

Pelikans Bučovice

příručka rodiče

O klubu

Oddíl existuje od roku 1982, kdy začínal v softballových soutěžích. Od roku 1990 hraje baseball. Pelikáni mají svoje domácí hřiště v areálu Základní školy 711 Bučovice.

Dětské smíšené týmy hrají regionální soutěže, hlavně v kategoriích U7 až U10, tj. dívky a chlapci ve věku do deseti let.

Informace o týmech pro aktuální sezónu a kontakty na trenéry najdete vždy na webových stránkách oddílu, <https://pelikans.baseball.cz/>

Co vás čeká?

Baseball je rozmanitá týmová hra. Děti se při ní naučí rychle se rozhodovat a spolupracovat se spoluhráči. Využijí všestrannost pohybu - běh, otočka, rychlý a přesný hod, chycení míče, skok na metu - to všechno se v baseballu dá stihnout za pár vteřin. Po změně stran následuje úplně jiná akce - pálení a běh po metách, u starších občas i skluzy.

Na zápasech děti stráví den venku v pohybu, rodiče a fanoušci si mohou dosyta zakřičet nebo zabubnovat. Český baseball je stále ještě poměrně malý sport, na zápasech tak bývá přátelské prostředí a nejmenší děti diváci kolikrát povzbuzují bez ohledu na klubovou příslušnost.

A taky to dětem v baseballovém hrozně sluší :-)

Tréninky

Tréninky trvají 90 minut. V zimě obvykle trénujeme jednou týdně v hale, od jara do podzimu dvakrát týdně na venkovním hřišti. Na trénink je vhodné přijít 5 minut předem. Doprovod může s dítětem na tréninku zůstat.

Aktuální informace o rozvrhu a časech tréninků jsou na <https://pelikans.baseball.cz/>

V hale i na hřišti je k dispozici WC, umyvadlo i sprcha. Není možná úschova cenných věcí (šperky, mobily). Na trénink děti potřebují vodu nebo jiný neperlivý nápoj, ideálně ve snadno uzavíratelné lahvi, která při pohození nevyteče.

Tréninky začínají zahřátím a rozcvičkou. Poté následuje kombinace cvičení a her, v naprosté většině s míčem (nejen baseballovým). U nejmenších dětí se zaměřujeme na koordinaci, obratnost a základní baseballové dovednosti. U větších přidáváme rychlost, přesnost a rozvoj herního myšlení.

Všechny naše tréninky jsou otevřené novým zájemcům. Přijďte se podívat, nebo rovnou zapojit.

Vybavení

Oblečení

Na trénink do tělocvičny stačí jakékoliv tričko s krátkým rukávem, dlouhé sportovní kalhoty nebo tepláky a boty vhodné do haly. Oblečení na venkovní trénink podle počasí - na hřišti bývá větrno, mikina nebo tenká bunda se hodí. I na ven jsou vhodné dlouhé kalhoty - baseballista je každou chvíli na zemi.

Boty na venkovní trénink a zápasy by měly umožnit bezpečný pohyb po jakémkoliv terénu. Dětská hřiště mívají různé povrchy tráva, antuka, obyčejná udupaná hlína... Už jsme hráli na všem možném, snad kromě škváry. Je vhodné mít kopačky, ale bez kovových hřebů. Děti musí často rychle vyběhnout nebo náhle změnit směr běhu a na trávě nebo antuce jim to pak nebude klouzat.

Pro hru venku potřebuje baseballista **kšiltovku**. V klubu je obvykle k dispozici zásoba čepic na prodej; pokud klubovou nechcete kupovat nebo zrovna není, poslouží jakákoliv jiná. Na zápasy je vhodné, aby měla jednu z klubových barev (červená, tmavě modrá "navy").

K zápasům nastupují hráči v jednotném **dresu**. Dresy pořizuje klub, každý hráč se může rozhodnout, zda si dres koupí, nebo bude půjčovat. Za půjčování vybíráme poplatek (není součástí členského příspěvku). Výše poplatku odpovídá ceně dresu a předpokládané životnosti.

Kalhoty na zápas by měly být bílé, případně co nejsvětleji šedé. Ideální jsou baseballové kalhoty s opaskem (obvykle jednou za sezónu probíhá hromadný nákup), v nejmladších kategoriích se dá hrát i v teplákách.

Rukavice a pátky

Klub disponuje zásobou rukavic a pátek. Ty jsou primárně určeny na tréninky, případně pro nové hráče na vyzkoušení. Při zápasech je možné hrát s oddílovou pátkou, ale minimálně rukavici silně doporučujeme koupit každému hráči jeho vlastní. Musí správně sedět na ruce, navíc se pak dá trénovat i doma.

Míče

Kategorie U7 a U8 hraje s měkkými míči flexiball o velikosti 8.5". Devítky mají měkký míč už v "dospělé" velikosti 9". Míče pro tréninky a zápasy zajišťuje oddíl.

Chrániče

Hráči U8 a starší nosí při odpalu **helmu**. Helmy zajišťuje oddíl, je možné mít vlastní. Chlapci by od kategorie U8 měli používat také **suspensor** (při zápasech povinně).

Nákup vybavení

Oddílové vybavení nakupujeme u těchto prodejců:

Bonec sports Brno (prodejna na Konečného náměstí)	http://www.bonecsports.cz/cenikos.html
Bike Athletic (eshop)	https://www.bikeathletic.cz/baseball-softball/
Schoolsport (eshop)	https://schoolsport.cz/baseball-softball

Ceny a dostupnost v českých obchodech odpovídají tomu, že zboží je nepravidelně dováženo z USA, a podléhá clu.

Rukavice

V dětských velikostech se prodává několik provedení rukavic, které se liší materiálem. Silně doporučujeme, aby rukavice měla alespoň vnitřek (dlaň) **koženou**. Svrchní strana bývá kožená, koženková nebo látková (ta by měla teoreticky lépe dýchat).

Rukavice s dlaní z umělé kůže mají krátkou životnost, obvykle časem v dlani prasknou. Dají se použít jako první rukavice, pokud není jasné, zda dítě bude baseball bavit, případně pokud se dá čekat, že z ní dítě během jedné sezóny “vyroste”.

Pozor na atrapy rukavic, prodávané v některých e-shopech spolu s opravdovými. Ty jsou použitelné pouze jako dekorace. Další nevhodný nákup jsou rekreační sady (např. Wilson Little League Baseball kit), kde je rukavice koženková, míček pěnový a pálka dřevěná.

Velikost rukavice je vhodné předem vyzkoušet (třeba na oddílové zásobě).

Rukavice pro děti jsou označeny “youth” - to je důležité hlavně u velikostí nad 10”, dětské rukavice mají menší otvor na zápěstí. Pravák/levák se uvádí podle ruky která hází míč, tj. “right hand throw” - “házím pravou” - je rukavice pro praváka, nošená na levé ruce.

Pálka

Děti až do kategorie U10 hrají zásadně s lehkou kovovou pálkou (ne dřevěnou). Parametry povolených pálek jsou k dispozici [na webu ČBA](#). Pozor na různé druhy certifikací - pro děti do U10 je určena “USA Baseball”, ne “BBCOR”, i když mohou mít stejné parametry.

Pálka má dva základní parametry: hmotnost (v uncích - oz) a délku (v palcích - inch). Rozdíl těchto dvou čísel, u dětských pálek obvykle záporný, se označuje jako odlehčení (drop). Tedy například pálka o hmotnosti 18 uncí a délce 26 palců má odlehčení -8.

Orientační tabulka velikostí je třeba na [BaseballMonkey](#) (je nutné převést míry dítěte do stop a liber). Na tréninku je obvykle dost pálek na vyzkoušení.

Péče o vybavení

Děti hrají s kovovou pálkou. Ta sice vydrží leccos, ale má tenkou stěnu - úder naplocho o nějakou hranu ji snadno zničí. Taky se dokáže rychle odřít, pokud ji člověk táhne za sebou po betonu.

Rukavice jsou náchylné na “zlomení” - přestanou držet otevřený tvar, a pro děti je pak velmi těžké chytit míč - musí aktivně rukavici rozevřít. Protiopatření je nenechávat rukavici ležet na boku, ale skladovat ji dlaní dolů, aby se vlastní vahou rozevírala. Podobně při prodlevách ve hře je dobrý návyk opírat si rukavici košíkem o bok, aby se otevírala.

Novou koženou rukavici je vhodné před použitím promazat mastným krémem (např. obyčejnou Indulonou) a na noc ji zabalit do utěrky s baseballovým míčkem nebo tenisákem uvnitř. Ošetření krémem se hodí zopakovat vždycky na konci sezóny (napřed je nutné rukavici očistit).

Na praní kalhot zelených od trávy se osvědčilo jádrové mýdlo. I když je dobré smířit se s tím, že zářivě bílé budou děti jen do prvního zápasu.

Domácí trénink

Chcete s dětmi trénovat doma? Skvěle! Baseball je na vybavení nenáročný - stačí pár míčků a dá se házet celé odpoledne.

U nejmenších dětí cvičíme na tréninku hlavně koordinaci oko – ruka, házení a chytání. V domácích podmínkách to znamená házet čímkoliv se dá, přihrávky, odrazy o stěnu, fantazii se meze nekladou. Baseballový míč je pro děti těžký a málo skáče, proto i na tréninku házíme často tenisákem nebo pěnovým míčkem, což se dá dělat i bez rukavice.

Pokud nemáte k dispozici opravdu velkou a nerozbitnou zahradu, k nácvičku odpalů se hodí dřevé míčky “wiffle ball”, případně pěnové ze soft-tenisu. Ne florbalové, ty jsou křehké.

Chcete-li dětem vysvětlovat a opravovat techniku házení, chytání nebo odpalu, dohodněte se prosím předem s trenérem, jak na to. Dítě by mělo dostávat všude stejné pokyny. Pokud nesouhlasíte s některou metodou nebo postupem trenéra, proberte to nejprve s ním.

Docházka

Pravidelná účast na tréninku je důležitá k rozvoji herních dovedností, dobrému pocitu a radosti ze hry, a samozřejmě i tomu, aby se hráči v týmu znali a drželi při sobě. Baseball je týmová hra; zejména u venkovních tréninků nacvičujeme herní situace, které vyžadují souhru. Každý hráč má svůj herní post, na který je on i spoluhráči zvyklý.

K informování o termínech tréninků, zápasů, případně dalších oddílových akcí používáme aplikaci Týmuj - www.tymuj.cz. Je zdarma, dá se používat z počítače i z mobilu. Prosíme o hlášení neúčasti i účasti v Týmuj - na trénink alespoň den předem, na zápas co nejdříve. U tréninků nám přehled účasti pomůže vhodně sestavit program a dohodnout účast trenérů dle potřeby. U zápasů je často potřeba hlásit dopředu počet jídel, případně v krajním případě zápas včas přeložit.

Pokud nemáte na Týmuj přístup, kontaktujte trenéra, obratem to zařídí.

Členské příspěvky

Jedním ze zdrojů financování oddílu jsou členské příspěvky. Peníze se využívají na nákup vybavení, tréninkových pomůcek, pronájem haly, startovné na turnajích a další provozní náklady. Výše ročního příspěvku za jedno dítě v roce 2019 byla 500-1000 Kč dle věku, případně počtu sourozenců v oddíle.

Zápasy

Na zápasy jezdíme několikrát za sezónu, rozvrh se liší podle kategorie. Nejmenší U7 mají obvykle 3-4 "turnaje", kdy hrají v jeden den 3-4 půlhodinové zápasy. Starší děti hrají častěji, vždy v jeden den s jedním soupeřem.

Organizaci zápasu (doprava, objednání stravy,...) obvykle zajišťuje trenér. Je důležité dodržovat dohodnuté časy srazu. Před samotným zápasem se musí hráči převléct do dresů, rozcvičit, absolvovat předzápasovou poradou... Každý pozdní příchod tuto důležitou rutinu narušuje.

Během zápasu **pokyny hráčům udělují pouze trenéři**. Prosíme o důsledné dodržování tohoto pravidla - pokud na hráče volá trenér i rodič, ideálně každý něco jiného, má z toho akorát v hlavě zmatek a dilema koho neposlechnout. Pokud hráč poslechne chybný pokyn trenéra, jde o chybu trenéra, ne hráče.

Co naopak podporujeme a potřebujeme je **povzbuzování**. To by mělo být vždy pozitivní, a zaměřené do budoucnosti. Pokud dítě udělá chybu, nebo se mu nepovede odpal, nevracíme se k ní, nekřičíme "jejda" nebo "smůla", a už vůbec ne "co děláš?!".

Během zápasu je striktně oddělen dugout (střídačka) a tribuna nebo jiný prostor pro fanoušky. Do dugoutu smí hráči a trenéři, kdokoliv další pouze na výzvu trenéra. Hráči naopak během zápasu neodbíhají na tribunu za maminkou. I když zrovna nejsou v sestavě, věnují se v dugoutu fandění nebo pomocným činnostem (hlídání pálkařského pořadí, uklízení pálek,...).

Při zápase děti potřebují kromě dresu a povzbuzování dostatečné **zásoby energie**. Ideální je nakrájené ovoce, hroznový cukr, sušenky, toasty... snadno stravitelné jídlo s vysokou energetickou hodnotou, a dostatek pití. Hráči se někdy musí nasvačit během krátké přestávky mezi zápasy.

Na hřišti se víří prach, často je tráva čerstvě posekaná. Kromě kšiltovky doporučujeme zvážit k ochraně očí sluneční brýle; pokud má dítě známé obtíže, nezapomenout kapky do očí.

Hlavně u nejmenších se ve třetím, čtvrtém zápase za den už projevuje únava. Počítáme s tím, sestavu obměňujeme, případně po dohodě s rodiči necháme dítě na poslední zápas sedět. Vždy je ale lepší, pokud hráč zůstane až do konce turnaje s týmem, i kdyby jen v dugoutu.

Po každém zápase se oba týmy seřadí u domácí mety, pozdraví pokřikem a podají si ruce. Následuje **pozápasová porada**, kde stručně probereme zápas, případně určíme čas srazu před tím následujícím. Až poté se hráči rozeběhnou k rodičům žadonit o párek v rohlíku. Po posledním zápase je porada a zhodnocení delší, a hráči dostanou zaslouženou odměnu.

Fotografování

Focení z prostoru pro diváky není nijak omezeno. Pokud je určen týmový fotograf, smí se obvykle s vědomím rozhodčího pohybovat na okraji hřiště v zámezí, poblíž dugoutu nebo za první metou. Nesmí samozřejmě nijak zasahovat do hry, omezovat nebo rušit hráče. Riziko poškození techniky míčem, pálkou, pískem atd. nese fotograf, ne hráči. Ideální je použití teleobjektivu, které umožní detailní snímky z bezpečné vzdálenosti.

Pravidla baseballu

Stručný přehled pravidel je ke stažení na

<https://pelikans.baseball.cz/img/upload/2020/01/basePravidlaKomiks.pdf>

Plné znění pravidel je uveřejněno na webu ČBA, <https://www.baseball.cz/ke-stazeni>

Baseballový slovníček, aneb co uslyšíte při zápasech

aut (out) - vyrazení útočníka (pálkaře nebo bežce) ze hry. Po třech autech se týmy střídají na pálce.

dagaut (dugout) - krytá hráčská lavice u hřiště neboli střídačka. Název má podle toho, že je často pod úrovní hřiště, aby neblokoval výhled diváků na domácí metu.

faul ból (foul ball) - chybný odpal, po kterém hra nepokračuje. Nejčastěji míč odpálený do zámezí, případně příliš krátký (U7/U8)

infield (infield) - vnitřní pole. Část hřiště uvnitř čtverce, který tvoří mety. Také souhrnné označení hráčů 1B, 2B, 3B a SS.

jednička, dvojka, trojka - první tři mety podle pořadí, jak je probíhá běžec (čtvrtá meta je "domácí"). Před každou rozehrou si obrana určuje taktiku ("hrajeme jedna", "jedna nebo dva",...)

kečr (catcher) - chytač neboli zadák. Hráč v obraně, hraje u domácí mety. Od kategorie U9 chytá nadhozený míč, pokud jej pálkař mine. V U7 často nehraje, v U8 pouze autuje u domácí mety

luft - vysoko letící míč, takové děti chytají nejraději. Pokud obránce odpálený luft chytí a udrží v rukavici, je pálkař aut

outfield (outfield) - vnější nebo zadní pole. Zadní část hřiště od met k plotu. Také souhrnné označení hráčů LF, CF, RF.

pičr (pitcher) - nadhazovač. Hráč v obraně cca uprostřed vnitřního pole. Od U8 u něj končí rozehra, od U11 ji nadhozem i zahajuje.

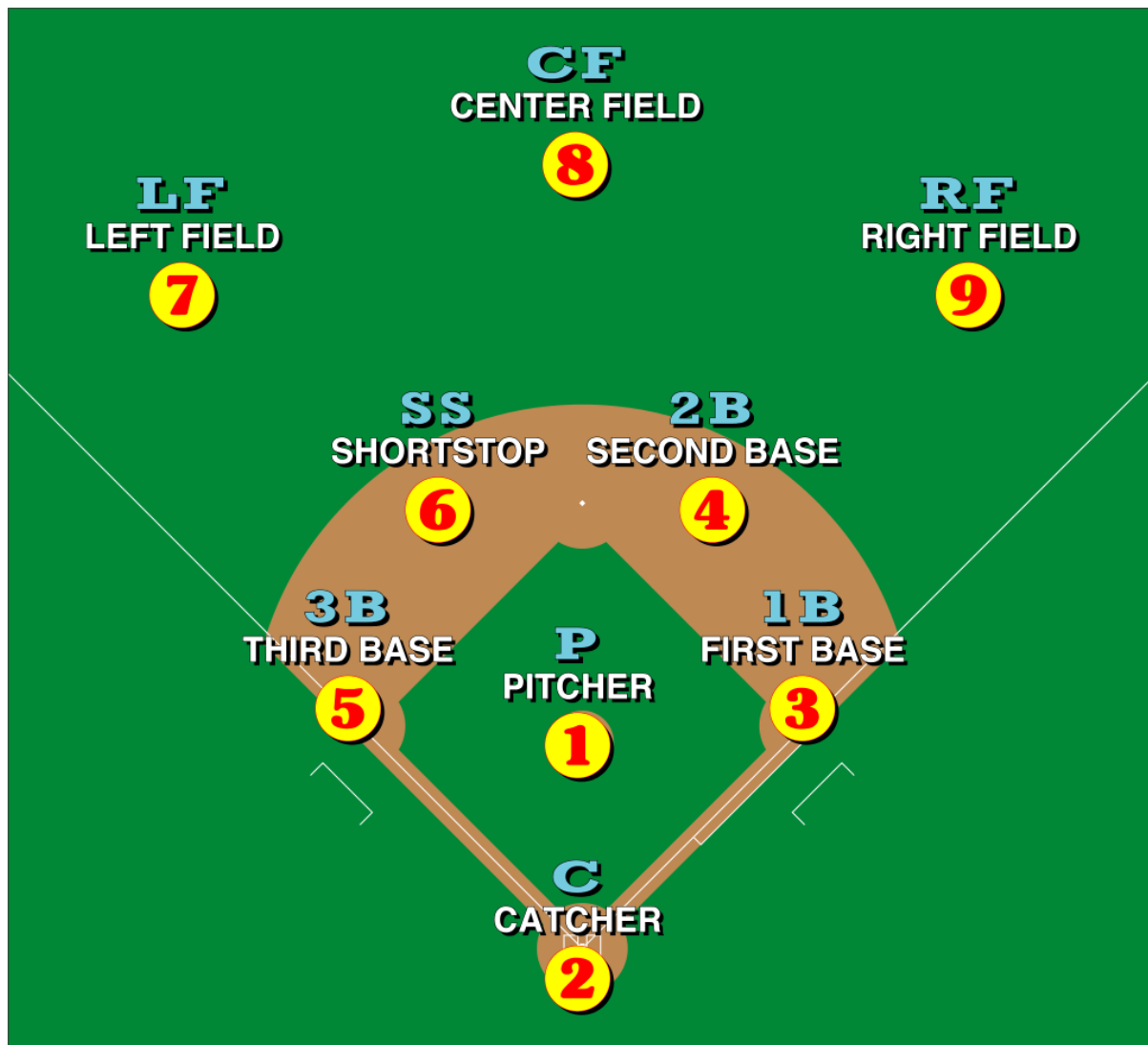
sejf (safe) - stav, kdy běžec správně dosáhl mety, aniž by ho obrana vyautovala. Pokud jde o metu domácí, získává obvykle pro svůj tým bod

Posty v obraně a jejich označení

Baseballový tým tvoří devět hráčů. Jejich pozice v obraně mají ustálené názvy, zkratky a čísla (ta se používají v zápisech o utkání, taktických plánech atd.)

Pozice	Anglicky	Zkratka	Číslo
Nadhazovač	Pitcher	P	1
Chytač	Catcher	C	2
První metař	First baseman	1B	3
Druhý metař	Second baseman	2B	4
Třetí metař	Third baseman	3B	5
Spojka	Shortstop	SS	6
Levý polař	Left fielder	LF	7
Střední polař	Center fielder	CF	8
Pravý polař	Right fielder	RF	9

Pozice na hřišti



Specifika hry U7 - U10

V nejmladší kategorii U7 je hra maximálně zjednodušena. Jak hráči prochází dalšími ročníky, přibývají nové činnosti a situace, až kolem třináctého roku věku začínají hrát plnokrevný baseball nebo softball.

U7

Hra nezačíná nadhozem - útočník odpaluje z **pevného stojanu** (stativu). Obvykle na to má 4-6 pokusů, případně se mohou trenéři dohodnout, že se hraje až do povedeného odpalu.

Odpal je chybný (**foul ball**) nejen pokud skončí v zámezí, ale i pokud je příliš krátký (nevykutálí se ze čtvrtkruhu nakresleného před domácí metou).

Bez ohledu na délku odpalu útočník vždy postupuje nejvýše **o jednu metu**. Neexistuje tedy homerun (pokud se na něm trenéři nedohodnou).

V obraně smí na první metě hrát starší hráč nebo trenér. Při chytání přihrávky musí zůstat v kontaktu s metou; jakmile ji opustí, nesmí se vracet (jde o bezpečnost běžce).

Hraje se obvykle 30 minut + dohrávka rozehrané směny. Pokud domácí mužstvo před dohrávkou vede, tj. může v ní už jen zvýšit náskok, dohrávka se může vynechat. V kategorii U7, kde opravdu nejde o výsledek, ji ale někdy hrajeme, aby si děti zahrály.

Směnu kromě tří autů končí také **pět doběhů (bodů)** útočícího týmu. Toto pravidlo zajišťuje, že i při zápase dvou nevyrovnaných týmů si obě družstva dostatečně zahrají na pálce.

Zápas obvykle namísto rozhodčího rozhodují střídavě trenéři. Vždy rozhoduje trenér týmu, který právě útočí. Prakticky jediná pravidlová situace, která se posuzuje, je aut nebo sejf na metách.

Týmy U7 často hrají bez kečra - na domácí metě se tedy neautuje. V obraně hraje v poli 5 - 9 hráčů (jejich rozmístění v poli nemusí striktně odpovídat postům).

U8

Hra je podobná jako v kategorii U7. Zásadním rozdílem je to, že hráči mohou po odpalu postupovat o více než jednu metu a v obraně už nesmí hrát trenér. Hra je tedy živější a tým v obraně se také musí naučit tzv. ukončovat hru (což se dělá přihrávkou na nadhazovače). Protože s chytáním přihrávek bývají ještě často potíže, bere se jako ukončení hry přihrávka do nadhazovacího kruhu, i když ji nadhazovač nechytí. Hraje se 40 minut + dohrávka.

Pokud odpal po odrazu od země skončí za oplocením, získává útočící tým dvě mety; skončí-li za plotem bez odrazu, jde o homerun. Hraje-li chytač, nastupuje bez chytačských chráničů a během odpalu stojí naproti pálkaři.

U9

Hlavní změnou je odpal z nadhozu - zatím ještě ne od soupeře, ale vlastního trenéra nebo staršího hráče (*coach pitch*). Pálkař má na odpal šest nadhozů, poté je aut. Pokud při svém posledním pokusu odpálí do zámezí (*foul ball*), získává další pokus (i opakovaně). Hraje se 50 minut + dohrávka.

Chytač (kečr) už nastupuje v plné výstroji do standardního postavení (dřep za pálkařem) a chytá nadhozený míč. Pokud chytí ze vzduchu nadhozený míč, který pálkař zasáhl, je pálkař aut.

Rozehra se ukončuje stejně jako v U8 přihrávkou nadhazovači (i nechycenou).

U10

V kategorii U10 se pálkaři učí vyhodnocovat nadhoz a švihat pouze na dobré míče. Strajky a bally se nepočítají (stále nadhazuje trenér), ale pálkař je kromě celkového počtu pěti nadhozů omezen i třemi švihy. Pokud neodpálí ani třetím švihem, je aut, i kdyby šlo teprve o třetí nebo čtvrtý nadhoz. Podobně jako v U9 dostává pálkař další pokus, pokud při pátém nadhozu a/nebo třetím švihem odpálí foul ball.

K ukončení roze hry už musí nadhazovač ve svém kruhu míč chytit.

Poslední revize:	21.5.2020
------------------	-----------