všechna utkání se vysílají na satelitních kanálech, musíme si tedy videozáznamy měnit s ostatními týmy.

Video je pro mě důležitější než písemná zpráva, protože mi umožňuje vidět situace, o kterých se zmiňují skauti. Většina videozáznamů je připravená, takže snadno najdu situace, které potřebuji studovat podrobněji. Pokud tomu tak není, jeden z asistentů musí celý záznam projít a vyhledat žádané sekvence zápasu. S připraveným záznamem se pak pracuje poměrně rychle. Obvykle sledují zápas všichni trenéři a společně hledají soupeřův styl hry. Pokud má soupeř mimořádně šikovné hráče, je dobré vysledovat jejich oblíbené kombinace nebo reakce na vhazování.

„O soupeřích je třeba mluvit vždy slušně a s respektem.“

V rámci analýzy soupeře projdeme také vlastní poznámky z předchozích vzájemných utkání. Situace z těchto zápasů mohou být velmi dobrým vodítkem pro hráče. Tento proces, který začíná zprávou od skautů a končí studováním soupeře na videu je zaběhnutá rutina, kterou provádíme před každým utkáním s jakýmkoli soupeřem.

Sestavení plánu utkání



„Nemáte žádný vliv na to, co udělá soupeř, zato určujete, co bude dělat váš tým.“ (S. Bowman, 2005)

Procedura sestavování plánu zápasu se liší podle typu soupeře. Některé známe velmi dobře, protože se s nimi utkáváme často. Hluboká znalost soupeře je pochopitelně výhodou, ale nemáte žádný vliv na to, co soupeř udělá, zato máte pod kontrolou, co bude dělat váš tým. Trenérův absolutně nejdůležitější úkol před utáním je připravit vlastní mužstvo a organizaci jeho hry co nejlépe.

Trenérskou poradou, kterou jsem popisoval na minulých stránkách absolvujeme obvykle v den utkání, bezprostředně po dopoledním tréninku. Důvodem tohoto poměrně pozdního termínu je velmi nahuštěný zápasový program, který nám neumožní delší přípravu. Oddálit některá rozhodnutí blíže k začátku utkání může mít také své výhody. Často například musíte čekat až po skončení rozbruslení, kdy se dozvíte, kteří hráči z pohledu zdravotního mohou hrát.

Cílem naší porady je domluva, jak nejlépe připravit hráče na utkání. Snažíme se proto nahlížet na všechny problémy z různých úhlů pohledu. Každá změna má také negativní vedlejší účinky, a proto je třeba se ujistit, že změny budou mít pozitivní dopad na hru týmu dříve, než je oznámíme hráčům. Náš definitivní plán utkání často obsahuje pouze drobné úpravy obvyklé taktiky, které jsou reakcí na hru soupeře a jeho silné stránky.

Tyto změny nejčastěji spočívají ve volbě napadání soupeře a přechodu středního pásma. Nejvýrazněji se mění naše hra v oslabení. Největší část přípravy spočívá ve snaze hrát tak, abychom donutili soupeře změnit jeho hru.

Velkou část plánu tvoří reakce na naše předcházející vystoupení. Pokud něco fungovalo, musíme se ujistit, že to bude fungovat i nadále. Pokud něco nefungovalo, musíme to změnit. Jako příklad vezmeme nepovedené přesilové hry. Jeden z trenérů pozorně prohlédne video, aby zjistil příčinu neúspěšných přesilovek. Důvody mohou být různé, proto je důležité vypíchnout pozitivní i negativní situace a použít je v přípravě na další utkání. Takto tvoří celá sezóna jeden dlouhý řetěz, kde každý zápas způsobí změny a vylepšení pro ten další.

I když jsou v naší hře neustálé změny a úpravy, základ zůstává stejný. Systém naší hry je jakýsi základ, který hráči dokonale znají a dává jim jistotu. Proto jsme velmi důslední co se týče základních principů naší hry a pokud děláme nějaké změny, jsou to pouze drobné úpravy.

Podklady pro tvorbu našeho zápasového plánu jsou:

- Analýza předchozího utkání
- Zpráva skautů
- Sledování videa
- Výkony hráčů v minulých zápasech
- Speciální příprava
- Poslední vzájemný zápas

Část přípravy spočívá také v sestavení útoku a složení mužstva. V NHL má trenér k dispozici pouze 23 hráčů, z nichž 20 může nastoupit k danému utkání. Pokud chce trenér provádět nějaké změny, má pouze tři náhradníky na výběr. Nejčastější změny tak spočívají v promíchání jednotlivých útoků a obranných dvojic. Proti některým týmům se vyplatí postavit hráče se speciálními schopnostmi, například někoho hodně důrazného. Největší vliv na sestavení mužstva mají výkony z předchozích utkání.

„Trenérův absolutně nejdůležitější úkol před utkáním je připravit vlastní mužstvo a organizaci jeho hry co nejlépe.“

Výběr brankáře



Hodně brankářů má rádo, když vědí o své nominaci na utkání den předem. Je to v zásadě správné pravidlo, protože jen tak mají dostatek času na vlastní přípravu. Někteří ale povolí v tréninkovém úsilí, když vědí, že druhý den nebudou chytat, a to může mít negativní vliv na mužstvo. Navíc nejsou tito náhradníci plně připravení na případ, že by bylo nutné vystřídat během utkání. Proto jsem nikdy neměl pevná pravidla, kdy jsem oznamovat nominaci brankářů.

Potřebuji, aby oba brankáři byli připraveni hrát, a tak jim nominaci oznamuji v době, která podle mého názoru vyhovuje nejlépe. Ideální čas bych viděl před ranním tréninkem, ale zápasový plán tvoříme až po něm a pozice brankáře v něm hraje důležitou roli. Proto musí brankáři občas čekat na naše rozhodnutí, kdo začne v brance. Je to spíše výjimečné, ale může se to stát.

Pokud máte jednoznačnou brankářskou jedničku, není nutné dělat prakticky nic, dokud není jasné, že nebude začínat. Pochopitelně se i náhradník musí připravit, i když si je vědom, že nebude od začátku chytat. Moc dobře ví, že musí být neustále připraven, ale pravděpodobně trénuje pilněji, protože si je vědom toho, že nebude svoje schopnosti rozvíjet při utkání.

Rozhodnutí o změně brankáře, který v utkání začíná, vychází z řady bodů – únava, výkony, soupeř a především zápasový program. Stane se, že hrajeme čtyři utkání během pěti dnů a je velmi neobvyklé, aby celou sérii odchytil jeden. Pokud se rozhodnete postavit brankáře, který měl delší přestávku, je moudré dát mu vědět, že bude chytat, co nejdříve.

Jestliže je jeden z brankářů vhodnější proti určitému soupeři, bude změna na místě, ale jinak je nejdůležitějším důvodem ke změně zápasový program. Chytat utkání dva dny po sobě je velmi únavné. Domácí utkání je optimální zahajovat s odpočínutou brankářskou jedničkou.

Sestavování obranných dvojic a útoků

Najít tu nejlepší variantu sestavení útoků spočívá nejméně v tom, najít dva hráče, kteří hrají společně nejlépe. Osobně si myslím, že je dobré nechat danou dvojici spolu hrát co nejvíce, aby si na sebe zvykli a měli čas se sehrát. Třetí útočník je variabilní. Podle situace v zápase můžeme pár doplnit hráčem s důraznou hrou, někým rychlým nebo někým s dalšími přednostmi. Různí hráči působí odlišně na dynamiku trojice. Aby bylo vůbec možné tyto změny provádět, musí být hráči zvyklí na různé spoluhráče. Současně má své výhody nechat hráče delší čas ve stejné formaci a toho se snáze docílí u dvojic než u celých útoků.

Nechat celou pětici pohromadě má také své výhody, proto se o to v některých sekvencích zápasů snažíme. V NHL je to ovšem komplikované, neboť máme k dispozici pouze 18 hráčů. Při střídání za hry se navíc velmi těžko sladí střídání obránců a útočníků. Z toho vyplývá, že udržovat pětice pohromadě jde vlastně jen v situacích, kdy je přerušena hra, například před zahájením přesilové hry.

Při sestavování dvojic nebo trojic nemáme přesně daná pravidla, která by určovala, že útok vždy tvoří dané typy hráčů a obrannou dvojici tvoří jeden ofenzivní a jeden defenzivní obránci. Vše záleží na konkrétní situaci. Často využíváme tři ofenzivní útočníky v jedné formaci a dva ofenzivní obránci spolu. V Detroitu hráli fantasticky spolu Matthew Schneider a Nicklas Lidström a přitom jsou oba silně ofenzivní typy.

Důležitější než sestavení obranných dvojic je schopnost hrát s kýmkoli. Obránci dále od střídačky má často problémy se střídáním za hry. Ve chvíli, kdy jeho kolega střídá, musí být schopný hrát s naskakujícím spoluhráčem. Tento problém nastává především ve druhé třetině. Navíc mají obránci jiné dvojice pro hru v přesilovce, takže následující střídání hrají často obránci, kteří jinak nejsou tolik vytěžováni. Jejich spolupráce ani v tomto případě nesmí váznout.

„Rozhodnutí o změně brankáře, který utkání začne, vychází z řady bodů – únavy, výkonu, hry soupeře a především zápasového programu.“

Příprava na utkání



„V porovnání s jakoukoliv sehraností získáváte velkou výhodu, pokud trénujete hráče tak, aby mohli nastupovat s kýmkoli.“

Hráči si na sebe zvykají a každý má oblíbeného spoluhráče, se kterým si rozumí na ledě i mimo něj. Toto je ale jen jedna část problému. Hlavní je sestavovat formace s ohledem na jejich roli v utkání. Uvedu některé příklady.

Pokud potřebujete silnou defenzivní formaci, od které neočekáváte výraznou hru v ofenzivě, spojte hráče, jejichž silnou stránkou je právě obrana.

Pokud potřebujete vyváženou trojici, znamená to, že jeden z hráčů bude mít více defenzivní úkoly. Ještě výhodnější je dát k sobě hráče, kteří se společně podělí o obrannou činnost. V ideálním případě jsou to tři nejlepší útočníci. Potom je můžete nasadit prakticky za jakékoli situace.

Přestože mají jednotlivé formace různé úkoly, musí dodržovat stejný herní systém. V rámci systému je prostor, který umožňuje individuální řešení situací. Někteří hráči jsou tvořivější než jiní, ty v kreativitu povzbuzujeme. Jiní jsou výtečními bruslaři, mají rádi forčekink a jsou v něm úspěšní. Ty pobízíme k nátlakové hře v útočném pásmu. Všichni dodržují stejný systém, ale různým způsobem. Kdybychom mohli používat kompletní pětice, rozdíl by byly ještě větší. Protože však využíváme nejčastěji čtyři útoky a tři obranné dvojice, získáváme výhodu, pokud se všichni hráči umí přizpůsobit dané formaci. Důležitý je základní rámec našeho systému, který musí dodržovat všichni. Tento rámec také dodává hráčům určitou jistotu.

Příprava alternativního plánu – plán „B“

Někdy hraje soupeř velmi přesně podle svého plánu, dokonale posílá své formace proti našim. Pokud hrajeme dobře, znamená to, že plán funguje a není třeba nic měnit. Pokud se ovšem utkání nevyvíjí dobře a trenér chce něco změnit, musí na to být připravený už před jeho začátkem. Předem si musí projít všechny eventuality.

Kdyby se během zápasu řídil při změnách jen svým instinktem, mohly by takové změny přinést nežádoucí vedlejší problémy. Je proto nutné už před utkáním projít možné varianty vývoje a najít pro ně řešení. Často se sám sebe ptám: „Co udělám, když se stane tohle, co udělám, když se stane tamto?“ Nemůžete čekat se změnami do dalšího utkání, pokud váš plán nefunguje. Musíte mít v záloze plán „B“.

Po třiceti úspěšných sezónách, 9 vyhraných Stanley Cupech a více než 2500 zápasech říká Scotty Bowman toto:

„Nespoléhám se jen na svoje zkušenosti, když něco měním v průběhu zápasu. Vše je moc rychlé na nějaké hluboké přemýšlení. Každé utkání mám jinou sestavu, každý zápas jiného soupeře. Před začátkem proto chci mít jasno, co se svým týmem chci a budu dělat dnes večer.“

Plán „B“ si nechávám pro sebe. Hráče by takováhle příprava mohla jen zmást a znejistět. Pro ně tak vypadají moje změny jako spontánní. Ale před každým utkáním byste měli vědět, jaké různé role vaši hráči mohou plnit a připravit si seznam případných změn.

Tento seznam může obsahovat například:

- více času na ledě pro nejlepší hráče
- vyřadit specialisty na oslabení a přesilovku ze hry 5 na 5
- postavit 3 nejpracovitější hráče do jedné formace
- ke svým dvěma nejlepším ofenzivním útočnickům přefadit nejlépe bránícího
- střídat jednu formaci každé druhé střídání

Znat dokonale své hráče má obrovský význam.

V rámci trenérské skupiny velmi často diskutujeme, co který hráč umí nejlépe, co může přinést týmu. Za jakýchkoli okolností se chcete vyhnout situaci, kdy jste nucen ve víru hry zvažovat svoje možnosti a hledat řešení. Alternativy musíte mít připravené dříve, než utkání začne.

Trénink



Možnosti a alternativy, které si vytváříte, závisí v největší míře na tréninku. Právě během tréninků formujete styl, podle kterého se má mužstvo řídit v utkání. Chcete-li mít tým, který dokáže výborně hrát v útočném pásmu, musíte právě tohle trénovat. Chcete-li mít kreativní a ofenzivní tým, musí se tyto vlastnosti procvičovat.

Klademe poměrně malý důraz na to, aby formace trénovaly ve složení, ve kterém budou hrát. Trénink se dá lépe využít k experimentování se sestavou. Dokonce si myslím, že je dobré, když obránci trénují v útoku a někteří útočníci zase v obraně. V NHL máme 6 max. 7 obránců na tréninku, takže pokud s tím něco neuděláte, budou přetížení. V určité situaci, např. když chystáte výraznější změny v sestavě, se vyplatí nechat trénovat nové formace společně.

Na druhé straně nechceme dávat informace o našich záměrech skautům soupeřů, kteří často monitorují naše tréninky. Tréninky plánujeme záměrně tak, aby neprozrazovaly nic z toho, co plánujeme použít při zápase. Je to prostě součást hry. Skauti přijíždějí na naše tréninky, abychom se nemohli nerušeně připravovat a my sestavujeme trénink tak, aby se nic nedozvěděli. Totéž se dá říct o rozbruslení před utkáním. Neukazujeme nic, co by mohlo soupeři napovědět o naší hře či sestavě.

„Instrukce, s výjimkou povzbuzení hráčů a zvýšení jejich koncentrace, je nejlepší dávat hráčům mimo led.“

Základním pravidlem je, že trénink musí začít přesně. Většina hráčů je na ledě dříve, aby se mohla rozevřít a připravit se na trénink. Jiní přijdou na poslední chvíli a nejsou optimálně připraveni. Občas dokonce zahajujeme trénink o maličko dříve, abychom dali hráčům najevo, že mají být připraveni, když trénink začíná.

Hráči znají cvičení, která se často opakují. Pokud ovšem chcete provádět nějaké nové cvičení, musíte na to hráče připravit a především jim vysvětlit, jaký je cíl cvičení. Někdy je nutné něco vysvětlit na ledě, ale většinou přijímají hráči podobné instrukce dost špatně. Takže instrukce, s výjimkou povzbuzení hráčů a zvýšení jejich koncentrace, je nejlepší dávat hráčům mimo led.

Myslím si, že je dobré pravidelně zařazovat nová cvičení. Tréninky jsou tak zajímavější a hráči snáze udrží koncentraci. Na druhé straně to zpomaluje trénink a snižuje jeho plynulost.

Vyžadujeme, aby tréninkové tempo odpovídalo zápasovému. V osobních soubojích ale nenutíme hráče bojovat naplno. Hrajeme 82 zápasů plus přípravné a play-off. Pokud by měli hráči hrát do těla naplno i při trénincích, za chvíli by neměl kdo nastupovat. Neexistují pravidla, která by zakazovala zákroky tělem během tréninku, ale všichni jsou si vědomi, že hrajeme za stejný tým a někdo nechce riskovat zranění při tréninku.

Přes to všechno zařazujeme cvičení zaměřená na defenzivu. Často jsou soutěživí a nedá se osobním soubojům vyhnout. Při těchto cvičeních ale neočekáváme, že hráči půjdou do soubojů s maximální silou.

„Při tréninku provádíme střídání za hry na znamení a určená pětka musí co nejrychleji vystřídat.“

Jednou z taktických dovedností, na kterou klademe velký důraz, je střídání za hry. Pokud chceme při utkáních venku nasazovat určitou formaci proti konkrétnímu soupeři, musíme střídat za hry. Tohle musí mít váš tým zvládnuté, proto je nutné se na to zaměřit na tréninku. Existují různé způsoby, jak to natrénovat. Jednou z možností je řízená hra, kdy předem určená formace střídá za hry. Během hry dává klakson znamení a určená pětka musí co nejrychleji dopravit kotouč hluboko do útočného pásma a vystřídat.

Před utkáním



V průběhu let se naše příprava před utkáním hodně změnila. Když jsem v NHL začínal, měli jsme taktickou poradu s celým týmem najednou po dopoledním rozbruslení. Nevýhodou bylo, že si hráči nedokázali zapamatovat

všechny informace do utkání, navíc si museli vyslechnout spoustu věcí, které se jich přímo netýkaly. Teď provádíme poradou blíže k začátku zápasu. Ideální čas je zhruba dvě hodiny před začátkem. Mužstvo rozdělíme do menších skupin a každá se soustředí na svůj díl taktiky.

Většinou začínáme hodinu a tři čtvrtě před úvodním vhazováním. Každá skupina má hodně kompaktní přípravu, která obvykle trvá kolem 10 minut. Pochopitelně někteří hráči spadají do více skupin, protože patří do formací pro přesilovku či oslabení. Celkově zaberou tyto porady 45 – 60 minut.

Hlavním tématem jsou přesilovky a oslabení, na videu sledujeme hru soupeře a diskutujeme s hráči možná řešení.

Často bývají porady trochu ve stresu, je proto důležité, aby vše bylo dokonale organizováno a hráči věděli přesný program jednotlivých částí porady. Zápas od zápasu se totiž trochu liší pořadí jednotlivých skupin. Přes tuto nevýhodu považuji tuhle variantu taktické přípravy za lepší, než poradou s celým týmem.

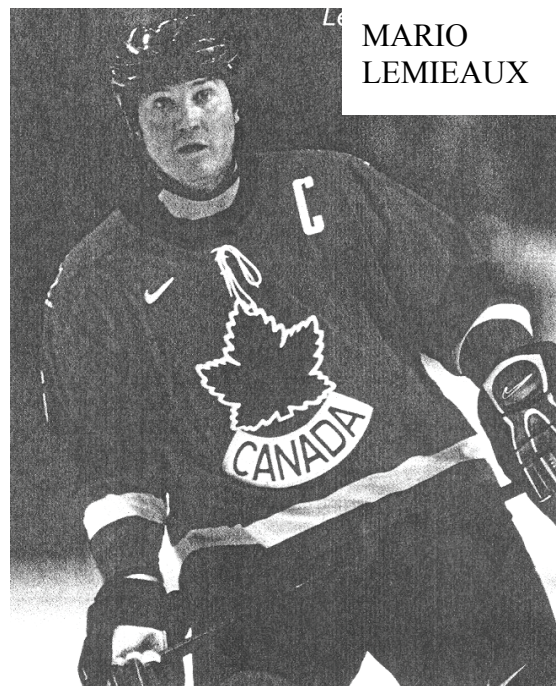
Pokud máte celý tým pohromadě a mluvíte o přesilovkách, polovina hráčů ví, že se jich to netýká a je pro ně složité udržet koncentraci. Jejich přítomnost jen narušuje jejich osobní přípravu na utkání. Jiná témata, např. postavení na vhazování se ale týkají všech hráčů. Každý by měl znát varianty této fáze soupeřovy hry a umět na ně reagovat.

Skupiny pro taktickou přípravu:

1. přesilovkové formace
2. hráči pro oslabení
3. brankáři a obránci
4. 1. a 2. útok
5. 3. a 4. útok

Krátká společná poradá s celým týmem má také svůj význam.

„Stihnout všechny porady může být stresující, proto je důležité si je dobře naplánovat.“



MARIO LEMIEAUX

„Ideální čas na přípravu před utkáním je cca dvě hodiny před.“

Role jednotlivých hráčů



Mužstvo musí splnit spoustu drobných úkolů, aby vyhrálo hokejové utkání, ale ne všichni hráči jsou schopní se jich zhostit. Každý hráč musí mít jasně definovaný úkol, jasně definovanou roli. Nezáleží na tom, jestli je to nejlepší hráč

mužstva nebo bude hrát jen několik střídání, každý musí mít naprosto jasno o své roli v rámci kolektivu. Ještě důležitější ale je, aby akceptoval přidělený úkol. Pokud se hráč neztotožní celým srdcem se svou rolí a úkoly z ní vyplývající, nemůže podat optimální výkon. Je na trenérovi, aby všichni hráči věděli, že také jejich role je pro úspěch mužstva klíčová, ať je velká nebo malá.

Každý hráč musí také znát roli ostatních, nikdo neví, kdy bude postaven do role spoluhráče. Zranění může pro někoho znamenat šanci, ale také nové úkoly. Řada hráčů dostane díky zranění kolegy šanci na významnější roli. Pro svůj i týmový prospěch musí znát svoji novou roli ve chvíli, kdy se šance naskytne.

V žádném týmu nejsou všichni spokojeni se svou úlohou, ale všichni ji musí akceptovat. Nejčastější

stížnosti jsou: „*Pokud bych dostal více času na ledě, hrál bych mnohem lépe!*“ Nespokojenost pochopitelně nelze vymýtit. Patří jaksí do struktury vztahu mezi trenérem a hráči. Každý hráč chce být na ledě co možná nejvíce a trenér chce, aby to byli právě nejlepší hráči.

Přirozeně nelze mít v kádru permanentně nespokojené hráče a něčeho dosáhnout. V takové situaci se musí něco změnit. Nelze nespokojenci ustoupit a upřednostnit ho ve hře, zrovna tak ho nelze nechat být, když jeho postoj škodí týmu. Trenér většinou nemá přímý vliv na hráčské výměny, takže takovýto problém se stává diskuzí mezi trenérem a manažerem. Pokud vedení plně důvěřuje trenérovi, je řešení jednoduché. Pokud nemají na věc stejný názor, musí společně najít

řešení co nejdříve, jinak se dají očekávat ještě větší problémy v budoucnu.

Nejtěžší úkol čeká trenéra při snaze udržet loajalitu u hráčů třetí a čtvrté formace. Tito hráči zpravidla hrají méně, proto bys

daleko častěji měl vysvětlovat, proč by měli být trpěliví. Je také nutné využít každou příležitost, aby mohli ukázat svůj podíl na úspěších mužstva, aby neztratili víru, že mají vaši důvěru. Nejdůležitější je už samotný výběr hráčů pro tuto roli. Někteří hráči mají takovou morálku a pro dobro mužstva udělají maximum. Jiní tuto schopnost postrádají. Jenom s vhodnými typy hráčů dokážete vytvořit správnou atmosféru v týmu.

„Je důležité, aby každý hráč znal dokonale svoji roli v mužstvu. Ještě důležitější je, aby ji také akceptoval!!“

Trenérova osobní příprava na utkání



Realizační tým spolu s hráči tvoří jeden celek, který soutěží dohromady. Stejně jako vyžadují od hráčů dokonalou přípravu na utkání, aby mohli podat optimální výkon, očekávám od sebe totéž. Pro mě je nejlepší příprava sledování jiných duelů. Pokud mi to jen trochu umožní náš zápasový program, sleduji naše budoucí soupeře. Mnohokrát stihnu utkání jinde, pokud vyrazím okamžitě po našem tréninku. Někdy nechám vedení tréninku v rukou asistentů, abych získal čas a mohl jet na jiná utkání.

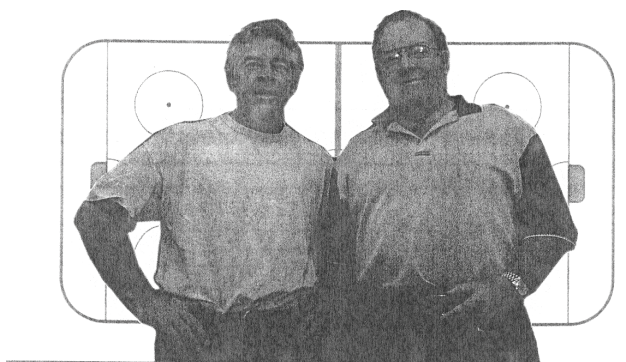
Pokud se mi podaří vidět hrát soupeře před vzájemným duelem, získávám velkou výhodu. Na místě si totiž všimnu detailů hry, které mohou při sledování videa uniknout. A ty mi mohou pomoci porozumět vedení mužstva soupeřovým trenérem. Během sezóny si udělám poměrně přesný obrázek, jak reagují různí trenéři a tím poznávám naše soupeře. Analyzovat do detailů trenérův styl samozřejmě není tak jednoduché, ale určitý obrázek o některých konkrétních reakcích a tendencích, které se opakují, mi velmi pomáhá při odhadech, co se na ledě bude dít, jak bude soupeř reagovat.

Vždy si poznamenám, pokud některý trenér použije nezvyklý tah, nebo reaguje specificky na hru. Pochopitelně známe trenéry z naší divize lépe než ostatní, protože proti nim hrajeme častěji, ale já považuji za důležitý úkol poznat tendence koučování všech trenérů. Část mojí přípravy na utkání spočívá také v komunikaci s asistenty o tom, co můžeme od zápasu očekávat. Také se účastním pohovorů se všemi pěti skupinami, i když je osobně nevedu. Zvyšuji si tak svoje soustředění na utání a urovnávám znalosti o týmu. Často se objeví zajímavé nápady nebo myšlenky, které pak diskutujeme s ostatními trenéry.

Před zápasem si v klidu projdu všechny díly našeho plánu, přemýšlím, co mohu udělat, pokud nebude fungovat plán „A“. Zapisuji si jen minimum věcí, spoléhám se hlavně na poznámky v hlavě, ale naši sestavu mám vždy na kartičce připravenou. Píšu si tam naše základní rozestavení a poznámku o tom, která řada bude hrát proti konkrétní formaci soupeře. Připravuji si tam také poznámky o eventuelních změnách, které je možné udělat v průběhu utkání.

„Za svůj důležitý úkol považuji poznávání tendencí v koučování všech ostatních trenérů.“





Díl B – Během utkání

Jak vést tým trenérů

V dobách, kdy jsem začínal v NHL, neměli hlavní trenéři nikoho, kdo by jim pomáhal a proto museli vést tým během utkání sami. Museli střídat obránce i útočníky, sledovat vývoj po taktické stránce a dokonce odhalovat plány soupeře.

V současnosti je třeba dokonalé týmové spolupráce během zápasu. Dnes má každý tým dva, nejčastěji tři trenéry na střídačce. Navíc také asistenta u videa, statistika a dalšího asistenta na tribuně.

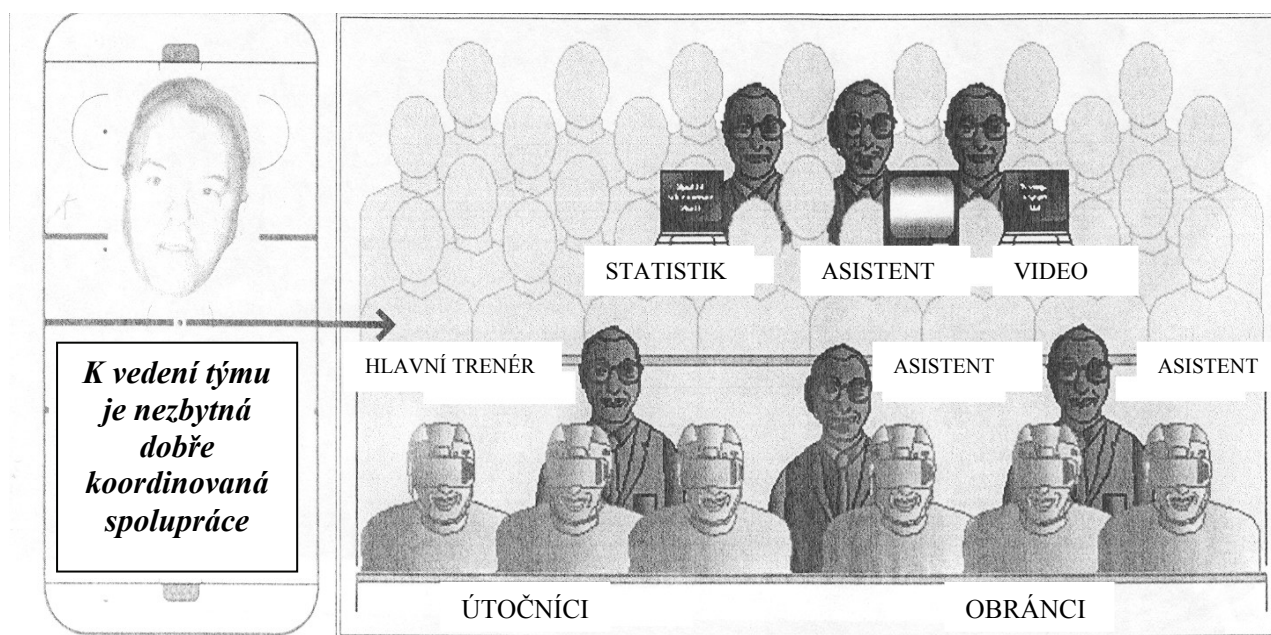
Hlavní trenér má nejčastěji na starosti střídání útočníků, jeden z asistentů pak obránce. Třetí trenér má různé úkoly v různých týmech a v různých situacích. Někteří trenéři upřednostňují asistenta,

kteří sleduje utkání z tribuny a komunikuje se střídačkou. My jsme vždy měli tři trenéry na střídačce, ten třetí měl speciální úkoly, např. sledovat soupeřovu taktiku a jeho střídání.

Hlavní trenér se koncentruje na vývoj utkání a vždy si připravuje další tah. Toto ovšem omezuje jeho možnosti komunikovat s jednotlivými hráči. Také asistent, který má na starosti obránce, stihne maximálně kratičké komentáře. Na druhou stranu má třetí asistent dostatek klidu, může proto zprostředkovat hráčům hlubší analýzu hry. Hlavní trenér se sice koncentruje na střídání útočníků, ale sleduje také výkony obránců a čas od času předává svoje postřehy asistentovi, který má obránce na starosti. Takto může hlavní trenér sledovat čas strávený na ledě u všech hráčů.

Oblasti, kde může hlavní trenér směřovat asistenty:

- nasazovat určité obránce na konkrétního soupeře
- nasazovat konkrétní obrannou dvojici za určitým útokem
- vytěžovat více některého hráče
- nasazovat pouze určité hráče (ofenzivní, defenzivní)
- nechat někoho odpočívat
- dát konkrétnímu hráči šanci v přesilové hře





Některé týmy mají také jednoho asistenta trenéra nahoře na tribuně. Tam má dokonalý přehled, aby mohl vyhodnotit postavení soupeře při vhazování, zakládání jejich útoků a další taktické varianty. Svoje poznatky pak předává jednomu z asistentů na střídačce. Často využívá i televizní monitor. Může tak sledovat opakované záběry vybraných situací a dát trenérům na střídačce přesné informace o tom, co se stalo. Vedle něho sedí video asistent, který průběžně katalogizuje hru a statistik, jehož poznatky se také dají předat dolů, pokud je o to zájem. Trenér většinou cítí, jak se utkání vyvíjí, ale není na škodu mít přesnou dokumentaci, např. o tom, komu se v daný den nejlépe daří na vhazování, kdo vyhrává nejvíce osobních soubojů, kteří obránci pouští nejčastěji soupeře do šancí ap.

Takováto spolupráce je náročná na dokonalou komunikaci, ale výhody jasně převažují. Obecně se dá říci, že tři páry očí vidí víc než jeden a pokud některý z mých asistentů vidí ve hře něco zvláštního, okamžitě to chci vědět. Pokud se musí něco změnit, neexistuje jediný důvod, proč s tím čekat na konec utkání. Vždy jsem si cenil toho, že některý z asistentů přednesl konkrétní návrh, co by se v naší hře mělo změnit, který hráč by měl dostat více prostoru, či bychom měli změnit nasazování formací. Někdy trenér pracuje ve vyjetých kolejích, a proto je důležité, aby kolegové navrhli změnu,

kteřá nabízí jinou alternativu. Hlavní trenér nese vždy zodpovědnost, ale potřebuje znát názory asistentů a mít jejich podporu.

Třetí trenér na střídačce, který nemá na starosti střídání, je výhodou v mnoha ohledech. Může se detailněji zabývat hrou v přesilovkách a oslabeních. Jeho role v těchto situacích musí být do jisté míry flexibilní, aby mohl nechat zasáhnout hlavního trenéra a převzít kontrolu.

Obecně je úlohou druhého asistenta příprava hráčů na přesilovky a oslavení, dodávat jim zpětnou vazbu během utkání a doporučení hlavnímu trenérovi, kdo by se měl v takových situacích objevit na ledě.

Rozhodnutí je ovšem na hlavním trenérovi. On musí mít neustále před očima celý obraz, musí správně rozdělit čas na ledě mezi hráče, mít na paměti jejich momentální psychické i fyzické rozpoložení a také přemýšlet o tom, co se bude dít, až vyloučení skončí.

Všechna mužstva NHL analyzují videonahrávky během utkání. Používají speciální software, který umožní označit různé situace při hře, např. vhazování, přesilovky.... Tento program pak sám vyhledává automaticky vyžádané sekvence hry. Toto se dá použít už během zápasu, aby trenéři na střídačce měli nejpřesnější informace. Často se využívá o přestávkách mezi třetinami k demonstraci speciální situace.

Jak vést hráče a sestavovat útoky, obrany a pětky

V NHL je na soupisce na zápas 18 hráčů a dva brankáři. Útočníci ve srovnání s obránci musí pracovat na větší ploše hřiště, mají méně možností k ušetření sil a bruslí delší úseky v plné rychlosti. Musí střídát častěji a déle odpočívat, proto dává většina trenérů přednost nasazování 12 útočníků a šesti obránců.

V závislosti na možnostech kádru a soupeři se může toto obecné rozdělení změnit. Je řada možností, jak střídát 10 či 11 útočníků, se sedmi obránci, je to však těžší. Někteří nasazují tři levé a čtyři pravé obránce, někteří točí trojici na místě obranné dvojice. Osobně se systému se sedmi obránci spíše vyhýbám a stane se to v případě, že se zranil útočník a mám k dispozici jen obránce. Někdy jsem sedmého obránce využíval pro přesilovky nebo oslabení, ale jen výjimečně byl zapojen do běžné rotace obránců. Ať zorganizuješ střídání jakkoli, sedmý obránce bude na ledě hodně málo.

Z toho vyplývá, že někdy necháte svléknout hráče i když víte, že bude hrát minimálně. Před zápasem mu to ovšem neříkáte. Musí se fyzicky i psychicky připravit. Když nějaký jiný hráč nehraje dobře, může okamžitě zaujmout jeho místo a najednou bude na ledě často. Nikdo neví dopředu, co se při utkání stane, proto není jediný důvod něco říkat hráčům o jejich vytíženosti předem.



„V Detroitu byli obránci jako Murphy, Lidström, Chelios, Schneider a další schopni hrát až 30 minut za utkání, takže jsme sedmého obránce potřebovali jen výjimečně.“

Pokud používáte 10 nebo 11 útočníků, necháte logicky nejlepší hráče hrát dvojité střídání. Pokud by to bylo příliš, můžete vždy extra hráče na jedno

střídání vynechat a rozdělit tak čas na více elitních útočníků. Někdy se rozhodnete vynechat čtvrtou formaci.

Důvody mohou být různé:

- chcete rozhodit soupeřovu strategii
- sestava vašich útočníků je hodně specializovaná a vy nepotřebujete dvě ofenzivní a dvě defenzivní formace, ale použijete tři vyrovnané
- kvalita útočníků je hodně rozdílná, někteří jsou výrazně lepší
- chcete využívat pravidelně kompletní pětky
- chcete změnit rytmus zápasu

Pokud chcete hrát na tři útoky a používat 12 útočníků, můžete zbývající tři přidělit do prvních tří útoků. V každém bude stálá dvojice a zbývající dva se budou o svá střídání dělit. V tomto případě nemáte žádný čtvrtý útok a skoro žádný třetí, protože máte neustále dva ze svých šesti nejlepších útočníků na ledě.

Těchto šest hráčů hraje tedy v podstatě na tři útoky. Odpovídá to dvaceti minutám za utkání, což je pro nejlepší hráče odpovídající. Ostatní pak hrají každé šesté střídání, což dává 10 minut za zápas, a to je běžný průměr pro hráče třetí a čtvrté formace. Někteří budou navíc hrát v přesilovkách a oslabeních, takže čas na ledě se ještě více rozděluje. Nakonec se dostanete na podobná čísla jako při normální rotaci čtyř útoků, přestože hrajete na tři.

Pokud útočníci naskakují pouze každé čtvrté střídání, může být pro ně problém dostat se rychle do tempa. Časté a dlouhé pauzy to ještě ztěžují, takže soupeř toho může využít a snižovat tempo mezi jednotlivými střídáními. Často chceš proto využívat své nejlepší hráče víc a je velmi jednoduché přejít na hru se třemi útoky. Jediné, co je třeba, je vynechat tři útočníky. Ale pokud jsou vaši hráči zvyklí na hru se čtyřmi formacemi, není změna tak jednoduchá. Je nutné změnit celou hru.

Abychom na podobné situace hráče připravili, využíváme v přípravných zápasech čtvrtou formaci jen v oslabení. Ostatní tři útoky si tak mohou zvyknout na tento typ střídání. Ukázalo se, že toto je dobrá metoda pro předsezónní přípravná utkání.

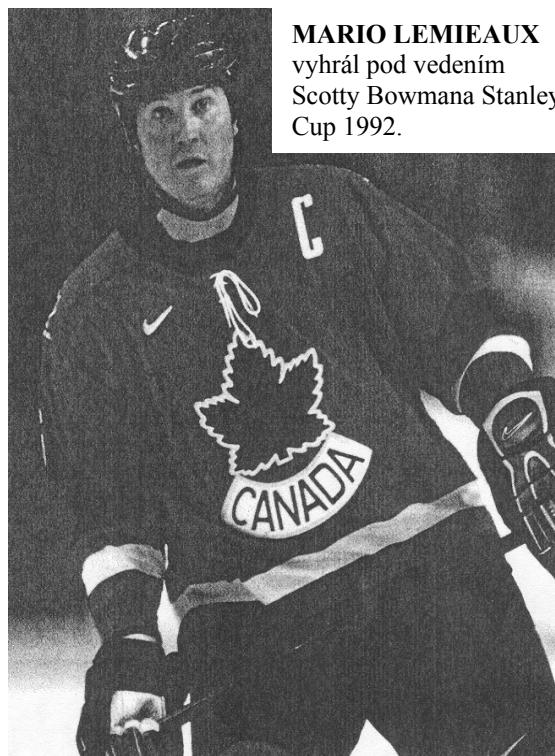
Volba správných hráčů pro přesilové hry a oslabení

Při skládání formací pro přesilovou hru a oslabení se snažíme přiblížit jakémusi ideálnímu modelu. Dva nejdůležitější hráči pro úspěch přesilových her jsou obránce s dobrou střelou na modré čáře a silný nebojácny hráč před brankovištěm soupeře. V Detroitu jsem na těchto místech využíval Nicklase Lidströma a Tomase Holmströma. Ostatní tři pozice pak doplňuji podle toho, jaké hráče mám k dispozici tak, aby se jejich schopnosti doplňovaly. Důležité je mít vyvážený podíl praváků, leváků a hráče s dobrou přihrávkou a zakončením. U všech se předpokládá výborná práce u mantinelů a bojovnost. Většinou jsme sestavili dvě kompletní pětice, kde se hráči podle těchto pravidel co nejlépe doplňovali.

Před několika lety byl výraznější rozdíl mezi sestavou pro přesilovky a oslabení, ale dnes většinou dokáží ti nejlepší hrát v obou situacích. Pro trenéra je tento trend výhodný, protože chce mít své nejlepší hráče co nejvíce na ledě a jejich universálnost k tomu dává vhodnou příležitost. Možnost využít ofenzivní hráče i v oslabení se může stát nečekanou taktickou variantou. Soupeř se totiž nemůže koncentrovat jen na útočení, ale musí si také hlídat obranu. Naši ofenzivní hráči také čas od času dokáží v oslabení skórovat, což se podepíše na morálce soupeře. (Steve Yzerman dal v kariéře 50 branek v oslabení a Mario Lemieux 10 za dvě sezóny, které hrál pod Scotty Bowmanem).

Váš nejlepší hráč je důsledně střežený v každém svém střídání, takže vlastní oslabení může způsobit, že má konečně možnost se prosadit. Například Mario Lemieux měl vždy minimálně jednoho strážce. Ale v oslabení se měnil přístup soupeřů. Soustředili se hlavně na tvoření vlastní hry a nemysleli tolik na obranu. A pro nás to mělo dvě výhody:

Jednak nebyl Mario tak důsledně střežený, a tak měl prostor pro svoji ofenzivní hru a soupeř nemohl bezhlavě útočit, musel se také věnovat defenzivě.



MARIO LEMIEAUX
vyhrál pod vedením
Scotty Bowmana Stanley
Cup 1992.

Jak udržet správně dlouhá střídání

Čas na ledě každého hráče a délka jednotlivých střídání jsou důležitými prvky naší hry. Často sleduji světelnou tabuli a pozorně kontroluji délku každého střídání. V přípravných zápasech dokonce používám stopky. Chci vědět, jak dlouho byl který hráč na ledě. Ale důležitější než vteřiny je vývoj každého střídání. Žádná dvě nejsou stejná, každé má svůj charakter. Někdy má utkání vysoké tempo, takže se musí střídání zkrátit. Někdy jsou dlouhé pauzy, takže hráči regenerují bez nutnosti dlouhého odpočinku. Délka střídání tedy více závisí na situaci než pouhém čase.

Pokud chceme přeci jenom určit ideální délku, pak při hře 5 na 5 je to zhruba 40 vteřin, v přesilových hrách o něco déle, v oslabení pak méně. Rada týmů stihne čtyři střídání během těch dvou minut v početní nevýhodě. To znamená, že průměrné střídání trvá 30 vteřin. Jestliže máte po 20 vteřinách možnost vystřídat, měl byste to udělat.



Toto jsou dobrá základní pravidla, ale délka střídání je hodně individuální. Kris Draper a Kirk Maltby jsou vynikající bruslaři, velmi efektivní při hře v oslavení. V Detroitu hráli obvykle prvních 45s každého oslavení,

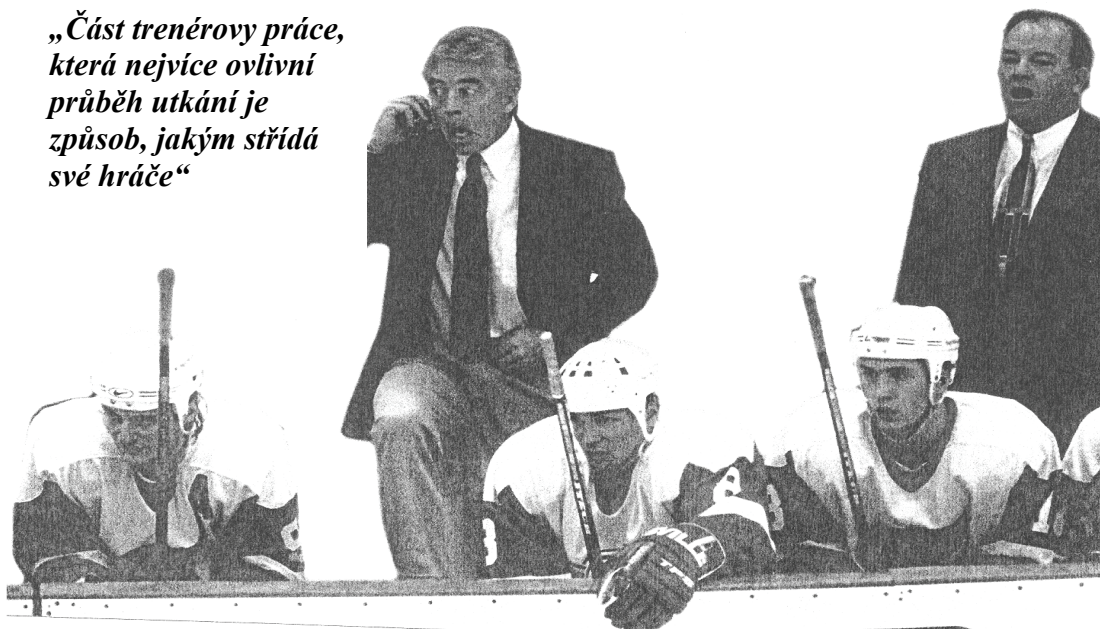
krátce si odpočinuli a vrátili se na posledních 30s zpět. Mezi obránci hrál Chris Chelios zpravidla minimálně minutu a Nicklas Lidstrom minutu a dvacet vteřin v oslavení. Ale oba jsou naprosto výjimeční hokejisté, a proto i takto dlouhá střídání mohli zvládnout.

V přesilovkách se o dvě minuty dělily první dvě pětky. Aktuálně lepší formace dostala přeci jenom maličko větší prostor. Tady jsme však neměli žádná pevná pravidla. Každá přesilovka je jiná, některé mají hodně přerušení, jiná se hraje bez zapískání. Někdy se podaří celé střídání udržet kotouč v útočném pásmu, někdy si pro něj musí hráči opakovaně za vlastní branku. Musí se brát v úvahu vytížení hráčů a jejich únavu a nikoliv počet vteřin.

Příklad z Detroitu:

Lidström, Yzerman a Draper odehráli každý 25 – 30 minut každé utkání. Lidströмова střídání měla v průměru přes minutu, Yzermanova ani ne 50 vteřin a Draperova ani ne 40 vteřin. (NHL 2003 – 2004)

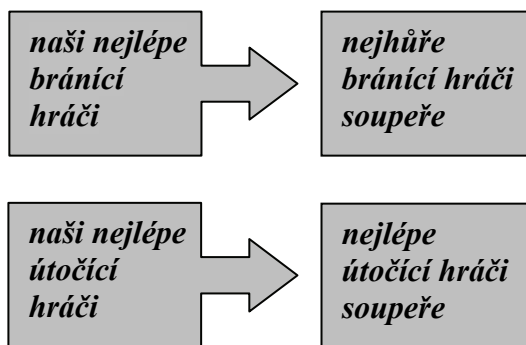
„Část trenérovy práce, která nejvíce ovlivní průběh utkání je způsob, jakým střídá své hráče“



Umění nasazovat speciální formace proti sobě

Jako u většiny sportů i při hokeji má mužstvo v zásadě dvě úlohy: obranu a útok. Během utkání nesoupeříme v těchto disciplínách. Úkolem je, aby naše obrana byla lepší než soupeřův útok a naopak.

Protože každý hráč se hodí nejlépe na jiný úkol, trenér musí sestavit mužstvo tak, aby naši nejlepší bránící hráči nastupovali proti nejlepším ofenzivním soupeřům a naši nejlepší hráči pro ofenzivu nastupovali proti jejich nejhůře bránícím. Základní princip nasazování hráčů je relativně jednoduchý.



Nejdůležitější úkol trenéra během utkání je střídání hráčů, a tato jeho činnost je rozhodující pro jeho vývoj. Společně se správným rozdělením střídání mezi hráče má nasazování formací proti soupeřovým zásadní význam. Tento úkol vyžaduje spoustu práce. Trenérský tým a všichni hráči musí na jeho splnění spolupracovat.



Prvním úkolem je nasazování defenzivních hráčů proti elitní formaci soupeře. Obvykle to znamená, že nasazuješ dva obránce proti jejich první řadě. Podle síly svého mužstva je někdy lepší využívat defenzivní útok. Pokud síla obrany tvého týmu leží na dobře pracujících útočnicích, je lepší použít defenzivní trojici k neutralizování nejlepšího útoku soupeře. Pokud síla obrany leží na stabilních obráncích, je lepší zkusit nasazovat je. Je to totiž jednodušší proto, že se snáze vystřídají dva obránce než celá trojice útočníků. Navíc mohou mít delší střídání, což také zjednodušuje práci trenéra.

Dobrym příkladem mohou být New Jersey Devils, kteří dominovali NHL téměř deset let. V té době byl Scott Stevens jejich nejlepší defenzivní hráč a vždy nastupoval proti nejlepšímu střednímu útočnickovi nebo pravému křídlu soupeře. Stevens byl velký silný obránce, který zvládl dlouhá střídání. Takže i když všichni soupeři znali tuto taktiku, nedalo se proti tomu téměř nic vymyslet.

Používání nejlépe bránících hráčů proti nejlepším útočníkům soupeře je běžná taktika. Obranná hra má řadu výhod, díky kterým může pět dobře bránících hráčů eliminovat pět elitních borců. V dnešní NHL jsou hráči ve vynikající fyzické kondici. Navíc se hra často přerušuje, brankáři podrží kotouč, čtyři reklamní pauzy za třetinu, atd. To znamená menší únavu hráčů. Ti pak dělají méně chyb, což pomáhá obranné činnosti.

K tomu přidejme fakt, že po každém přerušení následuje vhazování. Postavení na vhazování je velmi dobře natrénovaná část hry, kdy se hráči snadno organizují, když zahájí hru na správných místech. Dobře trénovaný tým s průměrnými hráči tak dokáže sehrát vyrovnaný zápas se soupeřem se špičkovými hokejisty, pokud správně nasazuje svoje formace.

Opatření, která můžete využít

Pokud trenér udělá něco nečekaného nebo jenom změni rytmus, určitým způsobem klame to soupeře, což našemu mužstvu dává výhodu. Některé zásahy mohou zlepšit vlastní ofenzivu, jiné stabilizovat obranu. Některé mohou mít za cíl rozhodit soupeře, ale všechny mají soupeři dát téma k přemýšlení, co děláme a proč a vymýšlet protitah. Zde je pár příkladů opatření, která se dají použít a donutí protivníka k zamyšlení.

1. Změna pořadí formací – když se nasazování jednotlivých formací proti sobě ustálí a pětky si zvyknou na soupeřovu hru, nutí změna pořadí nasazování soupeře ke změnám a vytváří u něj určitou nejistotu.
2. Pošlete na led ofenzivního hráče – nasazení nejproduktivnějšího hráče s defenzivní formací mění dynamiku pětky a nutí soupeře k reakci
3. Pošlete na led tvrdého hráče – pokud hrají první formace proti sobě a vy pošlete silného tvrdého hráče, musí soupeřův trenér přemýšlet, jaké s ním máte záměry a hráči na ledě jsou pouhou jeho přítomností vyvedeni z rovnováhy a musí bedlivě sledovat, kde se na ledě pohybuje.
4. Jeden hráč zahajuje každé střídání – pokud se soupeř zaměří na konkrétního hráče, prvních pět vteřin každého střídání odehraje on, nutíte tak protivníka k rychlým reakcím a spoustě střídání
5. Hráč nikdy nazahajuje hru – v podobné situaci naskakuje daný hráč vždy po zahájení hry

„Všechny tyto situace znamenají malou změnu v rámci tvého týmu, ale velký zmatek v řadách soupeře.

O krok napřed

Kdybyste vždy věděl, jaké hráče pošle na led soupeř, bylo by relativně jednoduché postavit proti tomu svoji formaci podle plánu. Ale protože vám tuto informaci soupeř jen těžko poskytne, musíte se snažit jeho další tah předvídat. Cílem je, abychom byli celý čas o krok napřed. Vzhledem k vyčerpání může jen těžko hlavní trenér sledovat střídačku soupeře. Proto je nutná velmi dobrá komunikace a organizace v rámci celého realizačního týmu.

Průběžně shromažďujeme informace a hledáme tendence, abychom mohli co nejkvalifikovaněji odhadnout, kteří hráči soupeře budou v příštím střídání na ledě. Metody a informace, které nám v této činnosti mohou pomoci:

- každý trenér má opakující se tendence - snažíme se je rozpoznat, abychom se o soupeři více dozvěděli
- každý tým má opakující se tendence - zkušenosti z předchozích zápasů nás mohou připravit na to, co nás čeká
- některé týmy střídají pravidelně své formace (chytřejší trenéři ovšem nikdy nedávají tak jednoduchou náповědu)
- některé týmy začínají druhou a třetí třetinu se stejnými hráči jako první (nikdy jsem nepochopil proč, ale řada mužstev to dělá, my nikdy)
- náš třetí trenér sleduje střídačku soupeře a snaží se najít hráče, kteří se chystají na další střídání
- asistent na tribuně sleduje střídačku soupeře a snaží se najít hráče, kteří se chystají na další střídání
- jeden z terapeutů si vede statistiku soupeřových střídání nebo statistiku času na ledě klíčových hráčů soupeře

Někdy se stane, že utkání plyne a střídání jen dodržují stejné pořadí a zdá se, že soupeř je s tím spokojen. I tak je důležité dávat po celou dobu pozor, zejména při delších pauzách, protože v té chvíli řada trenérů promíchá formace nebo změni jejich pořadí.

Na hřištích soupeřů nezačne mnoho střídání s nasazením hráčů podle vašich představ. Rozhodčí velmi pečlivě hlídají výhodu domácích střídání jako druží. Venku se musí tvoje strategie věnovat střídáním za hry a váš tým to musí umět a

disciplinovaně provádět. Rychlé střídání těsně po zahájení hry a už zase máte jeden krok náskok.

Je těžké střídání za hry celou pětku, takže nejčastěji zahájí vřazování kombinovaná formace a vymění se jen pár hráčů za hry. Z tohoto důvodu je důležité zjistit, na kterého hráče je obrácena pozornost soupeře, co se týče nasazování formací proti sobě. Pokud jsou zaměřeni na středního útočníka, nastoupí s formací, do které nepatří a vystřídá okamžitě po vřazování.

Příležitosti k získání výhody

Náhlou změnou nasazování hráčů získává tým výhodu. Je proto důležité ji správně načasovat. Z tohoto důvodu nemusíte začínat utkání se svým optimálním rozestavením. Úmyslně nechte soupeře, aby si zvolil svoji strategii nasazování formací, dokud není přesvědčen, že se utkání vyvíjí podle jeho přání. V podstatě jen čekáte na vhodnou situaci, třeba vřazování v útočném pásmu. Potom malinko pozdržíte střídání a postavíte hráče, kterými chcete soupeře překvapit.

Další velkou výhodou mají domácí týmy po oddechovém čase. Všichni hráči jsou odpočinutí a vy si můžete počkat koho postaví soupeř. Jako hostující tým se nedá moc riskovat, takže téměř vždy začínáte se svojí nejlepší pětkou, zejména pokud je vřazování v obranném pásmu.

Další situace, kdy pokračování cíleného nasazování hráčů nebo jeho rychlá změna, přinese mužstvu výhodu:

- pokud si všimnete, že soupeř chce za každou cenu dodržet své nasazování, můžete udělat nějaký úhybný manévr, jen abyste ho rozhodli
- pokud je jasné, že soupeř chce nasazovat svoji nejlepší formaci jen proti určité pětkě, nechte ji hrát co nejméně a krátká střídání - donutíte soupeře ke změně
- někdy nemáte přímou plánovanou výhodu z nasazování formací, ale vidíte, že se to soupeři nelíbí. Bohatě to stačí k tomu, abyste v tom pokračovali.
- pokud má soupeř zápas pod kontrolou, několik rychlých změn v nasazování ho může dostat z rytmu. V každém případě bude změna pro soupeřova trenéra důvodem k zamyšlení.
- někdy se musím spolehnout na svoji intuici, třeba pocit, že právě teď je vhodná chvíle, přejít na plán B

Kdy není vhodné dodržovat nasazování

Striktní nasazování formací nemusí vždy přinášet jen výhody. Ve všem, co uděláš, je vždy nějaký vedlejší efekt a někdy mohou negativa převýšit výhody. Navíc ne vždy můžeš udržet kontrolu nad průběhem utkání. Soupeř může mít více variant a to, co tobě přinese komplikace, on snadno vyrovná drobnými úpravami. Pokud budou tvoji hráči příliš vyvedeni z konceptu neustálými změnami a střídáním, může to převýšit únosnou míru a hra začne postrádat tempo a plynulost. Na druhé straně musí hráči akceptovat danou taktiku a najít si svoje místo v dané situaci a udělat vše pro úspěch týmu.

„Na hřištích soupeřů se musí vaše taktika zakládat na střídání za hry.“

Nikdy nebude nasazování všech formací přesně podle tvého gusta. Pokud se ti podaří mít jednu pětku na ledě podle plánu, zejména na soupeřově hřišti, můžeš mluvit o úspěchu.

To, že soupeř hledá důsledně přesné nasazování, není ještě důvod mu v tom bránit. Vždy musíte mít jistotu, jak eventuální změny dopadnou na váš tým a jedině, jestliže budou pozitiva převažovat, je na místě pokračovat v přesném nasazování. Neustále musíte být připraven vysvětlit hráčům proč chcete dané nasazování a musíte je přesvědčit o tom, aby i oni toto chtěli. Někdy se stane, že plán soupeře i váš je shodný, a tak nezbyvá než se této výzvy chopit.

Situace, kdy je třeba zvýšit pozornost

Někdy to vypadá, že máte utkání pod kontrolou, obranné dvojice i útoky pracují dobře. Pokud za takovýchto okolností soupeř nereaguje, je moje práce hodně zjednodušená. Pokud ovšem udělá nějaké změny, jsem nucen rozhodnout, jak na ně nejlepším způsobem reagovat, a tím je moje situace komplikovanější.

Nejtěžší bývá rozhodnout, zda reagovat na soupeřovy změny či je přejít. Pokud vše funguje, může se to změnami jen zhoršit. Ovšem pokud to funguje právě proti určité taktice soupeře, která se mění, je nutné na změny reagovat.

Znamená to být neustále ve střehu, i když to vypadá, že utkání probíhá bez třecích ploch. Pokud necháte hru jen plynout ve vyjetých kolejích, může se snadno stát, že přehlédnete nějakou změnu v soupeřově hře nebo nebudete mít připravený protitah.

Nejpravděpodobnější okamžiky, kdy soupeř může měnit hru svého týmu, tedy situace, kdy je třeba být ve střehu:

- na začátku každé třetiny
- po oddychovém čase
- při vzhazování v našem obranném pásnu
- po skončení našeho oslabení

Výhody

Není jednoduché nasazovat hráče na led tak, abyste vždy měli výhodu na ledě. Často jsou drobné výhody důsledkem kvalifikovaného odhadu, který ovšem není vždy přesný. Správně nastavené nasazování hráčů však dává týmu nesporné výhody.

Pokud se pro nasazování rozhodnete, musíte mít vždy na danou situaci dvě formace. Pokud první volba nebude ve správném rytmu, můžete použít druhou variantu. Tímto způsobem můžete střídat kompletní formace a často dvakrát rychleji než soupeř. Pokud váš tým disciplinovaně střídá podle plánu, získáváte výhodu neustále odpočinitých hráčů na ledě. Pokud máte na ledě čerstvější hráče než soupeř, je větší pravděpodobnost, že soupeř udělá chybu. Tento efekt nasazování je často důležitější než to, kdo nastupuje proti komu.

Výhody nasazování formací proti konkrétním soupeřům:

- kratší střídání
- odpočnutí hráči na ledě
- dobrá disciplína střídání
- určití hráči mají speciální úkoly
- otupíte soupeřovo napadání
- narušíte tempo a rytmus soupeře
- narušíte pohodu elitních hráčů soupeře
- donutíte soupeře ke střídání
- nejlépe využijete silných stránek svých hráčů
- nejméně vyniknou slabiny vašeho týmu
- donutíte soupeře, aby se koncentroval na vaše mužstvo místo na svoji vlastní hru
- udržujete koncentraci vlastních hráčů
- můžete ovlivňovat tempo utkání



Nikdy nebudete trénovat mužstvo složené jenom z hvězd, ale často může průměrný hráč zlepšit svůj výkon, pokud dostane konkrétní úkol. Řada hráčů potřebuje nějakou konkrétní roli, aby mohli podat optimální výkon. Vyrůstou, pokud mají na starosti hvězdy soupeře. Pokud své hráče dobře znáte, můžete je maximálně využít, pokud budou hrát proti správnému soupeři v pravý čas.

Domácí tým, který se rozhodne za každou cenu dodržovat svůj plán nasazování hráčů, může neustálým střídáním ztratit tempo a agresivitu. Pokud trenér tvrději trvá na svém plánu, můžete otupit soupeřovu nátlakovou hru neustálým střídáním hráčů. V takovýchto situacích nechceme nějak speciálně nasazovat vlastní hráče, jen chceme donutit soupeře, aby místo vlastní hry neustále střídal. Proto je velmi důležité vědět, jak nasazování formací ovlivní vaše mužstvo a nestřídat jen proto, že střídá soupeř.

Každý tým má hráče, proti kterým se těžko prosazuje. Pokud jste velmi dobrý hráč, ale střídání co střídání musíte nastupovat proti tomuto neoblíbenému oponentovi, bude vás to stát spoustu fyzických i psychických sil. Díky jinak nevýraznému hokejistovi tak můžete dostat ze hry hvězdu soupeře.

Někdy se zdá, že konkrétní nasazování vadí soupeři víc, než pomáhá vašemu týmu. I to je dobrý důvod v tom pokračovat.

Výzvy

Ne každý hráč a každé mužstvo jsou schopni plnit zápasové instrukce efektivně. Výhody z nasazování formací proti konkrétním soupeřům hodně závisí na tom, jak s týmem pracujete a jaké hráče si do něj vyberete. Zde je několik příkladů problémů, který musí trenér vyřešit než se jeho nasazování stane efektivním.

Aby se minimalizovalo riziko při střídání za hry, potřebujete chytré hráče a musíte je naučit pochopit, které situace jsou pro to vhodné. Abyste mohli soupeře překvapit, musí být vaši hráči

disciplinovaní. Vaše práce spočívá v informování hráčů, proti které sestavě soupeře mají hrát. Jejich úkolem je vhodně střídát, pokud se na ledě objeví proti jiné formaci soupeře. Spousta dobrých hráčů nemá v oblibě odcházet z ledu předčasně. Mají pocit, že dokáží zahrát proti komukoliv, a často mají pravdu. Ale otázka nezní, jestli dokáží hrát proti tomu nebo onomu, ale proti komu nejvíce pomohou mužstvu. Současně je důležité, jaké formace vyjdou na další pětky. Hráči tedy musí rozumět celkovému plánu týmu, aby si v něm dokázali najít správné místo.

Pro některé hráče může být nasazování psychicky hodně náročné. Chápu tuto taktiku jako by nebyli dostatečně dobří nastupovat proti určitému soupeři. Musíte je ubezpečit, že jsou dost dobří, ale současně jim bude více vyhovovat jiná sestava soupeře a že mužstvo bude silnější, jestliže všichni potkávají soupeře, který jim nejvíce vyhovuje. To poslední, co si jako trenér přejete je to, že si hráč přestane věřit.

Pro vaše dva nejlepší obránce může být hodně náročné neustále nastupovat proti první pětkce soupeře. Někdy si budou muset protáhnout střídání a jen co odejdou z ledu, nasadí soupeř první pětku znovu. Musíte mít proto připravenou ještě jinou variantu a mít dva obránce připravené jako plán B.

V některých mužstvech bude váš pátý a šestý obránce výrazně slabší než nejlepší čtyři. I tak musí odehrát 10 – 12 minut za utkání. Proto je nutné mít velký cit pro situace, kdy je můžete pustit do hry a neriskovat, že nastoupí proti elitním útočnickům soupeře. Často je to náročné udržet pozornost po celý zápas. Je nutné, aby celý tým trenérů byl jednotný v systému nasazování, dobře spolupracoval a dával náměty jeden druhému. Pokud budete střídát za hry, málokdy se vám podaří vyměnit celou útočnou trojici a ještě výjimečněji celou pětku. Je proto nutné, aby hráči dokázali podávat nejlepší výkon bez ohledu na to, s kým jsou na ledě.

„Pokud jste velmi dobrý hráč, ale střídání co střídání musíte nastupovat proti neoblíbenému oponentovi, bude vás to stát spoustu fyzických i psychických sil.“



Musíte se ujistit, že hráči mají jasnou představu o vašich plánech a jsou připraveni nést společně zodpovědnost za jeho plnění. Při hokeji ale není možné předvídat všechny eventuality a jen těžko můžete očekávat, že se vám podaří nasazování po celé utkání podle představ. Vstřelit branku netrvá mnoho vteřin a pokud se tak stane při střídání, kdy nemáte správně nasazené hráče, nemusí to být chyba ani trenéra ani hráče. Nikdy se totiž nepodaří mít ideální nasazení při každém střídání. Spíše je to tak, že pokud se vám podaří udržet nasazování vybrané pětky po celý zápas, můžete mluvit o úspěchu. Hráči musí být flexibilní a přizpůsobovat se situaci, která na ledě nastane.

Pokud máte hráče, který nestřídá jak by měl, musí si uvědomovat, že ponese následky. A ty mu musí dát jasně najevo, že jste to vy, kdo má kontrolu nad časem hry jednotlivých hráčů.

Nevýhody

Nasazování nemá jen klady. Vše, co uděláte, má také vedlejší účinky, často nežádané. Obecně se dá říct, že pokud se něco přežene, mohou negativní důsledky být větší než pozitiva. Není snad ani možné vyjádřit, jak důležité je vědět, co každá změna udělá s rovnováhou týmu dříve, než ji uděláte. I kdyby se vám podařilo nasazování správně, musíte počítat s nevýhodami. Hra zdaleka není tak plynulá, jako když budete pravidelně střídát formace. Drobné zmatky vždy budou součástí nasazování.

Spousta hráčů upřednostňuje pravidelný rytmus práce a odpočinku, při nasazování se tento rytmus rozbije a delší a kratší pauzy se budou střídát. Pokud budete některé obránce využívat k defenzivním úkolům, budou nuceni hrát často bez kontaktu s kotoučem a ztratí tak část svého ofenzivního potenciálu.

Pokaždé, když některý hráč střídá za hry, bude váš tým hrát chvíli ve čtyřech. Častá taková střídání určitého hráče pak znamenají, že obvykle chybí jeden hráč v útoku a při napadání.

Nevýhody nasazování:

- zmatek v mužstvu
- nepravidelný rytmus práce a odpočinku
- části týmu, které mají defenzivní úkoly, ztratí ofenzivní potenciál
- vždy, když některý hráč střídá za hry, chybí na ledě

Podmínky pro nasazování:

- chytrí hráči
- mužstvo musí mít nacvičená střídání za hry
- disciplinovaní hráči
- hráči jsou si vědomi celkového obrazu taktiky týmu
- psychicky odolní hráči
- připravte si více alternativ nasazování
- velký cit pro minimalizaci rizku se slabšími články týmu
- aktivní spolupráce týmu trenérů
- hráči musí být schopni

„Hráči jsou zodpovědní za svoje úkoly a ví, že jste to vy, kdo kontroluje rozdělení času stráveného na ledě mezi jednotlivé hráče.“

Energie a pohoda mužstva



V angličtině se výraz „momentum“ používá k popisu stavu, kdy se hráčům v mužstvu daří téměř ve všem. Ve češtině se podobný stav může nazývat, lauf, pohoda nebo jednoduše štěstí. Bez rozdílu názvosloví jste jistě všichni zažili, jak se tento stav přesunuje z mužstva na mužstvo, a to, co před chvilkou šlo bez problémů, najednou ne a ne vyjít.

Setrvačnost („momentum“) značí sílu, kterou má určitá hmota za pohybu a nejlépe se dá popsat jako pohybová energie či moment setrvačnosti. V hokejové souvislosti to znamená zhruba toto:

„Když už jsi jednou nabral rychlost, budeš jen těžko k zastavení.“

Ale na rozdíl od setrvačnicku jde u hokeje především o psychickou energii. A využití této mentální energie ve prospěch týmu je úkolem trenéra.

Jak můžete ovlivnit tuhle setrvačnost? Pojd'me dát tomuto výrazu trochu běžnější význam a nazýváme tuto situaci energii a pohodou mužstva. Energie a pohoda jsou na sobě přímo závislé. Pokud zvednete hladinu energie, stejně jako setrvačnick nabere rychlost, bude další práce plynout bez třecích ploch. Můžete tedy pomocí intenzivní pravidelné práce „dostat setrvačnick do pohybu“, zvednout energii mužstva a tím získat jeho pohodu. Na druhé straně s trochou štěstí vstřelit branku, která ve svém důsledku rozhýbe setrvačnick a dodá mužstvu energii.

Krátká, rychlá, intenzivní střídání s krátkými pauzami zvyšují hladinu energie podobně jako úspěch, vstřelená branka, vyhraný osobní souboj nebo soustavný tlak. Naopak dlouhá střídání s dlouhými pauzami, obdržená branka, hrát pod tlakem ve vlastním pásmu, to jsou faktory, které energii ubírají a snižují její hladinu. Každý trenér má částečný vliv na tyto okolnosti a může nasazovat své hráče tak, aby se mohl s největší pravděpodobností dostavit žádaný efekt.

Ovlivňování pohody mužstva během utkání

Někdy chybí vašemu týmu energie, zatímco soupeři se daří na co sáhne. Pokud se jednou tento trend rozjede, velmi snadno se stupňuje a utkání je prohrané. V hokeji se vše může velmi rychle otočit a váš tým získá energii a pohodu. Takovéto obraty jen málokdy přijdou samy od sebe. Vy jako trenér musíte zakročit a vyvolat žádané změny. Neexistuje žádná metoda s jistým úspěchem, ale na druhou stranu, nemůžete nechat zápas plynout špatným směrem, aniž byste zasáhli.

Co tedy trenér může udělat pro změnu trendu? Obecně se dá říct, že udělat cokoliv je lepší než nedělat nic. Zásah do běžné rutiny, něco nečekaného, co se nestává každé utkání, vyvolá vždy reakci u hráčů. Jestli bude pozitivní, to není lehké předvídat. Jako trenér nějakou reakci potřebujete, abyste mohli situaci řešit.

„Obecně se dá říci, že udělat cokoliv je lepší, než nedělat nic.“

Nejjednodušším momentem pro svolání mužstva, dodání energie a připravení změn je přestávka mezi třetinami. Jestliže ovšem zasáhnete okamžitě, ušetříte týmu 5, 10 či více minut trápení, neefektivity a frustrace. Často to může znamenat rozdíl mezi vítězstvím a prohrou. Reakce v podobných situacích je trenérův úkol, který může rozhodnout o výsledku zápasu.

Některé zásahy mohou být směřovány ke snížení tempa zápasu, přibrzdění soupeře, jiné mají za cíl tempo zvýšit a pozvednout energii vlastního mužstva. Předpokladem efektivity zvolené cesty je dobrá příprava na podobnou eventualitu předem.



Nejlepší metodou je pochopitelně být ve střehu od začátku. Potom není nutné obracet nepříznivý vývoj utkání. Detaily důležité pro dobrý start do zápasu jsou zejména schopnost pětik fungovat pohromadě, co nejrychleji se na ledě doplňovat a zastupovat, co nejrychleji a nejprudčeji přihrávat, abyste nedali soupeři šanci dostat se do zápasu od jeho začátku.

Je důležité pochopit, že každé střídání je ovlivněno předchozím. Proto by jste si měl dobře promyslet, s jakou sestavou třetinu zahájit. V závislosti na tom, čeho chcete dosáhnout volíte vhodné hráče.

- Pokud chcete zvýšit hladinu energie v týmu, postavíte nejpoctivěji pracující hráče
- Pokud chcete začít stabilitou, začnete s nejlépe bránícími hráči
- Pokud chcete soupeři zabránit, aby nasadil od začátku své nejlepší hráče, postavíte formaci, proti které určitě nechtějí hrát
- Pokud chcete efektivně začít ofenzívou, postavíte své nejlepší hráče
- Pokud chcete začít se speciálním nasazováním, doma počkáte se sestavou podle soupeře a venku připravíte střídání za hry

Je velmi důležité hlídat na začátku každé třetiny nasazení obránců. Téměř nikdy si nemůžete dovolit začínat s pátým či šestým obráncem, protože soupeř může postavit svoji nejlepší formaci. Je nutná opatrnost a také výrazně vyšší využívání vašich nejlepších obránců. Při zápasech na hřištích soupeřů není výjimkou, že budete nuceni hrát první tři minuty třetiny na čtyři obránce. Hodně mužstev přijíždělo do Detroitu s rozhodnutím nedovolit nám nasazování podle našeho přání. Takže jediný důvod se právě o toto pokoušet byl nedovolit soupeři, aby mu tento plán vyšel a získal tak mentální výhodu. Okamžitě, když pošlou na led některou formaci, kontrujeme s takovou, kterou nemají rádi. Okamžitě po vzhazování jedou střídát. Tohle se může opakovat třeba dvě třetiny, ale ve chvíli kdy je polovina

utkáni za námi a jediné co se jim zatím podařilo, jsou rychlé úprky na střídačku, moc energie pro samotnou hru jim pak nezbyvá.

Ze zkušeností už víte, která mužstva se o nasazování podle soupeře budou snažit. Někdy je zmatečné pokoušet se okamžitě reagovat na soupeřův tah protitahem. Je lepší začít utkání s normálním střídáním a nechat soupeře volit nasazování. Při vhodné příležitosti uděláte pár zrychlených střídání a změníte pořadí. Tento drobný zásah do zaběhnutého řádu může způsobit velkou reakci soupeře a přesunout herní pohodu na vaši stranu.

Příklad úvodu třetiny:

1. začínáte s první obrannou dvojicí – soupeř postaví třetí útok
2. následuje druhá obrana – soupeř má čtvrtý útok
3. musíte postavit první obranu znovu – soupeř posílá druhou formaci
4. jediná volba je druhá obrana – proti ale stojí elitní řada soupeře

Provádění střídání za hry

Při utkáních na ledě soupeřů musíte být připraveni střídát převážně za hry. K tomu, aby to váš tým dokonale ovládal, je třeba tyto situace trénovat. Určité technické a taktické detaily určují, jak efektivní tato střídání budou, ale následující šablony jsou významné téměř u všech mužstev. V první třetině střídání za hry příliš nefungují. Ve druhé je jejich provedení o něco lepší. Ve třetí třetině už jsou perfektní, zejména, když mužstvo je ve vedení a do konce zápasu chybí méně než deset minut.

Vše dokumentuje, že provádění střídání za hry závisí ve velké míře na koncentraci hráčů. S trochou tréninku se soustředění hráčů na střídání stane dobrým zvykem. Díky tomu můžete střídát častěji než soupeř a máte odpočinitější hráče.



Závislost na koncentraci způsobuje také to, že provedení střídání za hry je dobrým ukazatelem toho, jak jsou vaši hráči soustředěni na hru. Pokud se střídání daří hned od začátku utkání, mohou očekávat dobrý soustředěný výkon. Pokud od začátku skřípou, je na čase zasáhnout.

Nejdůležitější rozhodnutí pro hráče, který odchází střídat, je umístění kotouče. Pokud zůstane na ledě, aby dokončil útočnou akci, a ta se nevydaří, staví kolegu, který naskakuje za něj, do komplikované situace. Začít střídání bekčekom, dojížděním soupeře a hledáním vlastní pozice, není nejlepší vstup do svého střídání. Po takovém startu je obtížné najít rytmus a udělat na ledě něco užitečného. Proto je důležité střídat správně. Nejlepší je začínat s kotoučem pod kontrolou nebo napadáním soupeře. Délka jednotlivých střídání tedy není zdaleka tak důležitá, jako poslední akce před ním.

„Střídání za hry je u obránců ještě důležitější než u útočníků. Tady může chyba znamenat brankovou příležitost pro soupeře.“

Ve druhé třetině jsou střídání za hry ještě komplikovanější a především výměna vzdálenějšího obránce je kritická. Hodně mužstev se snaží o nahození kotouče před střídáním na stejnou polovinu hřiště jako jsou střídačky. Tím komplikují soupeři založení rychlého protiútku po vzdálenější straně. Přesto je téměř nemožné, vystřídat v podobné situaci oba obránce současně.

Nikdy jsme neměli pravidlo o výměně stran mezi obránci tak, aby čerstvý hráč bránil vzdálenější stranu. Hodně obránců se cítí velmi nejistě, pokud mají hrát na „špatné“ straně, takže musíte být

opatrní s vystavením obránců do situace, kde se necítí silní. Je mnohem lepší nechat obránce, aby si o podobných situacích rozhodovali sami. Chytří zkušení hráči vždy najdou řešení, aby nezůstala vzdálenější strana neobsazená.

Abyste docílili správného nasazování, musí hráči přesně vědět, koho mají střídat a kdo má zůstat na ledě. Protože se vám nikdy nepodaří vystřídat všech pět hráčů najednou, budete mít nejčastěji určené dva hráče, kteří budou napadat a pokryjí vzdálenější polovinu hřiště. Kromě rychlého a přesného provedení střídání musíte být připraveni komunikovat s hráči o svých záměrech a hráči musí rychle zaujmout svoje pozice a dokázat pracovat s různými spoluhráči.

Ochranné pásmo zabírá celou délku střídačky. Využijte to jako svou výhodu. Při bekčekom může hráč opustit led u červené čáry, kdežto čerstvý naskakuje na obrannou modrou. Střídáním se tak získá téměř celé pásmo. Ve výjimečných případech můžete získat podobnou výhodu při útoku, kdy se soupeř soustředí na hráče, který odchází a za zády mu naskočí další. Stane se to spíše náhodou a navíc jsou rozhodčí daleko přísnější na mužstvo, které má v podobných situacích kotouč.

Naopak při vašem oslabení jsou rozhodčí hodně tolerantní co se týče ochranného pásma při střídání. Platí to především, když nový hráč začíná s forčekom. Pokud chytře využijete těchto poznatků, můžete z toho těžit nejenom při vlastním oslabení.

Protože málokdy je tolerance rozhodčích stejná, musíte si ji každý zápas otestovat. Obvykle dávají rozhodčí nejdříve varování, po kterém víte, kam až se dá se střídáním zajít.

Komunikace



Na střídačce jsme tři trenéři a neustále spolu komunikujeme. Nezáleží na tom, že nás hráči mohou slyšet. Na vše je málo času a my si musíme předávat informace. Neexistují nějaká pravidla nebo vzorce, jak by taková komunikace měla vypadat. Pracujeme jako tým a jakýkoliv poznatek se všichni potřebují co nejdříve dozvědět. Pro delší diskuse využíváme reklamní pauzu. Víme, že trvá 90 vteřin a kdy přijde. Snažím se tyto situace využít pro předávání instrukcí asistentům.

Pravidelná střídání

V průběhu hry se musíte rychle rozhodovat. Ještě důležitější ale je, předat své rozhodnutí hráčům. Rozhodnutí, kdo půjde na led na další střídání se týká všech hráčů. V zásadě to musí hráči vědět ve chvíli, kdy rozhodčí vhodí buly.

Často hráči vědí, která formace je na řadě, ale spoléhat se na to nestačí. Není to dostatečně jednoznačné a může tak dojít ke zmatkům. Hráči musí mít potvrzeno, kdo má jít na led.

„Hráč na trestné lavici musí mít vizuální kontakt s trenérem.“

Je mnoho možností, jak informovat mužstvo. Jmenovat hráče jménem nemusí být jednoznačné, často mají dva hráči shodné. Hráči mají podobný problém a proto využívají přezdívky. Tyto přezdívky používám při posílání hráčů na další střídání. Někdy poklepu hráči na záda na znamení, že je na řadě, ale vždy v kombinaci s verbálním pokynem, aby to věděli i ostatní. To je totiž také důležité. Někdy je třeba, aby určitá obranná dvojice nastupovala vždy za stejným útokem a pokud nejste dostatečně jednoznačný a rychlý s jmenováním, ztěžujete pozici asistentovi, který musí určit obránce.

Informace předané hráčům nejsou vždy bez problémů. Někdy přijde signál ze soupeřovy

střídačky a své rozhodnutí chci pozměnit na poslední chvíli. Je proto důležité, aby byli hráči naučení neustále dávat pozor a poslouchat trenéra. Hráči mají svůj systém rozsazování na střídačce. Někdy sedí útoky pospolu a posunují se jako skupina po lavici, tak aby formace, která je na řadě měla co nejbližší do obranného pásma. Z různých důvodů někdy používají jiná pravidla. Může to způsobit určité zmatky, ale je lepší naučit se pochopit systém svých hráčů, který funguje, než jim nutit jiný.

Pokud nastane problém se střídáním a mužstvo má příliš mnoho hráčů na ledě, ze 75% je na vině hráč, který odchází z ledu a na poslední chvíli si to rozmyslí. Hráč, který naskakuje sleduje hru, kam se má zapojit a ne vždy dokáže reagovat na změnu. Dalším důvodem pro tento přestupek může být hráč, který naskakuje výjimečně na pozici, ve které obvykle nehraje, např. levé křídlo má na chvíli funkci pravého.

V Detroitu hrál Steve Yzerman středního útočníka i levé křídlo, takže jsem musel vždy jasně říct, kterou pozici má v daném střídání. Neexistuje metoda, která by zcela odstranila nedorozumění, ale můžete jim předcházet neustálým opakováním pokynů a aktivitou hráčů na střídačce, kteří si pak pomohou.

Střídání po přesilové hře

K hráčovým povinnostem patří sledování trenérů ve chvíli, kdy sedí na trestné lavici. S pomocí rukou mu předáváme informaci o jeho dalším střídání. Musí také sledovat, na kterých pozicích hrají hráči, kteří brání v oslabení. Pokud jsou na ledě střední útočník a levé křídlo, musí po naskočení do hry zaujmou pozici pravého křídla. A nezáleží na tom, jestli je to obránce či útočník.



Hráči musí také komunikovat mezi sebou. Pokud chcete, aby daný obránce hrál jen v oslabení, musí ten obránce, který se vrací z trestné lavice, zaujmout jeho místo. Nemáme na to manuální signály, ale během přerušené hry posíláme

jednoho z hráčů s touto informací na trestnou lavici. Hráči na ledě spolu také musí komunikovat a časem si vytvoří určité vzorce chování, které se dají v dané situaci očekávat. V takovýchto momentech je nutná dobrá organizace na střídačce.

K podobné situaci může dojít po přesilové hře, ve které využíváte čtyři útočníky a jednoho obránce. Musíte dát všem jasně najevo, kdo naskakuje za koho a za kterého útočníka půjde na led obránce. Během hry je málokdy čas na nějaké důkladnější instrukce. Trenéři, kteří mají na starosti střídání, převážně jen oznamují hráčům, kdo má jít na led.

Protože ale hráči znají své role, předává se tím zároveň informace o tom, jak se má hra vyvíjet. Pokud vidíte něco zvláštního, upozorníte na to hráče, aby si poradil příště v podobné situaci lépe. Další komunikace se týká krátkých taktických pokynů, zejména pro hru v početní výhodě či nevýhodě.

Třetí trenér může dávat hráčům osobnější zpětnou vazbu, často ve formě doporučení pro další střídání. Informace ve formě vydělávání se během zápasu nevyužívají. K tomu lépe slouží tréninky a porady. Kritika ať už pozitivní či negativní je také velice vzácná. Hráči moc dobře vědí, když udělají něco dobře nebo špatně a nečekají, že je na to bude trenér upozorňovat.

Nakonec je důležité rozumět svým hráčům. Někteří potřebují častou zpětnou vazbu, někteří vůbec. Účelem zpětné vazby je pomoci hráči, aby hrál co nejlépe. Proto je důležité, aby každý dostal přesně takovou dávku, která mu pomůže. Nikdy se nemůžete chovat ke dvěma hráčům přesně stejně.

Poznámky, statistiky a pozorování

Během utkání se snažím sledovat vše, co se na ledě děje. Abyste viděli co nejvíce, nesmíte sledovat kotouč. Nejvíce sleduji místa, kde se kotouč nacházel a místo kam míří. Často pozoruji situace ještě jednou při repríze na světelné kostce nad ledem. Přestože vidím situace v soupeřově hře, jsem soustředěný především na svůj tým. Jenom ten mohu ovlivňovat, a proto chci vědět, proč jsme byli v některých situacích úspěšní a v jiných méně.

Záleží na tom, jak rychle se mi podaří získat přehled o hře každého hráče, abych mohl rychleji zareagovat a usměrnit ho. Nejdříve se dívám na rychlost jeho pohybu. Pokud tvrdě pracuje a dobře se pohybuje, je to znamení, že má dostatek energie a může odvést dobrý výkon. Potom sleduji pozice, které zaujímá. Částečně proto, abych věděl, jak dodržuje taktiku, částečně proto, abych zjistil, jak si umí najít své místo ve hře. Pokud je na místě moc brzy nebo pozdě, pokud je vysunutý příliš nebo ustupuje, to vše jsou známky jeho připravenosti na utkání. Také to, jak provádí střídání za hry, určuje jeho koncentraci na výkon.

Pozorovat hru soupeře patří mezi povinnosti třetího trenéra. Má méně práce se střídáním a proto může sledovat, jak soupeř rozvíjí útočné akce, jak napadá, jaké má postavení na vhažování atd.

Pracovníci NHL nás zásobují celou řadou statistických údajů v přestávkách mezi třetinami, ale my máme vlastního statistika. Naše statistiky jsou důvěryhodnější, sami víme nejlépe, jak vyhodnotit danou situaci, např. vyhrané či prohrané vhažování. Od našeho statistika můžeme také mít údaje už v průběhu hry a nemusíme čekat na přestávku.



Myslím si, že je hodně cenné mít k dispozici statistiku mezi třetinami. Pokud si některá formace vytvořila 6 nebo 7 šancí a soupeř proti nim 12, chcete o tom vědět. Nejdůležitější ze statistiky je čas hráčů, který stráví na ledě a vřazování v daném pásmu. Přestože to, koho pošlu na vřazování, ovlivňuje více faktorů, statistika má pro rozhodnutí svůj význam. Ohledně času na ledě - ten je třeba znát, abyste upravili tento čas do další dvacetiminutovky. Hodně trenérů klade velký důraz na statistiku ztracených kotoučů, šancí i příčin brankových příležitostí. Mužstvo se striktně defenzivní taktikou bude sledovat a analyzovat podrobně soupeřovy šance a bude chtít vědět, odkud se na jejich branku střílelo.

Hodně trenérů si během utkání dělá poznámky jako podporu paměti. Bob Johnson si například psal detailní poznámky během hry. Ty potom používal k analýze událostí během utkání i po něm. Osobně se spoléhám na svoji paměť během zápasu, ale dělám si poznámky před ním jako připomínku, co jsem chtěl udělat. Kterýkoliv způsob se brzy stane vaším zvykem a je důležité, že funguje právě vám.

Protože se hra tak často přerušuje, mají vřazování velký podíl na hře. Musíte mít dobře natrénovanou strategii, zejména v obranném pásmu a je nezbytné, aby hráči věděli přesně, co mají dělat v určité situaci. Všichni musí systém dodržovat, aby byl úspěšný a velmi pečlivě sledujeme chování hráčů po vřazováních. O přestávkách si situace rozebíráme u videa a sledujeme, co se přihodilo. Může se stát, že nás soupeř překvapí, ale nesmí se to opakovat.

O přestávkách mezi třetinami máme krátkou trenérskou poradou, kde studujeme statistiky, pozorujeme vybrané situace na videu, diskutujeme naše poznatky. Porada končí tím, že si připravíme plán na další třetinu a rozhodneme, jak ho předáme mužstvu.

Přípravy mezi třetinami nemohou obsahovat nějaké zásadní změny. Můžeme hráče například upozornit na nedostatek agresivity při nastřeleném kotouči nebo na to, že naše napadání je příliš pasivní. Drobné úpravy postavení při přesilovkách či oslabeních patří mezi další témata. Často také upravujeme drobnosti našeho rozestavení na vřazování, ale nikdy neměníme základy naší hry.

„Řada kritérií je rozhodujících pro určení hráče na vřazování, statistika k nim rozhodně patří.“

Hráči mají rádi, když přestávková rutina je stále stejná. V Detroitu využili prvních pár minut k oddychu, úpravě výstroje a řešení drobných šrámů, ale posledních pět minut do začátku hry seděli na svých místech a očekávali trenérovy instrukce.

Málokdy využíváme video před celým mužstvem, ale často si pozveme menší skupiny (třeba přesilovkovou pětku) a ukazujeme jim situace z předchozí dvacetiminutovky. Také někteří jednotliví hráči mohou dostat běžnou zpětnou vazbu pomocí videa a náš videotrenér je plně zaneprázdněn vyhledáváním situací, které chtějí vidět samotní hráči.

Několik minut před nástupem na led jeden z trenérů přednese výsledek porady hráčům s pomocí tabule. Nakonec si udělají hráči společný rituál a jdou na led. Po utkání se nic zásadního neřeší.

Potom následuje regenerace - rotoped, analýza a hodnocení hráčů a vše znovu od začátku, 82krát za sezónu plus 28 krát v play - off.

Ale náš cíl za to stojí!



PĚT ZLATÝCH PRAVIDEL SCOTTY BOWMANA

1	Obklopujte se nejlepšími možnými spolupracovníky! Vedení mužstva je týmová práce.
2	Buďte kreativní! Jackpot můžete zasáhnout jen v případě, že se o to pokusíte.
3	Vybuduj kostru mužstva ze silných vůdčích osobností! Bez 5 - 6 hráčů, kterým můžete vždy důvěřovat, nemůžete vyvinout žádnou iniciativu.
4	Přeneste se přes neúspěchy a troufněte si na konfrontace! Vyřešené spory posilují soudržnost mužstva.
5	Buďte kritičtí, ale nekritizujte! Abychom se dostali z případné krize potřebujeme pozitivní sílu, nikoliv stahování ještě níže.

”

Můj prvořadý úkol jako trenéra je zlepšovat dovednosti a vlastnosti hráčů, o kterých jsem přesvědčen, že je hráči mají zvládat. Mým úkolem není upozorňovat na nedostatky. Tuhle základní poučku si pamatuji od doby, kdy proběhla následující konverzace s jistým hráčem:

Ty jsi za posledních pět utkání nezískal ani jeden bod. Nevybojuješ jediný kotouč, nevyhraješ jediný souboj. Špatně se pohybuješ. Tvoje přihrávky jsou nepřesné, střely slabé. A co je nejhorší, úplně ti chybí sebevědomí!

Na tom, co říkáte, trenéře, něco je, ale po takovémhle hodnocení bude hodně těžké hrát se sebevědomím!



*Zlom a tisk: Nakladatelství Olympia, a. s., Praha.
Publikace neprošla redakční a jazykovou úpravou.
Vyrobeno v listopadu 2008.*