

## Cesta k trenérství – přehledová studie

Tereza Gállová\*

*Fakulta sportovních studií Masarykovy univerzity v Brně, Brno, Česká republika*

**Copyright:** © 2019 T. Gállová. Toto je open access článek vydaný pod Creative Commons Attribution License (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

**Východiska:** Rozvoj všech sportovních odvětví je z velké míry založen na množství a kvalitě trenérů, kteří se pravidelně věnují začínajícím sportovcům. Otázkami „Proč je u nás stále nedostatek trenérů?“ a „Jaké faktory mají zásadní vliv na jejich rozhodnutí být aktivním trenérem?“ se zabývá tato studie, která se snaží identifikovat klíčové aspekty a motivaci jedince na cestě stát se sportovním trenérem. V závislosti na cíli práce je potřeba v první fázi provést selekci dostupných zdrojů (vědeckých článků a literatury) zabývajících se trenérstvím a cestou k němu. Tyto zdroje následně analyzovat a identifikovat faktory a aspekty, které ovlivňují jedince na jeho cestě ke sportovnímu trenérství. **Cíle:** Cílem studie bylo na základě obsahové analýzy vybraných vědeckých článků vymezit základní aspekty při rozhodování stát se trenérem. **Metodika:** Základní výzkumnou metodou byla obsahová analýza vybraných vědeckých článků dostupných v mezinárodních vědeckých databázích Scopus a Web of Science. Tato studie využívala přehledové studie a vědecké články zabývající se cestou k trenérství a zahrnující rozhovory a dotazníky, na jejichž základě byly rozklíčovány významné faktory cesty k trenérství. **Výsledky:** K zásadním faktorům, které determinují rozhodnutí stát se sportovním trenérem, patří členové rodiny, záliba ve sportu, studium na univerzitě, práce s lidmi, budoucí povolání, pohybová aktivita, aktivní účast při sportu, touha předávat zkušenosti, doplňková aktivita k zaměstnání, udržování vlastní kondice, finanční zajištění, zdravotní důvody a trenérské vzory. **Závěry:** Uskutečněná obsahová analýza vybraných vědeckých článků ukazuje, že hlavním faktorem na cestě k trenérství je pozitivní vztah ke sportu. Ten vzniká již v dětství prostřednictvím lidí, kteří budoucí trenéry obklopují, a událostí, které prožívají.

*Klíčová slova:* sportovní trenér, cesta k trenérství, přehledová studie

### Úvod

Cestou k trenérství je myšlena především motivace jedinců stát se trenérem, a aspekty a faktory, které ovlivnily jejich rozhodnutí. Tuto cestu můžeme chápat jako cestu jedince (faktory, motivace), který se rozhodl stát se trenérem nebo také jako cestu sportovního trenéra, který se vzděláváním a praxí postupně stává profesionálním trenérem. V této studii se zaměříme především na první variantu, a to na analýzu důležitých faktorů v životní dráze trenéra. Řada současných autorů chápe tuto cestu jen jako jeden celek (Nash & Spourle, 2009; Lynch & Mallet, 2006; Wallis & Lambert, 2016), tj. jak se z „obyčejného“ člověka stane profesionální trenér, a zaměřují se převážně na vzdělávání trenérů, získávání zkušeností a zdokonalování se v jejich profesi. Opomíjena je však hlubší analýza zásadních aspektů a faktorů, které ovlivní jedince v prvotním rozhodnutí stát se trenérem. Dodnes neexistuje komplexní studie, která by mapovala a sjednocovala poznatky, které byly získané v dílčích výzkumech na toto téma. Tato problematika

pro mne představuje ucelenou, aktuální a komplexní výzkumnou oblast.

Podle zveřejněného výzkumu České unie sportu (2018) nemá 94 % klubů dostatek sportovních trenérů ani trenérů dobrovolníků. V případě, že by se podařilo zmapovat skutečnosti, které ovlivnily jedince (trenéry) na jejich cestě stát se sportovním trenérem, bylo by možné těchto poznatků využít, například při výchově a vzdělávání nových a mladých trenérů.

V dnešní době si klademe nové otázky a novými způsoby se na ně snažíme odpovědět. Začíná se proto více zkoumat osobnost a motivace sportovních trenérů a jejich uvažování v celém průběhu jejich života, a to jak kariérního, tak i soukromého, které nelze oddělit (Jones, 2006; Knowles, Gilbourne, Borrie, & Nevil, 2001; Lorimer & Holland-Smith, 2012; Lynch & Mallet, 2006; Nash & Spourle, 2009; Sage, 1988). Cílem příspěvku je tedy nalezení klíčových aspektů v životní dráze sportovních trenérů, které významně ovlivnily jejich rozhodnutí stát se trenérem.

### Metodika

Výzkumným přístupem naší práce je přehledová studie. Použitou metodou této práce je obsahová analýza

\*Korespondenční adresa: Tereza Gállová, Katedra pedagogiky a sportu, Fakulta sportovních studií Masarykovy univerzity v Brně, Kamenice 5, 620 00 Brno, e-mail: 392466@mail.muni.cz

vědeckých prací, která vychází z dané tematické oblasti s cíli (Mareš, 2013):

1. Předložení vědeckých studií z oblasti cesty ke sportovnímu trenérství;
2. Vymezení základních aspektů při rozhodnutí stát se trenérem.

Zaměřili jsme se na výzkumné články v časopisech publikované v anglickém i českém jazyce. Zdrojem studií byly mezinárodní vědecké databáze Scopus a Web of Science, kde byly zadávány kombinace klíčových slov *becoming a sport coach*, *sport coach of youth* a *how to become a coach*. Slova byla kombinována za použití operátoru OR.

Kvalita a relevantnost zahrnutých studií byla hodnocena subjektivně na základě odborných znalostí a zkušeností autorů tohoto příspěvku. Hodnoceními kvalitativními prameny byla odborná úroveň vědeckého časopisu, ve kterém byl příspěvek publikován, rok vydání, použitá metoda (rozhovor), počet dotazovaných osob (rozsah vzorku) a tematická shoda s řešenou problematikou. Vzhledem ke specifickému zaměření tohoto příspěvku byli autoři nuceni zahrnout veškeré studie splňující uvedená základní kritéria. Ze zkoumaného

vzorku byly primárně vyloučeny studie, které nesplnily vyhledávací kritéria (kombinace slov za použití operátoru OR). Sekundárně byly vyloučeny i studie, které se zkoumanou problematikou „motivace“ a „rozhodovacích aspektů/faktorů“ zabývaly pouze okrajově. Tato sekundární selekce probíhala individuálně podrobným pročtením předmětné studie.

## Výsledky

Vybrané studie zahrnovaly individuální i kolektivní sporty na všech výkonnostních úrovních (od rekreačního po vrcholový sport) včetně všech věkových kategorií. Autoři prováděli výzkum především prostřednictvím interview (narativní, polo-strukturované i strukturované) a dotazníkového šetření.

Na základě stanovených hesel bylo ve vědeckých databázích nalezeno 2245 článků z let 1980–2018. Po přečtení nadpisu a abstraktu odpovídalo vybranému tématu 87 článků. Podrobnější analýzou obsahu jsme zúžili výběr na 14 studií, které se zabývaly motivací a aspekty cesty ke sportovnímu trenérství a jeví se tak jako nejvíce relevantní vzhledem ke stanoveným cílům výzkumu (Tabulka 1).

Tabulka 1

*Přehled vybraných vědeckých článků splňujících kritéria výběru*

Autoři, rok, místo	Název studie	Sportovní odvětví	Metoda	Rozsah souboru
Sage, G. H., 1988, USA	Becoming a High School Coach: From Playing Sports to Coaching	Atletika	Rozhovor	5
Lynch, M., & Mallett, C., 2006, Austrálie	Becoming a succesful High Performance track and field coach	Atletika	Rozhovor	1
Satterfield, J., 2007, UK	3 Tips To Becoming A Complete Player	Volejbal	Rozhovor	9
Nash, Ch. S., & Sproule, J., 2009, UK	Career Development of Expert Coaches	Fotbal, hokej, plavání	Rozhovor	1
Lorimer, R., & Holland-Smith, D., 2012, UK	Why Coach? A Case Study of the Prominent Influences on a Top-Level UK Outdoor Adventure Coach	Turistika	Rozhovor	1
Duarte, T. & Culver, M. D., 2014, Kanada	Becoming a Coach in Developmental Adaptive Sailing: A Lifelong Learning Perspective	Vodní sporty	Rozhovor	109
Ferry, M., 2016, Švédsko	Teachers in school sports: between the fields of education and sport?	Neuvedeno	Dotazník	–
Graham, J. A., Dixon, M. A., & Hazen-Swann, N., 2016, USA	Coaching Dads: Understanding Managerial Implications of Fathering Through Sport	Fotbal	Přehledová studie	–
Wallis, J. & Lambert, J., 2016, UK	Becoming a Sports Coach	Neuvedeno	Rozhovor	5
Brasil, Z. V., Ramos, V., Milistetd, M., Culver M. D., & Nascimento V. J., 2018, Brazílie, Austrálie, Kanada	The learning pathways of Brazilian surf coach developers	Surfování	Rozhovor	2890
Camiré, M., Rocchi, M., & Kendellen, K., 2017, Kanada	A komparative analysis of physical education and non-physical Education teachers who coach high school sport team	Neuvedeno	Dotazník	–
Witt, A. P. & Dangi, T. B., 2018, Texas	Helping Parents be Better Youth Sport Coaches and Spectators	Neuvedeno	Přehledová studie	

Většina analyzovaných výzkumů vychází z kvalitativních rozhovorů, a to konkrétně strukturovaných – 28,6 % (Lynch & Mallett, 2006), polo-strukturovaných – 50 % (Brasil, Ramos, Milistetd, Culver, & Nascimento, 2018) a narativních – 14,3 % (Duarte & Culver, 2014; Lorimer & Holland-Smith, 2012) nebo kariérních map – 7,1 % (Duarte & Culver, 2014).

Důležitým faktorem pro rozhodnutí stát se sportovním trenérem jsou základní pohybové dovednosti a schopnosti (Duarte & Culver, 2014; Lynch & Mallet, 2006; Sage, 1988; Satterfield, 2007) a osobní zkušenost se sportem (Duarte & Culver, 2014; Sage, 1988), zejména v dětství (Lorimer & Holland-Smith, 2012; Lynch & Mallet, 2006; Nash & Sproule, 2009). Nejedná se pouze o sport na závodní úrovni, ale také o sport jako volnočasovou aktivitu (Brasil, Ramos, Milistetd, Culver, & Nascimento, 2018; Lorimer & Holland-Smith, 2012) nebo organizování sportovních událostí či dobrovolnictví (Duarte & Culver, 2014). Mnoho začínajících mladých trenérů mělo osobní zkušenost s aktivní účastí na soutěžích nebo turnajích jako žáci nebo dorost (Duarte & Culver, 2014; Lynch & Mallet, 2006).

V průběhu dětství ovlivňuje člověka také řada osob v jeho okolí. Učitelé tělesné výchovy a sportovní trenéři ovlivňují jedince svými přístupy ke sportu i životním hodnotám (Lorimer & Holland-Smith, 2012; Wallis & Lambert, 2016). Většinu dotázaných ve výzkumech Brasila, Ramose, Milistetda, Culvera a Nascimento (2018), Lorimera a Hollanda-Smitha (2012) a Nashe a Sproulea (2009) vedli ke sportu rodinní příslušníci. Dotazovaní měli pozitivní vztah ke sportovním aktivitám a sportovnímu prostředí a od dětství byl pro ně sport koníčkem. S pozitivním vztahem ke sportu souviselo rozhodnutí studovat tělesnou výchovu nebo sportovní trenérství na univerzitě (Duarte & Culver, 2014; Ferry, 2016).

V rámci studia a praxe účastníci výzkumu vypořádávali trenérům mládeže nebo hlavním trenérům dospělých nejen s tréninkem (Lynch & Mallet, 2006; Sage, 1988), ale také s administrativní prací, jako je

přihlašování soutěží, dotace, vyplácení rozhodčích, zápisy apod. (Lynch & Mallet, 2006). Práce trenéra respondenty bavila a zaujala (Ferry, 2016; Camiré, Rocchi, & Kendellen, 2017; Sage 1988). Mnoho účastníků chtělo propojit zálibu s každodenní činností (povoláním) a využít své znalosti ze sportovního prostředí. Tato kombinace je vedla k rozhodnutí stát se sportovním trenérem (Camiré, Rocchi, & Kendellen, 2017; Ferry, 2016; Lorimer & Holland-Smith, 2012; Nash & Spourle, 2009).

Úzkou souvislost mezi učitelstvím a trenérstvím popisuje Ferry (2016), který se zabýval školním sportovním systémem ve Švédsku, kde jsou učitelé tělesné výchovy často zároveň i sportovními trenéry. Mnoho švédských škol spolupracuje přímo se sportovními kluby. Výzkumu se zúčastnilo 109 učitelů. Z výzkumného vzorku bylo 77 % učitelů zaměstnaných i jako sportovní trenéři.

S výpomocí ve sportovních klubech souvisí podle Lynche a Malleta (2006) i administrativní práce (například přihlašování soutěží, dotace, vyplácení rozhodčích, zápisy apod.) a organizování sportovních událostí (Duarte & Culver, 2014).

Specifickou skupinou byli rodiče, kteří doprovázeli své děti na tréninky a sportovní utkání (Graham, Dixon, & Hazen-Swann, 2016; Witt & Dangi, 2018). Mnohdy byly ale kritiky trenérů, rozhodčích i ostatních hráčů, a proto se sami zapojili do trenérské činnosti (Witt & Dangi, 2018). Všechny hlavní a doplňkové faktory na cestě stát se sportovním trenérem vyplývající z výsledků přehledové analýzy jsou uvedeny v Tabulce 2.

## Diskuze

V této přehledové studii jsme se zaměřili na analýzu faktorů v životní dráze sportovního trenéra, který má kladný postoj ke sportu a participuje v něm (Camiré, Rocchi, & Kendellen, 2017; Ferry, 2016; Lorimer & Holland-Smith, 2012; Nash & Spourle, 2009). Cesta stát se trenérem je dlouhodobý proces probíhající po celou dobu života.

Tabulka 2

*Souhrn zjištěných faktorů ovlivňujících cestu trenéra*

Důležité faktory	Doplňkové faktory
Aktivní účast při sportovní činnosti	Vliv rodinných příslušníků
Kladný vztah ke sportu	Doplňková aktivita k zaměstnání
Práce s lidmi	Přátelské vztahy
Touha předávat své zkušenosti	Udržování a zvyšování vlastní kondice
	Finanční zajištění
	Setkání s novými lidmi
	Zdravotní důvody
	Trenérské vzory
	Asistence trenérům

Při analýze vybraných výzkumů se objevilo mnoho faktorů, které hrají významnou roli v cestě stát se sportovním trenérem. Většina trenérů si uvědomuje, že jejich rozhodnutí souviselo se zapojením do sportovního prostředí během dětství (Lorimer & Holland-Smith, 2012; Lynch & Mallet, 2006; Nash & Sproule, 2009). Klíčové jsou pohybové dovednosti (Duarte & Culver, 2014; Lynch & Mallet, 2006; Sage, 1988; Satterfield, 2007), ale také osoby v jedincově okolí (rodina, trenéři, učitelé apod.), školní tělesná výchova, mentoring (Brasil, Ramos, Milistetd, Culver, & Nasciment, 2018; Lorimer & Holland-Smith, 2012; Nash & Sproule 2009), touha zůstat u sportu i při výkonu povolání (Duarte & Culver, 2014; Sage, 1988) a využití znalostí získaných studiem tělesné výchovy a praxí ve školství. Specifickým faktorem bylo zapojení rodičů do sportovní aktivity potomka a jejich nespokojenost se sportovním vedením (Graham, Dixon, & Hazen-Swann, 2016; Witt & Dangi, 2018).

Na základě obsahové analýzy vědeckých článků lze říci, že nejde o konkrétní klíčové události, které by člověka v rozhodnutí stát se sportovním trenérem ovlivnily, ale spíše o soubor jednotlivých faktorů, které po celé dětství a dospívání na jedince působí a formují jeho osobnost. Tyto výsledky mohou sloužit například jako výchozí studie pro výzkum, který by si kladl za cíl přivést více jedinců k profesi sportovního trenérství nebo dobrovolnictví v této oblasti.

Tyto metody jsou pro danou problematiku přínosné, ale jejich nevýhodou je, že sami odborníci vždy nemusi odhalit všechny faktory, které k rozhodnutí stát se trenérem vedly. Problematické jsou i standardizované otázky, jejichž znění nebo autora výzkumníci mnohdy neuvádějí. K rozdílným výsledkům výzkumu může vést i to, zda účastníkům výzkumu byly otázky dopředu známy či nikoliv. Z toho vyplývá, že výsledky výzkumů nelze přímo srovnávat. Problematické v porovnávání výsledků jsou i různé skupiny respondentů a svou roli hraje i lidská paměť, která může některé události zkreslovat, zvláště v oblasti vzpomínek na dětství.

V souvislosti se získanými poznatky se nabízí mnoho nových otázek, jejichž odpovědi by pomohly lepšímu porozumění této problematice. Vhodné by bylo například zjistit, zda soubor faktorů, které ovlivňují člověka na cestě stát se sportovním trenérem, je podobný těm, které jedince ovlivňují při cestách k jinému povolání.

## Závěry

Proces stát se sportovním trenérem často probíhá v různých životních fázích, determinují jej nejrůznější faktory a další jedinci i sociální skupiny. Cestu ke sportovnímu trenérství ovlivňuje nejen řada jednotlivých faktorů, ale zejména jejich vzájemná kombinace. Ke klíčovým faktorům patří především zapojení

do sportovní činnosti a vliv osob v jedincově okolí, které ho motivují ke sportu. Dalším faktorem na cestě k trenérství je schopnost a motivace jedince předávat získané dovednosti a zkušenosti (učit). Impulsem může být např. studium na univerzitě, kde se díky praxi dostane do kontaktu s hlavními trenéry a vedením klubu. V případě pozitivních zkušeností jedinec touží zůstat ve sportovním prostředí i po dokončení studia. Specifickými faktory při rozhodnutí stát se sportovním trenérem jsou např. zdravotní důvody, trenérské vzory, finanční zajištění nebo rodinní příslušníci. Např. rodiče dětí, kteří nebyli spokojeni s výkonem svého dítěte a činností jeho trenéra nebo chtěli trávit více času se svým potomkem.

## Reference

- Brasil, V. Z., Ramos, V., Milistetd, M., Culver, D. M., & Nasciment, J. V. (2018). The learning pathways of Brazilian surf coach developers. *International Journal of Sport Science & Coaching*, 13(3), 349–361. doi: 10.1177/1747954117739717
- Camiré, M., Rocchi, M., & Kendellen, K. (2017). A comparative analysis of physical education and non-physical education teachers who coach high school sport teams. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 12(5), 1–8. doi: 10.1177/1747954117727629
- Česká unie sportu. (2018, březen 06). *Alarmující situace ve sportovních klubech a tělovýchovných jednotách: nemají prostředky na trenéry a topí se v byrokracii* [tisková zpráva]. Dostupné z: <https://webcache.googleusercontent.com/search?q=cache:86MBwfdvd2gJ:https://www.cuscz.cz/media/tiskove-zpravy/alarmujici-situace-ve-sportovnich-klubech-a-telovychovnych-jednotach.html+&cd=12&hl=cs&ct=clnk&gl=cz>.
- Duarte, T., & Culver, D. M. (2014). Becoming a coach in developmental adaptive sailing: A lifelong learning perspective. *Journal of Applied Sport Developmental*, 26(4), 441–456. doi: 10.1080/10413200.2014.920935
- Ferry, M. (2016). Teachers in school sports: between fields of education and sport? *Sport, Education and Society*, 21(6), 907–923. doi: 10.1080/13573322.2014.969228
- Graham, J. A., Dixon, M. A., & Hazen-Swann, N. (2016). Coaching dads: Understanding managerial implication of fathering through sport. *Journal of Sport Management*, 30(1), 40–51. doi: 10.1123/jsm.2014-0223.
- Jones, R. L. (2006). The Sports Coach as Educator: Reconceptualising Sports Coaching. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 1(4), 405–418. doi: 10.1260/1749540677936701.
- Knowles, Z., Gilbourne, D., Borrie, A., & Nevill, A. (2001). Developing the Reflective Sports Coach: A study exploring the process of reflective practice within a higher education coaching programme. *Reflective Practice*, 2(2), 185–207. doi: 10.1080/14623940120071370.
- Lorimer, R., & Holland-Smith, D. (2012). Whycoach? A Case study of the prominent influences on a top-level UK outdoor adventure coach. *The Sport Psychologist*, 26(4), 571–583. doi: 10.1123/tsp.26.4.571
- Lynch, M., & Mallett, C. (2006). Becoming a successful high performance track and field coach. *Modern Athlete & Coach*, 44(2), 15–20.
- Mareš, J. (2013). Přehledové studie: jejich typologie, funkce a způsob vytváření. *Pedagogická orientace*, 23(4), 427–454.



- Nash, Ch. S., & Sproule J. (2009). Career development of expert coaches. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 4(1), 121–138. doi: 10.1260/1747-9541.4.1.121
- Sage, H. G. (1988). Becoming a high school coach: From playing sports to coaching. *Sociology and Cultural Anthropology*, 60(1), 81–92. doi: 10.1080/02701367.1989.10607417.
- Satterfield, J. (2007). 3 tips to becoming a complete player. *Volleyballmag*, 18(5), 46–47.
- Wallis, J., & Lambert, J. (Eds). (2016). *Becoming a Sports Coach*. London: Routledge.
- Witt, A. P. & Dangi, T. B. (2018) Helping parents be better youth sport coaches and spectators. *Journal of Park and Recreation Administration*, 36(13), 200–208. doi: 10.18666/PJPA-2018-V36-I3-8619

## Becoming a sport coach – review

**Background:** The development of all sports areas is based in a great measure on the number and quality coaches who regularly devote themselves to beginning athletes. This study deals with questions “Why do we still lack on coaches?” and “Which factors influence fundamentally their decision to be active coaches?” It aims at the identification of key aspects and motivation of an individual to become a sports coach. Depending on the target of this work, the selection of available sources (scientific articles and resources) concerning coaching and the path towards it must be done in the first phase. These sources shall be then analysed and factors and aspects influencing individuals on their path towards sports coaching shall be identified. **Objectives:** The aim of this study is to define the key factors underlying the decision to becoming a sports coach based on the content analysis of selected scientific articles. **Methods:** The basic research method was a content analysis of selected scientific articles available in the international scientific databases Scopus and Web of Science. This study used other review studies and scientific articles, which include interviews or questionnaires in order to identify important factors in the path to coaching. **Results:** The key factors determining the decision to become a sports coach include family members, sports enthusiasm, university studies; work with people, prospective occupation, physical activity, participation in sports, desire to pass on experience, complementary activity to employment, maintenance of own fitness, financial security, health reasons and coaching patterns. **Conclusions:** The decision to become a coach is a long-term process. Research results show that this is a positive attitude to sport. The positive approach appears already in early childhood thanks to people around them, as well as events in their lives.

**Keywords:** sports coach, becoming a sports coach, review study