

## **TRENÉRSKÉ DESATERO**

**„Málo myslíme na to, co máme a na čem můžeme stavět, ale vždy na to, co nám chybí.“**

(využijme toho, co máme - pozitivně)

**„Občejný člověk přemýšlí, jak zaplnit čas, talentovaný člověk se ho snaží co nejefektivněji využít.“**

(systematičnost a soustavnost v tréninku)

**„Čím přesněji plánuješ, tím více Tě zaskočí neočekávaná náhoda. Počítej s tím ...“**

(vždy buď připraven na vše, nic tě nemůže rozhodit)

**„Počítej s nejhorším, doufej v nejlepší“**

(na vše připraven, nic tě nezlomí)

**„Měj na paměti, že nejlepší věci se stávají, když je nejméně očekáváš.“**

(nikdy nerezignuj a stále věř!!!)

**„Každý člověk v sobě nosí hvězdu, jen na něm záleží, bude-li svítit jasně.“**

(buď pracovitý, otevřený novým podnětům – ty musíš hořet, abys zapálil hráče)

**„Nejhůře se člověk v životě učí, které mosty má použít a které zbořit.“**

(inovace v tréninku - neustálý vývoj, nezamrzni!!!)

**„Každý vidí, jak vypadáš, ale jen málokdo odhadne, kdo jsi a co v tobě je.“**

(poznej dobře hráče, nedej na první dojem)

**„Kdo chce mít něco, co ještě nikdy neměl (čeho nedosáhl), bude muset udělat něco, co ještě nikdy neudělal.“**

(neustálá pracovitost, dávej si výzvy!!!)

**„Život chce, abys během svého (trenérského) života poznal mnoho netalentovaných jedinců, abys, až potkáš ty talentované, je uměl ocenit, a být vděčný, že s nimi můžeš pracovat.“**

**„Dej věci jméno a ona se stane.“**

(dát si úkol a snažit se o jeho splnění, ujasni si co chceš a udělej vše pro splnění)

***„Týmová spolupráce je dána tím, že všichni hledí společně jedním směrem a jdou za společným cílem.“***

***„Život (i ten pracovní) je kreslení bez gumy.“***  
(poučení se z chyb - čas nelze vrátit, ale...)

**Rainer Martens:** *„Trénujte tak, jak hrajete a sportovci budou pravděpodobně hrát tak, jak je trénujete.“*  
(sport. psycholog)

**J. Wooden:** *„Špatný kouč hodně mluví, průměrný hodně kreslí, dobrý demonstruje, vynikající inspiruje.“*  
(basketbalový kouč)