

ZPRAVODAJ

ČESKÉ UNIE SPORTU

| 8/2026



SPORTUJ S NÁMI

VV ČUS
se zabýval zájmem
státu o odkoupení
SC Nymburk

Historický průlom
pro český sport
– infrastruktura
součástí přípravy
fondů EU

Průzkum ČUS:
Dvě třetiny klubů
nemají síly
na administrativu

WWW.CUSCZ.CZ

OBSAH

- 3** VV ČUS se zabýval zájmem státu o odkoupení Sportovního centra Nymburk a jeho následnou obnovu
- 5** Historický průlom pro český sport. Infrastruktura se dostala do přípravy evropských fondů
- 7** Průzkum ČUS: Dvě třetiny sportovních klubů nemají síly na administrativu. Více než polovina využívá odbornou pomoc ČUS
- 9** Z aktuální agendy ministra pro sport Borise Štastného
- 10** Zářijová fotogalerie z akcí projektu ČUS Sportuj s námi
- 11** Bohatá říjnová nabídka ČUS Sportuj s námi
- 12** Poradna ČUS: Výpis pro práci s dětmi ve sportovních spolcích
- 16** Kampaň Aktivní ZÁŘÍ počtvrté motivovala veřejnost k pohybu a duševnímu zdraví
- 17** Asociace psychologů sportu radí: Jak trenér buduje sebevědomí a sebedůvěru svěřenců
- 20** Antidopingový webinář: Dopingové kauzy pod lupou

Foto na titulní straně: Běh Moravským krasem je závod, jehož trasa dlouhá 12,2 km vede ze Sloupu k propasti Macocha a zpět. Tradiční součástí této vydařené akce ČUS Sportuj s námi však byly také mládežnické soutěže.

Foto: ČUS Sportuj s námi

Zpravodaj ČUS vydává Výkonný výbor České unie sportu - www.cuscz.cz. Adresa redakce: Zátopkova 100/2, 169 00 Praha 6, tel. 724 014 643. Distribuováno zdarma v elektronické podobě.

Uzávěrka vydání: 30. září 2026. Za správnost a věcný obsah textů ručí jednotliví autoři.

Zkratky: Komunikační tým ČUS = KT ČUS. Použité fotografie - archiv ČUS. ISSN 1212-1061

W ČUS se zabýval zájmem státu o odkoupení Sportovního centra Nymburk a jeho následnou obnovu

Po prázdninové přestávce se uskutečnilo 8. září v Praze na Strahově sedmé letošní zasedání Výkonného výboru České unie sportu. Kromě obsáhlého bloku aktuálních informací reagujících na události uplynulého období se schůze zabývala také opatřeními k naplnění usnesení červnové valné hromady, rozbořem výsledků hospodaření organizace za I. pololetí 2026, reakcí ČUS na záměr státu úplatně převzít Sportovní centrum Nymburk pro následnou obnovu a žádostí Svazu lyžařů ČR o půjčku z vlastních zdrojů ČUS.

V úvodu jednání přivítal předseda ČUS Jan Boháč nového člena výkonného výboru, jímž byl na uvolněné místo zvolen červnovou Valnou hromadou ČUS předseda České triatlonové asociace Antonín Bauer, a poté ocenil skvělé medailové výsledky a výkony českých reprezentantů na letních vrcholných mezinárodních soutěžích v tenisu, šermu, plavání, kanoistice, moderním pětiboji a na juniorských šampionátech ve volejbalu a atletice.

Státní podpora sportu je stále nedostatečná

Předseda ČUS následně podal aktuální informace o dotačních procesech NSA v letošním roce, probíhajících legislativních úpravách zákona o podpoře sportu, navrhované podpoře sportu ze státního rozpočtu na rok 2027 a o připravovaných setkáních ministra pro sport a předsedy NSA se sportovními organizacemi a svazy.

K dosavadní navrhované podpoře sportu ze státního rozpočtu, pro kterou Ministerstvo financí navrhlo 8,4 miliardy korun, uvedl, že tento přístup neumožní plnit vládní záměry v oblasti sportu. „Očekávám, že v průběhu projednávání rozpočtu v poslanecké sněmovně dojde ještě k navýšení částky. Politici nemožnou připustit, aby v reálných hodnotách byla příští rok podpora sportu nižší než v roce 2021. Spolkový sport a práci dobrovolníků ve sportu je nutné podpořit, jinak budou nahrazeny násobně dražšími placenými službami, což se děje a sni-

žuje se tím dostupnost sportu. Pokud vláda chce ve zbývajících třech letech důsledně naplnit své programové prohlášení v oblasti sportu, musí tomu přizpůsobit podporu ze státního rozpočtu, a ta by měla dosáhnout 13-14 miliard,“ uvedl Jan Boháč.

Informoval dále, že na návrh ministra pro sport bylo svoláno ve druhé polovině září v poslanecké sněmovně veřejné slyšení pro střešní sportovní organizace s možností prezentace jejich činnosti a obhajoby dotačních potřeb pro sport. Nedlouho poté má být na programu setkání ministra pro sport a NSA se zástupci národních sportovních svazů k seznámení s výhledem státní podpory svazů v roce 2027.

Evropské peníze na sportovní infrastrukturu

Důležitá informace zazněla v souvislosti s usnesením vlády k přípravě Národního a regionálního partnerského plánu ČR pro období 2028-2034 v souvislosti s investicemi do sportovní infrastruktury. Rozhodnutí o podpoře měst a obcí jako zřizovatelů škol a vlastníků sportovních zařízení z evropských prostředků je zlomovým okamžikem v přístupu státu ke sportu. Česko tak poprvé napodobí postup řady dalších zemí Evropské unie.



„Úspěšně se podařilo v srpnu završit zhruba rok trvající diplomatickou aktivitu, kterou iniciovala a vedla právě ČUS. S podporou ministrů, zástupců měst a obcí i dalších institucí, kteří sdíleli naše argumenty, se nám podařilo ve výchozím dokumentu českých priorit zařadit podporu investic hned do několika oblastí. Města a obce tak dostanou zásadní podporu a motivaci. Víme, že jejich investiční připravenost je vysoká, ale chybí finance. Dramaticky zanedbaná infrastruktura českých sportovišť dostane šanci se přiblížit potřebám společnosti. Práce ale zdaleka nekončí, české priority musí stát obhájit v Evropské komisi a hlavně je promítnout do konkrétních plánů, projektů a výzev,“ prohlásil Jan Boháč.

Připomenul také, že letos dosud nebyla vypsána pravidelná dotace Národní sportovní agentury na provoz národních sportovních center, což v případě ČUS zahrnuje SC Nymburk a Plavecký stadion Podolí. To dostává do kritické provozní situace především střediska s nižšími vlastními zdroji – vodácké centrum v Račicích a běžecký a skokanský areál v Harrachově. „**Pokud jde o dotační výzvy na rok 2027, pozitivně bylo přijato, že NSA počítá s jejich vypsáním v průběhu října. V diskusi však zazněly požadavky, aby se nesnižovala alokace podpory národních sportovních svazů ani střešním sportovním organizacím,**“ řekl místopředseda ČUS Marek Pakosta.

Místopředseda Marek Hájek následně konstatoval, že červnová investiční dotační výzva NSA zaměřená na následky povodní v roce 2024 s podmínkou poskytnutí dotace ex post komplikuje žadatelům realizaci obnovy sportovišť, protože kluby nedisponují volnými financemi a smyslupnější by bylo použít podmínku dotace ex ante. „ČUS proto jednala s NSA, aby v případných dalších kolech výzev vyšla klubům vstříc,“ vysvětlil Marek Hájek.



Finální rozhodnutí přísluší valné hromadě ČUS

Důležitým bodem programu bylo jednání o přístupu ČUS k návrhu státu odkoupit a zrekonstruovat Sportovní centrum Nymburk. Jeho připravená obnova přesahuje čtyři miliardy korun. Česká unie sportu obdržela během prázdnin

dopis ministra pro sport Borise Štátného s nabídkou, v níž uvádí, že stát má zájem středisko udržet pro vrcholový sport, ale na obnovu areálu nemá NSA prostředky a ministerstva mohou investovat pouze do vlastního majetku. Proto nabízí alternativní řešení převodu pod Ministerstvo obrany ČR, které by obnovu zajistilo a využívalo ho i pro vlastní potřebu.

VV ČUS vzal nabídku na vědomí, projednal všechny předložené varianty řešení a uložil předsedovi ČUS vstoupit do jednání s ministrem pro sport, prevenci a zdraví, se zástupci Ministerstva obrany a Národní sportovní agentury, případně dalších institucí. Výbor jednomyslně podpořil zahájení jednání o variantě prodeje ve veřejné soutěži. Diskuse se vedla ke garanci zachování kontinuity využívání centra pro vrcholový sport. „**ČUS bez podpory z veřejných zdrojů nutnou rekonstrukci centra nezajistí. Bez obnovy je více jak šedesát let starý areál pro vrcholový sport dále nevyužitelný a postupně přijde i o současné příjmy. Finální souhlas se záměrem a případným prodejem majetku ČUS však musí schválit delegáti sportovních klubů a národních sportovních svazů na valné hromadě ČUS,**“ zdůraznil Jan Boháč.

Pozitivní hospodářský výsledek za I. pololetí

V dalším průběhu schůze ekonomický ředitel Pavel Benda analyzoval výsledky hospodaření České unie sportu v období ledna až června 2026. **Všechny parametry ukázaly zatím příznivý vývoj čerpání rozpočtu v porovnání s plánem.**

VV ČUS také projednal a schválil půjčku ve výši 30 milionů korun z vlastních zdrojů Svazu lyžařů ČR a udělil záštitu s finančním příspěvkem 50 000 korun 28. ročníku mezinárodnímu festivalu sportovních filmů Sportfilm Liberec.

V závěru výbor odsouhlasil kromě návrhů na udělení vyznamenání ČUS a kalendáře svých jednání v roce 2026 rovněž termíny letošních podzimních celostátních porad v Praze na Strahově (3. 11. svazy, 4. 11. okresy), jarních celostátních porad 2027 (8. a 9. 6.) i valné hromady v Nymburce (23. 6. 2027).

Autor: KT ČUS

Foto: ČUS Sportuj s námi

Historický průlom pro český sport. Infrastruktura se dostala do přípravy evropských fondů

Českému sportu se otevírá historická příležitost získat od roku 2028 nový významný zdroj financování z evropských prostředků. Vláda schválila výchozí oblasti a priority Národního a regionálního partnerského plánu ČR pro období 2028-2034, do jehož rámce pro další přípravu se podařilo prosadit také sportovní infrastrukturu. Konkrétně byla zařazena podpora sportovní infrastruktury obcí a měst jako zřizovatelů škol a vlastníků sportovních zařízení a podpora sportovišť vysokých škol. Infrastruktura pro sportovní aktivity se objevila také mezi možnostmi využití brownfieldů. O otevření evropských zdrojů pro investice do českého sportu dlouhodobě usiluje Česká unie sportu (ČUS) a za cíl si to vytkl její předseda Jan Boháč, který téma během posledního roku intenzivně prosazoval při jednáních s politiky, ministerstvy a dalšími institucemi.

Česká republika dosud evropské prostředky k systematické obnově sportovní infrastruktury systémově nevyužívala. ČUS už na jaře upozorňovala, že podle odhadů vycházejících ze zkušeností jiných evropských států, které evropských zdrojů pro investice do sportu využívají, by odpovídající nastavení nového programového období mohlo v budoucnu přinést do české sportovní infrastruktury 5 až 10 miliard korun ročně. Konkrétní objem prostředků ani příslušné programy ale zatím stanoveny nejsou.

„Pro český sport jde o přelomovou zprávu. O zařazení sportovní infrastruktury mezi priority pro nové období evropských fondů jsem intenzivně jednal během celého posledního roku. Předkládal a obhajoval jsem argumenty, které jasně dokládají, že sport je nástrojem k mnoha prioritám, které si Česko vytklo v novém finančním období EU. A prvním předpokladem je kvalitní a dostatečná sportovní infrastruktura. Jsem upřímně rád, že naši argumentaci využili klíčoví politici a řada významných institucí, které sdílí názor, že sportovní infrastruktura není jen otázkou sportu, ale také veřejné služby, zdraví, vzdělávání, rozvoje měst a obcí nebo odolnosti celé společnosti. První důleži-

tý krok se námramně podařil,“ prohlásil předseda ČUS Jan Boháč.

Sport podpořila široká koalice institucí

Významnou roli sehrálo mezirezortní připomínkové řízení k návrhu plánu, které vypořádával gestor přípravy NRPP 28+, jímž je Ministerstvo pro místní rozvoj. Doplnující požadavky související se sportem, sportovní infrastrukturou, pohybovou gramotností nebo fyzickou zdatností předložila řada institucí. Výrazně téma podporoval tým ministra sportu, prevence a zdraví Borise Šťastného, který sport a pohyb prosazoval v souvislosti se vzděláváním, zdravím, regionálním rozvojem i fyzickou odolností společnosti.



Klíčovou roli při prosazení sportovní infrastruktury škol sehrálo Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy. Ve svých připomínkách obhajovalo potřebu investic do vzdělávací infrastruktury také fyzickou zdatností, pohybovou gramotností a odpovídajícím sportovním zázemím dětí a mladých lidí. Požadavky související se sportem předložily také Národní sportovní agentura, Svaz měst a obcí ČR, Sdružení místních samospráv ČR, některé kraje nebo Rada pro výzkum, vývoj a inovace. Výraznou podporu tématu při politických jednáních vyjadřovali rovněž další představitelé - za všechny lze jmenovat místopředsedu Poslanecké sněmovny Patrika Nachera.

„Velmi si vážím toho, jak širokou podporu sport během přípravy návrhu plánu získal. Zprvu jsem byl překvapen, že v původní předloze byl sport opět ignorován. Česko by se tak znovu na dalších sedm let připravilo o evropskou finanční výpomoc pro sportovní investice. Ukázalo se však, že nejde jen o požadavek sportovního prostředí. Kvalitní sportovní infrastruktura potřebují školy, města a obce, děti a mladí lidé i široká veřejnost. Právě tato podpora napříč institucemi dává velkou šanci celý proces úspěšně dokončit,“ zdůraznil Jan Boháč.

Klíčový posun: sportovní infrastruktura škol

Důležitým výsledkem dosavadního procesu je doplnění podpory sportovní infrastruktury pro obce jako zřizovatele škol a vlastníky sportovních zařízení. Výsledkem připomínkového řízení bylo rozhodnutí ministryně pro místní rozvoj tuto oblast do materiálu doplnit. V následném vypořádání bylo zároveň upřesněno, že se podpora vztahuje také na vysoké školy.

„Velkou práci odvedl ministr školství Robert Plaga se svým týmem, který si velmi dobře uvědomuje význam sportu a pohybu ve vzdělávání. Kvalitní školní a obecní sportoviště navíc neslouží pouze žákům. Na mnoha místech představují důležitou součást sportovní infrastruktury celého města či obce a využívají je také kluby a veřejnost. Jsou předpokladem pro rozvoj komunitních aktivit,“ doplnil předseda ČÚS.

Sport se podařilo prosadit také do dalších částí připravovaného rámce. U revitalizace brownfieldů se ve výsledném materiálu výslovně počítá ve venkovských a menších sídlech s jejich využitím mimo jiné pro kulturní a sportovní aktivity a posílení kvality života. „To je další důležitý posun. Sport se tím dostává mezi oblasti, které mohou být součástí revitalizace a rozvoje území. Škoda, že z definice u brownfieldů vypadly větší městské aglomerace, nedává mi to úplně logiku, ale i tak se pro města a obce do budoucna otevírá další cesta, jak při revitalizaci území propojit sportovní projekty s evropským financováním,“ uvedl Jan Boháč.

Další připomínky zároveň propojily sport a pohybovou aktivitu se zdravím, prevencí, pohybovou gramotností a fyzickou odolností obyvatel-

stva. Právě na tuto širší společenskou roli sportu upozorňovala ČÚS při konferencích a veřejných slyšeních již na jaře, kdy zdůrazňovala, že kvalitní sportovní infrastruktura není pouze otázkou volného času, ale také zdravotní prevence a celkové odolnosti společnosti.

Ted' musí všichni aktéři příležitost dotáhnout

ČÚS současně upozorňuje, že proces přípravy plánu ještě zdaleka není u konce. Schválené priority představují výchozí rámec. Národní a regionální partnerský plán bude dále rozpracováván a projednáván s Evropskou komisí. Teprve v dalších fázích se budou na MMR konkretizovat podporované investice, podmínky čerpání i okruh možných příjemců.

Pro ČÚS proto bude jednou z hlavních priorit prosadit, aby budoucí evropské financování dokázalo pomoci co nejširší části sportovní infrastruktury, která plní veřejnou funkci - nejen školám, ale také sportovištím využívaným dětmi a mládeží, sportovními kluby a širokou veřejností. Pro Českou republiku je to obzvláště důležité. ČÚS dlouhodobě upozorňuje, že tuzemská sportoviště jsou v průměru starší než 50 let a velká část z nich vyžaduje rekonstrukci nebo modernizaci. Specifikem českého prostředí je zároveň skutečnost, že více než polovinu sportovišť vlastní samotné sportovní kluby.

„Není ještě vyhráno. Ted' musíme udělat všechno pro to, abychom tuto historickou příležitost proměnili v konkrétní investice. Naším cílem musí být, aby evropské prostředky skutečně pomohly obnovovat a rozvíjet sportoviště, která každý den využívají děti, školy, kluby i veřejnost. Česká republika to potřebuje. Naše sportoviště stárnou, řada z nich je ve špatném stavu a na mnoha místech kapacity nestačí. Pokud celý proces úspěšně dokončíme, může se od roku 2028 českému sportu otevřít zdroj financování, který jsme dosud prakticky nevyužívali. I když se podaří evropské prostředky do sportovních investic nasměrovat, důležitou roli bude i nadále hrát podpora investic ze státního rozpočtu. Města a obce však budou mít více možností spolufinancování a celá tíha investic nepadne jen na ně,“ uzavřel Jan Boháč.

Autor: KT ČÚS

Foto: Dotace pro obce

Průzkum ČUS: Dvě třetiny sportovních klubů nemají síly na administrativu. Více než polovina využívá odbornou pomoc ČUS

Sportovní kluby v Česku stále více zatěžuje administrativní a zároveň jim chybějí lidé, kteří by ji zajišťovali. Nedostatek kapacit pro administrativní činnosti letos pocítuje 67 procent klubů, před dvěma lety to bylo 60 procent. Za dva roky se tak jejich podíl zvýšil o sedm procentních bodů. Více než polovina klubů zároveň využívá služby či odborné poradenství územních pracovišť České unie sportu. Vyplývá to z letošního celostátního průzkumu ČUS mezi 2331 sportovními kluby a tělovýchovnými jednotami.

Nedostatek lidí pro administrativní činnosti letos jednoznačně pocítuje 35 procent sportovních klubů a dalších 32 procent odpovědělo „spíše ano“. Pouze třetina klubů uvedla, že dostatek lidí pro administrativu spíše má nebo má. Podle České unie sportu dopadá rostoucí množství povinností především na menší kluby postavené na dobrovolné práci. Stejní lidé často organizují sportovní činnost, vedou tréninky, komunikují s rodiči, shánějí finance a zároveň zajišťují účetnictví, dotační žádosti a jejich vyúčtování, evidenci členů, odměňování trenérů, rejstříky nebo povinná hlášení.

„Sportovní kluby vznikly proto, aby organizovaly sport a pracovaly s dětmi a dospělými, ne proto, aby se jejich předsedové stávali specialisty na účetnictví, dotace, personalistiku, pracovní právo nebo nejrůznější státní registry. A průzkum ukazuje, že problém se zhoršuje. Jestliže před dvěma lety chyběli lidé na administrativu šesti z deseti klubů a dnes už dvěma třetinám, je to varování. Musíme dobrovolníkům práci zjednodušovat, ne jim přidávat další povinnosti, jinak jejich počet začne ubývat ještě rychleji,“ uvedl předseda České unie sportu Jan Boháč.

„Malé kluby se uadministrují“

O tom, co rostoucí administrativní znamená v každodenním fungování sportovních organizací, vypovídají také otevřené odpovědi klubů v průzkumu. TJ Sokol Lichnov upozorňuje na přibývací administrativu spojenou s dotačními titu-

ly, jejich žádostmi, správou a vyhodnocováním i na nové povinnosti při zaměstnávání trenérů. Situaci shrnuje slovy, že „malé kluby se uadministrují, bohužel.“

Ještě konkrétněji popisuje každodenní realitu SKP Benešov. Klub musí řešit vyúčtování mezd trenérů a brigádníků, hlášení na ČSSZ a finanční úřad, vedení účetnictví, vyúčtování dotací a další agendu. Podle jeho vyjádření jde o „strašnou administrativní zátěž“, kterou již nelze zvládnout bez kvalifikovaného účetního, což však pro klub znamená další finanční náklady.

A klub VC Capoeira Jablonec nad Nisou vystihuje další důsledek problému - podle klubu představuje přílišná administrativní zátěž „na úkor věnování se skutečnému poslání jednotlivých sportů, a tím je trénování mládeže.“

Více než polovina klubů využívá servis ČUS

Právě s těmito povinnostmi pomáhá Česká unie sportu klubům prostřednictvím své celorepublikové sítě 75 okresních a 14 krajských územních pracovišť. Služeb či odborného poradenství územních pracovišť ČUS podle letošního průzkumu využívá nebo spíše využívá 54 procent sportovních klubů. Konkrétně 33 procent odpovědělo „ano“ a dalších 21 procent „spíše ano“.

Samostatně se průzkum zaměřil na administraci státních, krajských a městských dotací. Také v této oblasti pomoc územních pracovišť ČUS využívá nebo spíše využívá téměř polovina klubů - 48 procent. Mezi nejčastější služby poskytované klubům v regionech patří pomoc s povinnostmi vyplývajícími z obecně platných právních předpisů, statistickými hlášeními, státními a sportovními rejstříky, účetní, mzdovou a daňovou agendou a administrací státních, krajských a obecních či městských dotací.

Význam této podpory přímo popsal například SK Dřevnovice z Prostějovska, menší klub malé kopané fungující především na dobrovolné práci členů: „Velmi si proto vážíme spolupráce





s územním pracovištěm ČUS Prostějov, které nám vede účetnictví a pomáhá s administrativou i dalšími povinnostmi kolem chodu klubu. Bez této podpory by bylo fungování menších sportovních klubů výrazně složitější.“

ČUS představila fungování své servisní sítě ve Sněmovně

Česká unie sportu představila funkci své územní servisní sítě také na zářijovém veřejném slyšení v Poslanecké sněmovně věnovaném financování střešních sportovních organizací. Přiblížila činnost organizace, její výkonnost, strukturu příjmů a výdajů i rozsah služeb poskytovaných sportovním klubům a svazům po celé České republice.

Poměr nákladů ČUS na administrativu zajišťované podpory členům k celkovým nákladům obstarávané sportovní činnosti dosahuje pouze 3 až 4 procent. Do administrativního zajištění je přitom zahrnuto centrální pracoviště v Praze i celorepubliková síť územních pracovišť. ČUS poukázala na to, že tento podíl je výrazně nižší než podíl režijních nákladů stanovený oborovými standardy nebo parametry u národních či evrop-

ských projektů pro nestátní neziskové organizace, kde se poměr pohybuje mezi 7 až 15 procenty. Úsporný model fungování ČUS je založen na koncentraci odborných činností, skromném personálním zajištění a na sdílení služeb mezi velkým množstvím sportovních organizací. Stát a samospráva by takový rozsah administrativy stál násobně více prostředků z veřejných zdrojů.

„Naším cílem je dlouhodobě držet provoz České unie sportu maximálně úsporný a umožnit co největší část prostředků a kapacit směřovat tam, kde mají skutečný význam - ke sportovním klubům, svazům a lidem, kteří sport v regionech organizují. A umíme to. Pokud se náklady na administrativu pohybují mezi třemi a čtyřmi procenty objemu administrativních dotací, ukazuje to, že systém dokážeme provozovat velmi efektivně. Bez této sdílené podpory by administrativa ve sportu nezmizela. Jen by ji kluby musely zvládat samy nebo by ji musel zajistit někdo jiný - stát, samospráva, soukromý sektor. Pro veřejné rozpočty i pro sportovní organizace takové nastavení bylo násobně nákladnější,“ komentoval situaci Jan Boháč.

Autor: KT ČUS, foto: ČUS Sportuj s námi

Z aktuální agendy ministra pro sport Borise Štátného

Vláda schválila návrh na posílení bezpečnosti a integrity ve sportu

Vláda schválila návrh novely zákona o podpoře sportu, který rozšiřuje působnost Antidopingového výboru České republiky (ADV ČR). Vedle boje proti dopingmu se bude nově systematicky věnovat také prevenci manipulace sportovních soutěží, ochraně bezpečného a respektujícího sportovního prostředí a prevenci diváckého násilí.

„Chceme, aby český sport byl nejen úspěšný, ale také férový a bezpečný. Novela rozšiřuje působnost ADV ČR ve čtyřech oblastech: boji proti dopingmu, prevenci manipulace soutěží, ochraně bezpečného sportovního prostředí a prevenci diváckého násilí. Nechceme vytvářet novou instituci. Využijeme odborné kapacity, které už máme, a dáme jim jasný a širší rámec. Sportovní prostředí potřebuje jasná pravidla, prevenci a místo, na které se může obrátit,“ uvedl ministr Boris Štátný.



Součástí **safeguardingu** bude metodický rámec pro prevenci a řešení násilí, obtěžování, diskriminace, zneužívání moci a dalších forem ohrožení integrity osob ve sportu. Zahrnovat bude také ochranu dětí a oznamujících osob před odvetnými opatřeními.

Významnou součástí návrhu je také **boj proti manipulaci sportovních soutěží** - viz text níže. Novela reaguje také na potřebu **účinnější prevence diváckého násilí**. Cílem je, aby sportovní akce byly bezpečným prostředím pro všechny návštěvníky včetně rodin s dětmi. Navrhované řešení využívá stávající **odborné a administrativní kapacity Antidopingového výboru ČR**. Díky tomu nebude nutné vytvářet novou instituci.

Rozšíření agendy bude financováno v rámci schváleného limitu prostředků kapitoly Národní sportovní agentury, bez požadavku na navýšení celkových výdajů kapitoly. Návrh nyní zamíří k projednání v Poslanecké sněmovně.

Konec manipulací se sportovními soutěžemi, Česko se připojí k úmluvě

Vláda souhlasila, že Česko se připojí k úmluvě proti manipulaci se sportovními soutěžemi. Z evropských zemí úmluvu kromě Česka neratifikovalo jen pět států. O nutnosti úmluvu přijmout se hovořilo zejména po březnové korupční kauze, která souvisela se sázením na fotbalové zápasy.

„Manipulace sportovních soutěží nemá ve sportu místo. Jsem rád, že vláda schválila můj návrh na přistoupení České republiky k Macolinské úmluvě. Je to důležitý krok k posílení integrity českého sportu,“ uvedl Boris Štátný a doplnil, že vlastní systém chystá také Národní sportovní agentura. Takzvaná „integrity unit“ bude podle něj koordinovat spolupráci sportovního prostředí, policie, celní správy nebo ministerstev financí, vnitra a spravedlnosti.

„Chceme, aby jednotlivé instituce dokázaly rychleji sdílet informace, lépe spolupracovat a společně účinněji chránit férovost a integritu českého sportu,“ dodal ministr.

Samotný podpis podle důvodové zprávy nevyžaduje žádné legislativní změny v oblasti sportu, trhu, regulace reklamy nebo trestního práva. Podle úmluvy, která platí od roku 2015, boj proti manipulaci nemá být pouze věcí sportovních svazů. Státy mají koordinovat veřejné orgány a zároveň spolupracovat se sportovními organizacemi, pořadateli soutěží a provozovateli sportovních sázek. Úmluva počítá i s ochranou oznamovatelů - sportovci mají svá podezření nebo obdržené nabídky neprodleně nahlášovat.

Pro dokončení procesu musí ještě dokument projednat Sněmovna.

Zdroj a foto: Oficiální stránky ministra pro sport, prevenci a zdraví

Záříjová fotogalerie z akcí projektu ČUS Sportuj s námi



Grand Prix Forman nabízí v okolí Nového Jičína nejen registrovaným cyklistům, ale i „hobbíkům“ trasy v sedmnácti kategoriích.



Na start letošního ročníku Witzennmann Opavské mile se startérkou Nikolou Ogradníkovou se postavilo více než 1600 běžců.



Do 37. ročníku Glassman triathlonu určeného amatérským sportovcům se zapojila více než stovka akterů.

Po období prázdnin a dovolených byl cítit hlad veřejnosti po sportu a pohybu. Záříjový kalendář projektu ČUS Sportuj s námi jí nabídl osm desítek aktivit po celé České republice. Některé z nich přibližují fotografie zaslané jejich organizátory.



Sportuj
s námi



Rekordní účast dvou a půl tisíce návštěvníků zaznamenal letošní Mělnický festival sportu - malí zájemci absolvovali i netradiční disciplíny.



Louka plná dětí na stejnojmenné Městské plovárně ve Znojmě přilákala stovky dětí, které si v rámci náboru vyzkoušely šestnáct různých sportů.

Bohatá říjnová nabídka



**Sportuj
s námi**



Podzim se už přihlásil o slovo, ale v říjnu je stále spousta možností, jak se zapojit do projektu ČUS Sportuj s námi. Na výběr jsou běhy v přírodě, turistika, cyklistika, ale další akce se už také pomalu stěhují do hal a tělocvičen.

Vybrané akce - říjen 2026:

2. 10. Kuželkářský maraton	kuželky	Tábor
3. 10. Běh kolem Hejtmanu	atletika	Chlum u Třeboně
3. 10. Pochod slováckými vinohrady	turistika	Prušánky
3. 10. MTB kritérium Jeseník	cyklistika	Jeseník
3. 10. Běh města Příbrami	atletika	Příbram
4. 10. Ořešinský vánek, víchř a blesk	cyklistika	Brno-Ořešín
7. 10. Plavecká soutěž měst	plavání	po celé ČR
10. 10. Krumlovský vodácký maraton	kanoistika	Český Krumlov
10. 10. Běh Borským parkem	atletika	Plzeň
10. 10. Za malínským keřem	turistika	Kutná Hora
11. 10. Den otevřených dveří na curlingu	curling	Brno
15. 10. Baseballový víkend s Ježky	baseball	Jihlava
17. 10. Silniční běh Hronov – Náchod	atletika	Hronov
17. 10. Petit Prix	orientační běh	Josefův Důl-Dolní Maxov
23. 10. 24 hodin stolního hokeje	stolní hokej	Most
24. 10. Otrokovické svahy	atletika	Otrokovice

Pozvánka na TOP akce

100. ROČNÍK LESNÍHO BĚHU KOLEM AMERIKY - PÍSEK, 17. ŘÍJNA: Závodí se ve 28 věkových kategoriích, od předškolních dětí až po veterány 80 let a starší. Tratě jsou rozděleny podle věku a pohlaví aktérů. Nejmladší děti běží 100m a 660m, starší 1000m a 1730m, ženy čeka 3330m, muže 1730m a 4930m. Hlavní závod o putovní pohár měří 8130m. Dětské kategorie jsou oceněny poháry a sladkou odměnou, dospělí mohou získat drobnou finanční odměnu.

SLOWPITCH 2026 - TŘEBÍČ, 17. ŘÍJNA: Akce pro širokou veřejnost, která si chce vyzkoušet baseball, se koná ve sportovním areálu Na Hvězdě, který patří mezi nejmodernější baseballové areály v ČR. Sportovní klub Třebíč Nuclears pořádá tuto akci každý rok na závěr sezony. Pravidla jsou přizpůsobená všem věkovým kategoriím. Jedná se o smíšená družstva - ženy, muži, děti. Během samotného turnaje je připraveno občerstvení a bohatý program.

Více informací: www.cus-sportujsnami.cz

Poradna ČUS: Výpis pro práci s dětmi ve sportovních spolcích

V souvislosti s novou právní úpravou evidence skutečností důležitých pro práci s dětmi, která se významně dotkne také sportovního prostředí, přinášíme praktické stanovisko k problematice tzv. dětského certifikátu. Stanovisko zpracovala Česká unie sportu ve spolupráci s pověřencem pro ochranu osobních údajů GDPR Solutions.

x x x x x

Od 1. ledna 2027 bude součástí Rejstříku trestů také evidence skutečností důležitých pro práci s dětmi. Údaj z této evidence se objeví ve zvláštním výpisu z Rejstříku trestů vydávaném pro práci s dětmi, běžně označovaném jako dětský certifikát. Výpis je určen pro profesní nebo organizovanou dobrovolnou činnost, při níž dochází k přímému a pravidelnému kontaktu s dětmi.



Pro sportovní spolky z toho neplatí povinnost prověřovat každého člena nebo funkcionáře. Rozhodující je, co daný člověk v klubu skutečně dělá a zda klub nebo trenér provozuje živnost, na kterou zákon váže povinnost nemít v této evidenci záznam.

Pro úplnost: dětský certifikát ani navazující zákonné povinnosti nejsou omezeny na malé děti. Dítětem se pro tyto účely rozumí **osoba mladší 18 let (nezletilý)** - povinnosti popsané v tomto stanovisku se tedy vztahují stejně na kontakt s desetiletými dětmi jako na kontakt s patnácti až sedmnáctiletou mládeží.

1. Zvláštní povinnost u pobytových akcí s dětmi (tábory, soustředění, školy v přírodě)

Kromě povinností plynoucích ze živnostenského zákona (viz bod 2) zavádí novela od 1. ledna 2027 samostatnou povinnost podle zákona o ochraně veřejného zdraví. Tato povinnost dopadá na organizované vícedenní pobyty dětí a ze změn po-

psaných v tomto stanovisku bude mít na sportovní kluby pravděpodobně největší praktický dopad.

Fyzická osoba smí být činná při škole v přírodě nebo na zotavovací akci pouze tehdy, nemá-li záznam v evidenci skutečností důležitých pro práci s dětmi. S výjimkou pedagogických a zdravotnických pracovníků musí taková osoba předat pořádací osobě nebo vysílající škole výpis z rejstříku trestů vydávaný pro práci s dětmi, a to ne starší než 3 měsíce.

Tato povinnost se nově vztahuje i na menší nebo kratší akce (tzv. jiné podobné akce), tedy typicky i na běžná víkendová nebo vícedenní soustředění klubu, která nedosahují parametrů zotavovací akce (30 a více dětí po dobu delší než 5 dnů). Výjimkou zůstávají pouze akce pořádané pro děti v poměru rodinném a obdobném. Prakticky tak jde o povinnost, která se může týkat i běžných menších výjezdů klubu, nejen velkých letních táborů.

Povinnost se týká akcí konaných od 1. ledna 2027. Klub by měl mít pro každou takovou akci k dispozici aktuální výpisy všech zúčastněných dospělých osob (s výjimkou pedagogických a zdravotnických pracovníků) ne starší než 3 měsíce ke dni konání akce.

Níže uvedené informace se pak věnují především běžné každodenní činnosti sportovních spolků.

2. Koho se v klubu výpis typicky týká

Základním vodítkem je přímý a pravidelný kontakt s dětmi, a to bez ohledu na právní úpravu vztahu mezi danou osobou a spolkem (zaměstnanec, dohodář, IČO, dobrovolník, funkcionář atd.). Jde zejména o situace, kdy klub člověku opakovaně svěřuje vedení, trénování, dohled, individuální práci nebo pravidelný doprovod nezletilých.

Typický ano	trenér mládeže, asistent trenéra, pravidelný vedoucí družstva, osoba zajišťující opakovaný dohled nebo individuální práci s dětmi
Typický ne	člen výboru pouze ve statutární nebo administrativní roli, účetní, hospodář, správce areálu, jednorázový rodič-pomocník
Podle skutečné role	člen výboru, rodič, rozhodčí nebo jiný pomocník, pokud vedle své formální role fakticky a pravidelně pracuje s dětmi. Název funkce není rozhodující. Např. člen výboru, který zároveň vede dětské družstvo, se posuzuje jako trenér. Naopak samotné členství ve výboru důvodem ke kontrole není.

3. Kdy je kontrola pro spolek povinná a kdy ne

Spolek provozuje sportovní živnost

Pokud spolek provozuje vázanou živnost Poskytování tělovýchovných a sportovních služeb v oblasti, má od 1. ledna 2027 **zákonnou povinnost** zajistit, aby činnosti tvořící obsah této živnosti vykonávaly pouze fyzické osoby bez záznamu v evidenci pro práci s dětmi. Rozhoduje faktický výkon činnosti, ne typ smlouvy. Povinnost se proto může vztahovat na zaměstnance, osoby na DPP nebo DPČ, externí spolupracovníky i dobrovolníky či funkcionáře, pokud jejich činnost skutečně tvoří součást provozování této živnosti.

Nový člověk má být ověřen před zahájením této činnosti. U lidí, kteří pro spolek tuto činnost vykonávají už k 1. lednu 2027, musí spolek podle přechodného ustanovení zajistit splnění podmínky nejpozději do 31. března 2027.

Pokud tedy spolek provozuje výše uvedenou živnost, je povinen zajistit beztrestnost příslušných osob. Související zpracování osobních údajů tak bude založeno na právním titulu plnění **zákonné povinnosti** ve smyslu čl. 6 odst. 1 písm. c) GDPR.

Živnost má trenér, nikoli spolek

Je-li trenér OSVČ a sportovní živnost provozuje on, **zákonná povinnost nemít záznam dopadá přímo na něj**. Samotný fakt, že spolek využívá služby takového trenéra, ještě nezakládá spolkovou povinnost podle živnostenského zákona. **Spolek** však může výpis požadovat v rámci **vlastního preventivního standardu**, pokud trenér pracuje s dětmi přímo a pravidelně.

Spolek ani trenér sportovní živnost neprovozují

Pro běžnou spolkovou činnost dle současného schváleného právního rámce **neexistuje obecná povinnost**, podle níž by každý trenér nebo dobrovolník musel výpis předkládat. Spolek si ale může jeho předložení nastavit jako **preventivní podmínku** pro role s přímým a pravidelným kontaktem s dětmi. U zaměstnanců zákoník práce od roku 2027 výslovně umožňuje požadovat informaci o záznamu, je-li to vzhledem k povaze práce věcně odůvodněné a přiměřené. Zavedení vlastního standardu může klubu zároveň pomoci předejít dotazům či tlaku ze strany rodičů, kteří se na obdobnou kontrolu mohou sami aktivně pt

V obou výše uvedených případech půjde ze strany spolku o dobrovolné nastavení zpracování informací o beztrestnosti vybraných osob (např. trenérů). V takovém případě bude související zpracování osobních údajů založeno na právním titulu oprávněného zájmu ve smyslu čl. 6 odst. 1 písm. f) GDPR.





4. Ochrana osobních údajů a vlastní klubový standard

Z pohledu GDPR je potřeba odlišit dva režimy viz výše. Pokud spolek kontrolou plní svou zákonnou povinnost, typicky jako provozovatel sportovní živnosti nebo pořadatel soustředění, na které dopadá zákon o ochraně veřejného zdraví, zpracování stojí na splnění právní povinnosti podle čl. 6 odst. 1 písm. c) GDPR. Pokud zákonná povinnost není dána a klub si kontrolu zavede jako preventivní standard, právním základem bude zpravidla oprávněný zájem podle čl. 6 odst. 1 písm. f) GDPR.

Vlastní standard je obhajitelný u osob, kterým klub svěřuje přímou a pravidelnou práci s dětmi. Musí být předem popsán, uplatňovaný stejně na srovnatelné role a omezený jen na osoby, u nichž je kontrola skutečně potřebná. Souhlas trenéra není vhodným právním základem.

Protože kontrola pracuje s údaji souvisejícími s trestními odsouzeními, uplatní se také čl. 10 GDPR. Zákonou oporu pro použití zvláštního výpisu poskytuje zejména úprava Rejstříku trestů, která jej výslovně zavádí pro profesní a organi-

zovanou dobrovolnou činnost s přímým a pravidelným kontaktem s dětmi. V režimu zákonné povinnosti tuto oporu doplňuje příslušná sektorová úprava, u zaměstnanců zákoník práce.

Pokud nejde o činnost, u níž zákon záznam výslovně stanoví jako překážku, samotný záznam není univerzálním zákonným zákazem jakékoli práce s dětmi. Klub si ale může absenci záznamu nastavit jako vlastní podmínku pro svěřeni konkrétní role s dětmi.

5. Jak kontrolu provést bez zbytečného zpracování údajů

- A. Výpis si obstarává dotčená osoba. Získat jej bude možné stejnými cestami jako běžný výpis z Rejstříku trestů, zejména přes Portál občana nebo Czech POINT.
- B. Klub do výpisu pouze nahlédne. Pro běžný klub není důvod požadovat opis ani automaticky pořizovat kopii nebo sken výpisu.
- C. Klub si запиše jen výsledek kontroly. Doporučený rozsah je jméno osoby, role, datum vydání výpisu, datum ověření, údaj podmínka splně-

na, nedoložena nebo nesplněna, dále identifikace osoby, která kontrolu provedla a datum kontroly.

D. Podrobnosti se neeviduují. Není vhodné zapisovat trestný čin, soud, spisovou značku ani jiný obsah výpisu. Pokud osoba podmínku nesplní, pro běžnou provozní evidenci postačí závěr, že nebyla splněna podmínka pro danou roli.

E. Přístup má mít jen omezený okruh osob. Prakticky zpravidla jedna nebo dvě pověřené osoby za klub.

6. Noví a stávající lidé, frekvence kontroly

Nové osoby bez ohledu na to, zda jde o zaměstnance, DPP nebo DPČ, externího spolupracovníka či dobrovolníka doporučujeme ověřit jednorázově, před tím, než začnou vykonávat roli s přímým a pravidelným kontaktem s dětmi. Tam, kde kontrola plyne ze zákonné povinnosti (sportovní živnost spolku podle bodu 2, hromadné akce podle bodu 1), je tento postup nezbytný.

Stávající osoby je vhodné zahrnout do jednoho přechodného kola s jednorázovým ověřením k pevně stanovenému datu. U spolku provozujícího sportovní živnost nebo pořádajícího akce podle bodu 1 se povinnost vztahuje i na osoby, které už příslušnou činnost vykonávají; splnění podmínky musí být zajištěno nejpozději do 31. března 2027. U klubu, který kontrolu zavádí pouze jako vlastní standard, doporučujeme stejný přístup - jednorázové ověření všech stávajících zaměstnanců i dobrovolníků do konkrétního, předem oznámeného data (např. do tří měsíců od zavedení pravidla). U stávajícího zaměstnance výsledek kontroly sám o sobě automaticky neřeší možnost změny jeho práce nebo skončení pracovního poměru; případné pracovníprávní opatření je nutné posoudit samostatně.

Tam, kde to zákon výslovně nevyžaduje, postačí toto jednorázové ověření - při vstupu do role u nových osob, resp. k výše uvedenému datu u osob stávajících. Další průběžné kontroly jsou na uvážení klubu; bez konkrétního důvodu

je nedoporučujeme provádět častěji než jednou ročně (např. vždy před začátkem nové sezóny). Nové ověření má smysl také při návratu po delší přestávce, při přechodu do podstatně citlivější role nebo pokud vznikne konkrétní důvod k novému posouzení. Výjimkou jsou případy, kdy zákon frekvenci výslovně stanoví - to je právě případ škol v přírodě a zotavovacích i menších akcí podle bodu 1, kde musí být použit výpis ne starší než 3 měsíce ke dni konání akce.



7. Očekávaný další vývoj

Právní úprava dětského certifikátu se v tuto chvíli ještě vyvíjí a v řadě aspektů (zejména přesný okruh povinných osob a provozovaných živností) může před nabytím účinnosti doznat dalších změn. Podle metodiky Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy se navíc ve výborech Poslanecké sněmovny v současné době projednává možnost **odložení účinnosti této části novely na 1. července 2027**. Toto stanovisko vychází z právního stavu k datu uvedenému v záhlaví; vývoj budeme nadále sledovat a stanovisko podle potřeby aktualizovat. Dětský certifikát je dále k dnešnímu dni předmětem několika pozměňovacích návrhů. Je tedy možné, že užívání certifikátu v praxi ještě dozná změn. V takovém případě Vás budeme informovat.

Autor: ČÚS a GDPR Solutions
Foto: ČÚS Sportuj s námi

Kampaň Aktivní ZÁŘÍ počtvrté motivovala veřejnost k pohybu a duševnímu zdraví

Zahrada Strakovy akademie v Praze se 5. září stala místem slavnostního zahájení čtvrtého ročníku celonárodní kampaň a společenské výzvy Aktivní ZÁŘÍ. Jejím cílem bylo opět rozhybat veřejnost k pravidelnému pohybu a propojit ho s tématem duševního zdraví. Pořadatelem kampaň byl Nadační fond Aktivní ČESKO a také Česká unie sportu - jako jeden z jeho spoluzakladatelů - tuto výzvu tradičně podpořila. Osm desítek zářijových akcí zařazených do kalendáře projektu ČUS Sportuj s námi se totiž stalo její součástí.

„Bylo pro nás velkou radostí přivítat ve Strakově akademii zástupce veřejného života, sportu, zdravotnictví, zaměstnavatelů, odborných institucí, diplomatického sboru i našich partnerů a ukázat tak, že podpora aktivního a zdravého života je tématem, které nás dokáže spojoval napříč různými oblastmi společnosti,“ uvedla Jana Havrdová, předsedkyně správní rady Nadačního fondu Aktivní ČESKO a členka kabinetu ministra pro sport, prevenci a zdraví.

Zahájením ve Strakově akademii se Aktivní ZÁŘÍ symbolicky vydalo do celé České republiky. Otevřelo tak celý měsíc, který lidi po celé České republice motivoval k tomu, aby se více hýbali, tráвили aktivně čas s rodinou a přemýšleli o svých každodenních návycích. Do kampaň se zapojily



školy, sportovní kluby, města, obce, firmy, organizace i jednotlivci a během září nabídli veřejnosti stovky příležitostí, jak trávit pohybem a sportem aktivně čas. Speciální webové stránky nabídly zájemcům téměř šest stovek míst a aktivit, kde bylo možné se zapojit, což představovalo několik desítek tisíc vyznavačů pohybu.

„Sport a pohyb jsou nejdostupnější a zároveň nejúčinnější formou zdravotní prevence. Dokážou ušetřit zdravotnímu systému stovky milionů korun - a hlavně přinést lidem více let prožitých ve zdraví. Smyslem této akce je připomenout všem, že nejde o výkony ani rekordy, ale o podporu sportu, pohybu a zdravého životního stylu. Důležité je začít,“ uvedl ministr pro sport, prevenci a zdraví Boris Šťastný.

Významnou součástí letošního zahájení byla také podpora dárcovství krve. Například ve Strakově akademii přivítal dárce v rámci programu ministr zdravotnictví Adam Vojtěch, který ocenil zejména ty, kteří se rozhodli darovat krev vůbec poprvé. Návštěvníci akce navíc měli možnost krev darovat přímo v rámci programu.



Asociace psychologů sportu radí: Jak trenér buduje sebevědomí a sebedůvěru svěřenců

Sebevědomí a sebedůvěra patří mezi nejčastěji skloňované pojmy ve sportu. Jaký je mezi nimi rozdíl? Sebevědomí můžeme chápat šířeji jako to, jak člověk vnímá a hodnotí sám sebe, své schopnosti, silné stránky i limity. Sebedůvěra je konkrétnější - týká se přesvědčení sportovce, že dokáže zvládnout určitý úkol nebo sportovní situaci, a může se měnit například i v průběhu jednoho zápasu. Právě na sportovní sebedůvěru se proto v tomto textu zaměříme.

Často se předpokládá, že přijde sama s dobrými výsledky: sportovec začne vyhrávat, a tím si začne více věřit. Ve skutečnosti je vztah složitější. Vítězství může sebedůvěru posílit, samo o sobě ale nezaručuje, že si ji sportovec dlouhodobě udrží. Důležité je také to, jak sportovec svůj výkon interpretuje, čemu úspěch či neúspěch přisuzuje a zda má pocit, že může svůj výkon ovlivnit.



Právě proto se sebedůvěra buduje postupně, ne jedním výsledkem. Role trenéra přitom nespočívá v tom, že bude sportovce neustále ujišťovat o jeho kvalitách, ale v tom, že mu pomáhá získávat a rozpoznávat zkušenosti, o které může svou sebedůvěru opřít: „Vím, jaké mám schopnosti, vím, co můžu ovlivnit.“ Díky takto vybudované sebedůvěře si pak dokáže udržet „chladnou hlavu“ a vypořádat se i s tím, když se mu zrovna nedaří.

Výsledek není všechno

Je lákavé myslet si, že vítězství nebo osobní rekord automaticky zvýší sebedůvěru. Možná



ASOCIACE PSYCHOLOGŮ
SPORTU ČR
WWW.APSCR.INFO

na chvíli přinese dobrý pocit, ale záleží na tom, jak sportovec svůj úspěch vysvětlí. Sportovec může vyhrát a říct si: „Soupeř dnes hrál špatně, měl jsem štěstí.“ Takový úspěch nemusí jeho důvěru ve vlastní schopnosti příliš změnit. Jiný sportovec může prohrát, ale současně si uvědomit: „Dokázal jsem se po chybách rychleji vracet do hry a držel jsem se toho, co jsme trénovali. Oproti minulému zápasu se stejným soupeřem jsem uhrál o set navíc.“ Přestože výsledek není pozitivní, získává důkaz o vlastním pokroku. Pro budování sebedůvěry je proto užitečné sportovci pomáhat spojovat zlepšení s tím, co sám udělal a mohl ovlivnit: s přípravou, úsilím, rozhodováním, koncentrací nebo zvládnutím konkrétní situace. Platí to i při jasně vyhraném zápase, a zvláště u výrazně talentovaných dětí - **dřív nebo později přijde moment, kdy samotný talent nestačí a je potřeba opřít se právě o takto budovanou sebedůvěru.**

Tip do praxe: Po tréninku nebo zápase se neptejte jen „Jak to dopadlo?“, ale také: „Co dnes fungovalo?“, „Co jsi konkrétně zvládl podle představ?“ nebo „Co se ti podařilo lépe než minule?“ Ptát se můžete třeba i během závěrečného protažení - zabere to pár minut a pomůže to vám i jim. Zavést si můžete i tabuli nebo flipchart, kam si zvládnuté věci sami svěřenci zapisují; nejužitečnější ale je zvýraznit je hned, jakmile je to možné.

Sebedůvěra potřebuje zvládnutelné výzvy

Sebedůvěru neposilujeme tím, že sportovce chráníme před obtížnými situacemi. Potřebuje naopak zažívat, že dokáže postupně zvládat nároky, které před něj sport stává. Úkol by proto neměl být ani příliš jednoduchý, ani dlouhodobě nedosažitelný. Pokud sportovec opakovaně dožívá výzvy výrazně nad svou současnou úroveň,

může místo pocitu kompetence získat zkušenost: „At' udělám cokoli, stejně to nestačí,“ což pak sebedůvěru spíš snižuje a přináší frustraci místo povzbuzení.

Klíčová myšlenka: Silným zdrojem sebedůvěry může být zkušenost, kdy sportovec zvládne přiměřeně náročný úkol a zároveň dokáže rozpoznat, čím k jeho zvládnutí sám přispěl - tomu se dá říkat **kontrolovaný úspěch**. Právě spojení „tohle jsem udělal - a proto se něco podařilo“ posiluje pocit kontroly. Stejně důležitý ale může být i **kontrolovaný neúspěch**: sportovec nemusí pokaždé uspět, aby si budoval sebedůvěru. Důležitou zkušeností může být i situace, která výsledkově nevyšla, ale sportovec dokázal pochopit, co zvládl, co se naučil a co může příště udělat jinak.

Sebedůvěra totiž není přesvědčení „vždycky vyhraju“. Je spíše přesvědčení „**dokážu se s tím, co přijde, vypořádat**“.

Tip do praxe: Pokud je úkol pro sportovce dlouhodobě příliš snadný, postupně zvyšte jeho obtížnost. Pokud naopak opakovaně selhává bez známek pokroku, úkol dočasně zjednodušte nebo

rozdělte na menší kroky - cílem je udržet ho „na hraně“ jeho aktuálních možností.

Ovlivnitelné cíle posilují sebedůvěru

Ve sportu můžeme rozlišovat výsledkové, výkonné a procesní cíle. Každý z nich má své místo, liší se ale v tom, do jaké míry je může sportovec sám ovlivnit (více o jednotlivých typech cílů v Zpravodaji ČUS 8/2025). Procesní cíle jsou pro budování sebedůvěry obzvláště užitečné, protože zaměřují pozornost na to, co může sportovec přímo ovlivnit - na výsledku se totiž často podílí i faktory, které jsou v danou chvíli těžko ovlivnitelné, a bylo by škoda se o vědomí pokroku či vlastní dovednosti ošidit. Místo „Musíš ten zápas vyhrát,“ může trenér se sportovcem pracovat s cílem: „Po každé chybě se vrátím ke své rutině“ nebo „před každým podáním si dám čas na přípravu.“

Tip do praxe: Před výkonem se sportovce zeptejte nejen „Čeho chceš dnes dosáhnout?“, ale také „Co konkrétně pro to můžeš udělat?“ Po výkonu se nejprve vraťte právě k tomu druhému.

Konkrétní chování, nejen „výkon“, „snaha“ nebo „pokrok“

Obecné „super“ nebo „výborně“ má omezenou informační hodnotu. Mnohem více sportovci po-



skytne konkrétní zpětná vazba: „Všiml jsem si, že ses po té chybě hned vrátil do hry“ nebo „Dnes ses třikrát rozhodla jít do řešení, kterému ses dřív vyhýbala.“ Takové ocenění sportovci ukazuje, co konkrétně udělal dobře a co může příště zopakovat. Trenér by přitom měl umět „nasmívat“ i to, čeho si sportovec sám nevšiml nebo má tendenci zlehčovat. Důležité je oceňovat také odvahu zkoušet nové věci a pracovat s chybou, ne pouze bezchybný výkon. **Pamatujte, že sebedůvěru výrazně posilují právě náročné momenty, se kterými si sportovec dokázal poradit.**

Tip do praxe: Než sportovci řeknete „dobrá práce“, zkuste si to doplnit o jednu konkrétní věc - „dobrá práce, hlavně jak jsi...“ Sportovec si tak lépe zapamatuje, co přesně má opakovat.

Hodnocení výkonu, ne člověka

Možná ještě důležitější než samotná sebedůvěra je to, aby sportovní výkon nezačal určovat celkovou hodnotu sportovce. Je rozdíl mezi „Dnes se mi zápas nepovedl“ a „Jsem špatný hráč.“ Místo „Jsi nezodpovědná“ je přesnější: „Po ztrátě ses tentokrát nevrátila včas. Příště se po ztrátě hned vrať do obrany.“ (Více o tématu zpětné vazby naleznete ve Zpravodaji ČUS 9/2025.) **Špatný výkon je informace o výkonu, nikoli verdikt o člověku.**

Tip do praxe: Než sportovci sdělíte zpětnou vazbu, zkuste si větu v duchu přeformulovat tak, aby popisovala chování, ne osobu: „udělal jsi“ místo „jsi“. Taková formulace zároveň jasněji ukazuje, co může sportovec příště změnit.

Podpora neznamená neustále chválit

Dobrý vztah mezi trenérem a sportovcem může vytvářet důležité zázemí pro rozvoj sebedůvěry. Pro sportovce může být významné už samotné přesvědčení, že se na trenéra může obrátit, že mu trenér věří a že jedna chyba nezmění jejich vztah. **Podpora ale neznamená snižovat nároky nebo se vyhýbat nepříjemné zpětné vazbě.** Znamená vytvářet prostředí, ve kterém sportovec může dostat náročnou zpětnou vazbu, aniž by měl pocit, že jedním neúspěchem ztratil trenérovu důvěru.

Co si z toho odnést

Sebedůvěra není jen produktem vítězství ani výsledkem několika povzbuzujících vět před zá-



pasem. Bude se postupně ze zkušeností, ve kterých sportovec poznává vlastní schopnosti, zvládá přiměřené výzvy, učí se pracovat s úspěchem i neúspěchem a získává pocit, že může své jednání ovlivnit.

Trenér tento proces podporuje tím, že nastavuje je smysluplné a dosažitelné výzvy, zaměřuje pozornost na ovlivnitelné aspekty výkonu, poskytuje konkrétní zpětnou vazbu, přizpůsobuje komunikaci jednotlivým sportovcům a dokáže oddělit hodnocení výkonu od hodnocení člověka.

Cílem trenéra není pomoci formovat sportovce, který o sobě nikdy nepochybuje. Cílem je sportovec, který i ve chvílích pochybností ví, co umí, co může ovlivnit, a dělá dál potřebné a funkční kroky. Například i když ve hře ztratí vedení, zůstává u útočného stylu a nepřechází jen do bránění.

Autor: Kristýna Rumánková, MSc.
členka Asociace psychologů sportu ČR
Foto: ČUS Sportuj s námi

Antidopingový webinář: Dopingové kauzy pod lupou

Připojte se na veřejný webinář a poznejte zákulisí aktuálních dopingových kauz!

Doping není jen o zakázaných látkách v těle sportovce. S lektory Antidopingového výboru ČR Janem Exnerem a Janem Petrželou rozebereme reálné případy z poslední doby a ukážeme si, čemu by se měli sportovci vyvarovat.

Zaměříme se na případy týkající se:

- Odmítnutí nebo vyhýbání se dopingové kontrole
- Užívání návykových látek a jejich dopadu na kariéru
- Zanedbání povinností při hlášení míst pobytu (Whereabouts)



Webinář je určen všem sportovcům, trenérům, doprovodnému personálu i sportovním fanouškům, které zajímá zákulisí vrcholového sportu.

Kdy? 14. října 2026 od 19 hodin

[Můžete se registrovat zdarma přes REGISTRAČNÍ FORMULÁŘ nebo QR kód.](#)

Dopingové kauzy pod lupou:

Co se stalo a čemu se vyvarovat

Jan Exner & Jan Petržela

WEBINÁŘ ZDARMA

středa 14. 10. 2026 | 19:00 – 20:15

on-line



Veřejný webinář



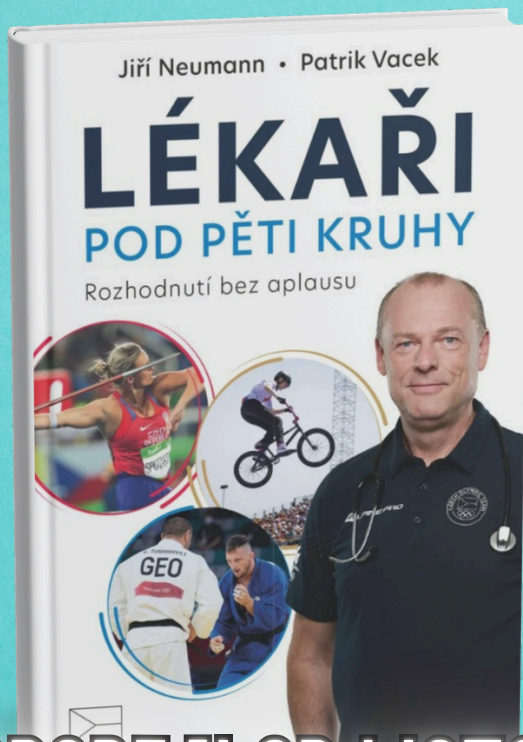
BRZY VYJDE

Publikace přináší reálné příběhy a zkušenosti lékařů,
kteří po řadu let stáli po boku českých olympioniků.

O své profesní i lidské zkušenosti se dělí přední osobnosti
české sportovní medicíny

– prof. Pavel Kolář, MUDr. Jiří Neumann, MUDr. Jiří Dostal,
MUDr. Jaroslav Větvička, prof. Libor Vítek, MUDr. Jakub Heřmánek
a další...

Kniha nabízí jedinečný pohled do zákulisí
olympijských her a vrcholového sportu.



Lze předobjednat již nyní

V PRODEJI OD LISTOPADU 2026

deník.cz

fandí
sportu...

**informace,
které jsou vám
nejblíž**