

Radim Jebavý, Richard Kania,
Petra Pravečková, Eliška Thompsonová

Baseball

&

CVIČENÍ A HRY

TRÉNINKOVÉ JEDNOTKY

PRINCIPY A PRAVIDLA

ROZHOVORY

Softball

Poděkování

Děkujeme Pavlu Chadimovi, Martinu Červenkovi, Petru Zýmovi, Veronice Peckové, Janě Furkové, Aleši Chýlemu, Jardovi Korčákovi a Dušanu Randákovi za poskytnutí rozhovorů.

Rovněž velké díky našim modelům Emě Vodičkové a mládežníkům z týmu Eagles Praha Jeronýmu Raphaelu Bartulíkovi, Antonínu Fárníkovi, Eduardu Fárníkovi, Kláře Kučerové, Anetě Novotné, Hynku Méhešovi, Vojtěchu Řezáčovi, Elle Šmídmayerové a Ferdinandu Kaiserovi.

Dále děkujeme baseballovému i softballovému svazu za bezplatné poskytnutí fotografií.

Baseball



Softball

**Radim Jebavý, Richard Kania,
Petra Pravečková, Eliška Thompsonová**

Grada Publishing

Baseball a softball

Radim Jebavý, Richard Kania, Petra Pravečková, Eliška Thompsonová

Recenze:

Doc. PhDr. Vladimír Süss, Ph.D.

Vydala Grada Publishing, a.s.
U Průhonu 22, Praha 7
obchod@grada.cz, www.grada.cz
tel.: +420 234 264 401
jako svou 10 425. publikaci

Odpovědný redaktor Martin Jun
Jazyková korektura Ondřej Kučera
Návrh obálky a sazba Jaroslav Kolman
Fotografie Miroslav Šneberger, Jan Beneš
Fotoarchiv ČSA a ČBA
Ilustrace Tomáš SMOT Svoboda, www.smot.cz

Počet stran 176
První vydání, Praha 2026
Vytiskla tiskárna FINIDR, s.r.o., Český Těšín
© Grada Publishing, a.s., 2026

ISBN 978–80–271–6231–4 (pdf)
ISBN 978–80–271–6218–5 (print)

Upozornění pro čtenáře a uživatele této knihy

Všechna práva vyhrazena. Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele. Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno. Automatizovaná analýza textů nebo dat ve smyslu čl. 4 směrnice 2019/790/EU a použití této knihy k trénování AI jsou bez souhlasu nositele práv zakázány. Názvy produktů, firem apod. použité v knize mohou být ochrannými známkami nebo registrovanými ochrannými známkami příslušných vlastníků.

OBSAH

Předmluva	7
Úvod	9
I. Užitečný slovníček používaných termínů	11
II. Historie baseballu a softballu (včetně různých variant hraných ve světě)	17
III. Současnost u nás a ve světě	22
IV. Principy a pravidla baseballu a softballu	25
V. Trénink baseballu a softballu	34
VI. Dovednosti a herní činnosti (nadhoz, pálka, chytač, polaři)	43
VII. Kondiční příprava dětí, mládeže a dospělých	56
VIII. Zásobník her a cvičení pro rozvoj chytání, házení i odpalování	110
IX. Příklady tréninkových a vyučovacích jednotek	131
X. Rozhovory s trenéry a sportovci	148
XI. Shrnutí	167
Literatura	169
O autorech	170



PŘEDMLUVA

Ne každý den se objeví na pultu našich knihkupectví kniha o pálkovacích hrách. Baseball a softball, olympijské sporty, které se představí v Los Angeles v roce 2028 a věřme i v australském Brisbane v roce 2032, mají v Česku desetitisíce příznivců. Jsou to nejrychlejší šachy na světě, které v sobě mají jednu z nejtěžších sportovních dovedností, ne-li nejtěžší. Tedy trefit kulatou pálkou letící míč s falší nebo s rychlostí, která dává pálkaři čas k odpálení kratší, než bývá mrknutí oka, tedy asi 0,4 sekundy. Krása červeného diamantu na zelené výseči je celosvětovým fenoménem, národním sportem Spojených států, Japonska, Korey a dalších amerických a asijských zemí. Sportem s největším počtem fanoušků na stadionech v průběhu roku, během slavné Major League Baseball v USA. Ale obecně pro každého zkusit si rukavici nebo odpálit často vytváří lásku na celý život. A ví to i autoři této krásné publikace, za kterou jim děkuji nejen já.

MUDr. Pavel Chadim,
hlavní trenér české baseballové reprezentace mužů



ÚVOD

Baseball a **softball** patří již řadu let mezi tradiční kolektivní pálkovací hry. Jedná se o krásné, a především všestranně zaměřené sportovní hry. Jsou celosvětově rozšířené, aktivně je hrají v různých podobách miliony lidí rozdílného věku. V některých pomalejších variantách mohou dokonce spolu v týmu hrát děti, které ještě nechodí ani do školy, a senioři v důchodu. Baseball a softball se na řadě škol ve zjednodušených podobách u nás vyučují i v rámci tělesné výchovy. Tyto jednotky většinou patří k atraktivnějším hodinám tělocviku. Jak s baseballlem, tak i se softballem není jako s cílovým sportem úplně nutné začínat v mladším školním věku, nicméně mohou být i vhodným doplňkem všestranné přípravy pro ty nejmenší!

A právě **všestranně zaměřená příprava** by měla být základem rozvoje dětí od útlého věku. V současnosti se totiž potýkáme s čím dál větším problémem, že děti neumějí přirozené pohybové aktivity, jako jsou běh, hod i chycení, které jsou nedílnou součástí baseballu i softballu. U dětské populace totiž klesá chuť a motivace pohybu pro spontánní pohybové činnosti. Sportovní aktivita dětí je ve své podstatě podchycena téměř výhradně skrze sportovní kluby a organizace. Částečně pomáhají všestranně zaměřené školní kroužky, ovšem alarmující je stále nízký význam školní tělesné výchovy i spontánní pohybová aktivita dětí ve volném čase. Ten totiž většina dětí tráví u mobilního telefonu nebo počítače. Baseball a softball jsou sportem, do kterého se mohou zapojit nejmladší děti. Každý věk má ovšem svá specifika a určitá pravidla pro rozvoj, které je dobré respektovat. Podobně jako je tomu v jiných sportovních odvětvích, i v baseballu a softballu hrozí úskalí rané specializace s brzkým zaměřením na jednu skupinu stále se opakujících specifických činností potřebných pro rozvoj hráče a absence všestranného rozvoje. Kromě činností zaměřených na specifický rozvoj v pálkovacích hrách si v textu přiblížíme i rozvoj nspecifický, tedy ten, který by měl v dětském věku optimálně tomu specifickému pohybu předcházet. Všestranná příprava s nspecifickým zaměřením v průběhu mladšího i staršího školního věku se stává podmínkou pro dosažení kvalitních výsledků v pálkovacích hrách v průběhu dospělosti.

V naší publikaci se ovšem zaměříme na výběr jen některých pro baseball a softball klíčových pohybových schopností a rovněž jejich diagnostiku. Bez ní totiž jen obtížně dokážeme zjistit největší nedostatky v přípravě hráčů.

Tato publikace se snaží předložit základní koncept všestranné přípravy vycházející z aktuálních trendů od mladšího školního věku po dospělé. Není ideální slepě kopírovat programy vyspělých baseballových a softballových zemí, jako jsou např. USA nebo Japonsko. Tam je totiž oproti naší zemi extrémně veliká členská základna, která umožňuje spousty odlišných přístupů. Následující text proto není kopií zahraničního systému, ale pokouší se optimalizovat přípravu našich hráčů dětských a mládežnických kategorií tak, aby své nejvyšší výkonnosti docílili v průběhu dospělosti a po co nejdélejší dobu.

I. UŽITEČNÝ SLOVNÍČEK POUŽÍVANÝCH TERMÍNŮ

Baseball i softball používá vlastní terminologii, jistý sportovní slang, který nejlépe popisuje herní činnosti a dění na hřišti. Pro lepší orientaci v problematice nabízíme malý slovníček používaných termínů. Ty jsou pro větší přehlednost řazeny abecedně a podle situací, kde mohou při hře nastat. Jako první je uveden termín, který je častější, buď anglicky, nebo česky.

HRA

Base running: Pohyb běžců po metách.

Batter's box: Území pálkaře. Místo vyhrazené pálkaři pro odpalování.

Batting practice: Trénink odpalování, často součást rozcvičení před utkáním nebo jako součást tréninku.

Coach-pitch/Coachball: Varianta baseballu, kdy na svůj tým nadhazuje vlastní trenér nebo jím určený nadhazovač (zpravidla u velmi mladých hráčů).

Cut-off: „Uříznutá“ přihrávka. Při dlouhých odpalech při více běžcích určený hráč vnitřního pole „uřízne“ přihrávku, kterou pak buď posílá dále (nastavuje), nebo mění její směr na jiného běžce, kde je ještě šance nebo nutnost jej zastavit.

Crow hop (přeskok; přískok): Poskok na „stojné“ noze (pravák na pravé) nebo krok křížný (pravák pravou před levou) za účelem zapojení větších svalových skupin do odhodu míče na větší vzdálenost.

Do or die: „Buď, anebo“, hra, kdy jde o všechno.

Double/triple play: Dvojaut/trojaut – obrana úspěšně během jedné rozehry zahraje dva, resp. tři auty.

Error: Chyba polaře, při zpracování míče nebo při přihrávání.

Fastpitch (softball): Softball, kde se nadhazovač opírá o rychlé i technické nadhozy. Nadhoz není omezen předepsaným převýšením dráhy letu míče.

Foulball: Odpal mimo výšeč ohraničující hřiště. Foulball se počítá jen v případě, že jde o první nebo druhý strike.

Groundball: Odpal, který skáče nebo se kutálí po zemi.

Hit: Dobrý odpal – platný úspěšný odpal, po kterém pálkař získá alespoň první metu bez toho, aniž by se polaři dopustili chyby.

- Home run:** Odpal, při kterém pálkař oběhne všechny mety, zpravidla za ohraničení hřiště, nebo tzv. inside-the-park home run, kdy míč zůstává ve hřišti, ale běžec svojí rychlostí a souhrou náhod dokáže oběhnout všechny mety.
- Hra na výzvu (appeal play):** Hra obrany, v situaci, kdy rozhodčí nevyhlašuje automaticky porušení pravidel, protože jde o prohřešek, kterého si musí všimnout tým v obraně. Např. v případě, že běžec mine některou z met. Bývá hrána tak, že obrana tečuje provinivšího se hráče nebo se s drženým míčem postaví na metu, kde k porušení došlo, a oznámí rozhodčímu, který běžec se provinil a čím (např. nešlápnutím nebo předčasným opuštěním mety apod.).
- Hrací plocha:** Hřiště i zámezí, tedy oblast za chytačem (catcherem) i mimo kruhovou výseč ohraničující hřiště.
- Hřiště:** Kruhová výseč 90° s vrcholem u domácí mety. Odpaly, které jdou do hřiště, jsou platné odpaly.
- Inning (směna):** Doba, kdy se oba týmy vystřídají jak na pálce, tak v obraně (2 × 3 auty).
- Mrtvý míč (dead ball):** Odpal nebo rozehra, kde došlo k porušení pravidel a je třeba hru zastavit. Např. pálkař odpálí do sebe, mimo hřiště nebo polař přehodí spoluhráče a míč opustí hrací plochu.
- Nucený postup (forced play):** Situace, kdy je běžec nucen postupovat na další metu. Např. při obsazené první metě je při odpalu do země (viz groundball) běžec nucen běžet na druhou metu.
- Relay (štafetová/nastavovaná přihrávka):** Při dlouhých odpalech není hráč schopen efektivně dohodit na požadovanou metu, proto mu hráči vnitřního pole „jdou naproti“ a přihrávají na požadovanou metu.
- Run:** Doběh, tj. běžec úspěšně oběhne všechny čtyři mety a došlapem na domácí metu získává „doběh“ (bod).
- Safe:** Výrok rozhodčího oznamující zisk mety. Dříve se používalo české „Sedí!“
- Short hop (dříve užívaný termín halfvolej):** Chycení nebo pokus o chycení míče těsně po odrazu.
- Slide (slajd – skluz):** Používá se k rychlému zastavení na metu, vyhnutí se tečování nebo v obraně pro chycení míče. Rozlišujeme skluz hlavou napřed (head first slide), po nohou (feet first), hákovací (hook slide), kroužkový k vyhnutí se tečování (swim move).
- Slowpitch (softball):** Softball, při kterém let nadhozeného míče musí mít předepsané převýšení, zpravidla hraje deset hráčů, 5 žen a 5 mužů. Ale jsou i další nuance této hry.
- Tečování (tag) – obrana:** Autování dotykem (v obraně).
- Tečování/Tagging:** V útoku, při odpalu do vzduchu, je to držení mety do prvního do-
teku míče polařem nebo kdy je jasné, že odpal nebude chycen.

Ulejkva (bunt): Zkrácený odpal, jde o naražení míče, kdy:

- a) se pálkař obětuje za účelem posunu běžce – tzv. sebeobětovací uljevka (sacrifice bunt), variantou sebeobětovací ulejkvy je squeeze play (nátlaková hra), kdy se pálkař snaží narazit nadhozený míč, bez ohledu na jeho umístění, aby běžec ze třetí mety získal doběh;
- b) je účelem překvapit soupeře či využít jeho defenzivního postavení – tzv. útočná uljevka (bunt for base-hit).

Volba v obraně (fielder's choice): Je-li více běžců na metách, je to volba hráče/týmu v obraně nehrát aut na běžícího pálkaře, ale na jiného běžce.

Zabíhání (back-up): Přesun hráče, který nehraje odpal či nekryje metu, do „jistíci pozice“ tak, aby byl schopen chytit/zastavit nepřesnou přihrávku.

NADHOZ

Balk: Nesprávná činnost nadhazovače (s běžcem či běžci na metách), která opravňuje všechny běžce postoupit o jednu metu.

Ball (špatný nadhoz): Nadhoz mimo strike zónu, který pálkař neprošvihne.

Bullpen: Místo sloužící rozcvičení nadhazovačů.

Catcher: Chytač/zadák, jediný hráč obrany stojící za pálkařem a mimo hřiště.

Complete game: Utkání, kde celý zápas odhází jeden nadhazovač.

Meta zdarma (walk/base on balls): Po čtyřech nadhozech mimo strike zónu (ball).

Nadhazovač (pitcher): Polař určený k tomu, aby nadhazoval míč pálkařům soupeře.

No-hitter: Utkání, ve kterém nadhazovač neumožnil ani jeden zdařilý odpal (viz hit).

Perfect game: Nejvzácnější výkon nadhazovače, kdy se žádný z jeho soupeřů nedostane během celého utkání ani na první metu.

Pick-off: Přihrávka nadhazovače, případně catchera (chytače) na metu za účelem vyautovat běžce.

Strike (dobrý nadhoz): Nadhoz, který proletí strike zónou, ať už ho pálkař prošvihne, či jej odpálí (do hřiště nebo do zámezí).

Strike zóna: Pětiboký pomyslný hranol nad domácí metu, který je dole ohraničen koleny pálkaře a nahoře středem vzdálenosti mezi pasem a podpažím. Zpravidla u dolní hrany kosti hrudní, viz obr. 3.

Shutout game (čisté konto): Utkání, které bránící tým udržel bez bodu soupeře.

TYPY NADHOZU

Curveball: točený

Dropball: padavý

Fastball: rychlý, zpravidla rovný

Changeup: zpomalený

Knuckleball: (cvrnkaný) plovoucí bez rotace

Offspeed: viz changeup

Riseball: stoupavý, používá se v softballu

Screwball: technický točený

Slider: rychlý, který v poslední fázi „sklouzne“ o několik centimetrů do strany a dolů

ZPŮSOBY NADHOZU – BASEBALL

Wind-up: Čelné postavení. Baseballový nadhoz, kdy je nadhazovač v postavení čelem k pálkaři, zpravidla je z tohoto postavení schopen vygenerovat větší sílu, ale jde o pomalejší provedení a omezení možnosti házet na mety (viz pick-off).

Set/Stretch: Boční postavení. Baseballový nadhoz, při kterém stojí nadhazovač bokem k pálkaři, má tak větší možnosti hlídat běžce na metách.

ZPŮSOBY NADHOZU – SOFTBALL

Windmill: Druh softballového nadhozu, kdy nadhazovač používá celou otočku – pohyb paže 360°.

Prak: Dnes již málo používaný softballový způsob nadhazování, kdy nadhazovač prováděl náprah směrem dolů a vzad a poté provedl hod. Ve fastpitch není tento způsob nadhozu povolený.

VYBAVENÍ

Dimple ball: Míč s pravidelnými prohlubněmi, které pomáhají udržovat směr letu (jako u golfového míčku).

Flexi ball: Měkčí míč s obalem z umělé kůže.

Fungo: Obvykle delší užší pálka, kterou používají trenéři pro odpalování z ruky při tréninku polařů.

Incredit ball: Měkčí míč, zpravidla s textilním obalem.

Screen/L screen zábrany/zástěny: Zpravidla síť na kovovém nebo umělohmotném rámu kryjící hráče za ní. L screen pak má jednu stranu nižší, umožňující nadhazování zpoza zábrany vrchním obloukem.

Wiffle ball: Plastový děrovaný míč, ze kterého se vyvinul florbalový míček.

TRÉNINK

Flip: přihrávka míče – pouze zápěstím

Backhand flip: přihrávka přes ruku (pouze zápěstím)

Forehand flip: přihrávka po ruce (pouze zápěstím)

Long toss: házení na velkou vzdálenost

Přednožená/zanožená noha: výstižnější (a používanější) popis polohy nohou pro lepší pochopení

Shuffle (shuffle step): krok sun krok

Toss: hod na krátkou vzdálenost, zpravidla spodním obloukem (spodní toss, toss 45° apod.)

GRAFICKÉ ZNAČENÍ



Obránce (hráč v obraně)



Obránce v novém postavení



Útočník (pálkař nebo běžec)



Útočník v novém postavení



Trenér



Míč



Stativ



Odpal



Příhoz



Pohyb běžce



Meta



1. meta pro běžce

Tab. 1 Porovnání hlavních rozdílů mezi baseballlem a softballem

Rozdíl	Baseball	Softball (fastpitch)
Velikost míče	9inch: obvod 22,8 cm, váží cca 142 g	12inch: obvod 30,5 cm, váží cca 178 g
Nadhoz	nadhoz vrchním obloukem z nadhazovacího kopce 18,44 m od domácí mety	nadhoz spodním obloukem z nadhazovacího kruhu 13 m od domácí mety
Rozměry hřiště	vnitřní pole: 27,4 m mezi metami home run: cca 110 m	vnitřní pole: 18,2 m mezi metami home run: cca 67 m
Pálky	obvykle dřevěné pálky (muži)	obvykle kompozitní pálka
Délka utkání	9 směn (inningů)	7 směn (inningů)
Výběhy z met	běžec nemusí stát na metě před nadhozem	běžec musí stát na metě před nadhozem, vyběhnout může, až nadhazovač vypustí míč z ruky
Povrch hřiště	travnaté pole a antuka mezi metami	tráva ve vnějším poli, antuka ve vnitřním poli

II. HISTORIE BASEBALLU A SOFTBALLU

(včetně různých variant hraných ve světě)

Strípky z historie baseballu

Podle legendy se v Cooperstownu (stát New York) jednoho letního dne v roce 1839 utkala místní akademie s výběrem Green Select School ve hře zvané „townball“. Pravidla townballu byla velmi volná – každý odpal byl platným odpalem a běh po metách neměl žádná pravidla. Často se stávalo, že hráči do sebe bezhlavě naráželi. Ten den student akademie jménem Abner Doubleday na místě sepsal pravidla nové hry s názvem „baseball“. Abner Doubleday se později stal hrdinou bitvy u Gettysburgu a „jeho“ hra se stala americkou národní kratochvílí. Pravda je, že pálkovací hry byly známé už dříve; zmínku o odpalování míčku najdeme dokonce již u Shakespeara ve hře *Romeo a Julie* (Třetí jednání, scéna I):

Romeo: „... Vévoda výslovně zakázal odpalování v ulicích Verony.“ (... the Prince expressly hath forbidden bandying in Verona streets).

Baseball nevznikl zásluhou jediného člověka, ale adaptací různých pálkovacích her, které si kolonisté přivezli do Nového světa. Největší podíl na vzniku baseballu mají dvě britské hry – dětská hra *rounders* a *kriket*. Už tehdy dělil hru na směny, byli zapojeni i rozhodčí.

V době občanské války existovalo mnoho variací baseballu, které se hrály na jakémkoliv volném místě – od vesnické louky po kampusy vysokých škol. Nejpopulárnější variací byl již výše zmíněný townball; vnitřní pole mělo tvar čtverce, týmy byly zpravidla složeny z osmi až patnácti hráčů na každé straně, ale někdy se počet hráčů vyšplhal až k číslu padesát. Nadhazovač nebo také podavač byl nejméně důležitým postem. Jeho úkolem bylo nadhodit odbíječi (striker) míč vysoko nebo nízko podle toho, co pálkař zvolil. Pálkař-běžec byl autován, jestliže byl míč chycen ze vzduchu, po jednom odrazu

od země nebo vybit jako ve vybíjené, tedy byl-li zasažen míčem mezi metami. Townball se hrál skoro všude. A tak zatímco se hra šířila na západ, na východě, v Cooperstownu, ji městská rada zakázala po stížnostech obchodníků, kterým vadilo velké množství rozbitých výloh a oken. V té době se v New Yorku objevila nová varianta této hry a 23. září 1845 zakládá James Cartwright první klub „Knickerbocker Base Ball Club“ a byla sepsána první pravidla o dvaceti bodech. Nejdůležitější bylo stanovení autu za tři prošvihy, pokud byl třetí zachycen, čtvercové vnitřní pole a autování běžců přihrávkou na metu nebo jejich tečováním, nikoliv vybíjením.

První baseballové statistiky začal v novinách uveřejňovat Henry Chadwick již v roce 1856. A používají se dodnes. O deset let později vznikly první ženské baseballové kluby a rok na to se objevil první „točený“ nadhoz. Zajímavá je reakce prezidenta Harvardské univerzity, který veřejně prohlásil: „Doneslo se mi, že jsme se letos stali mistry, protože máme nadhazovače, který má skvělou točku. Rovněž jsem byl informován, že účelem točeného nadhozu je záměrné oklamání pálkaře. Harvard nemá zájem na tom učit své studenty lidi klamat.“

Do občanské války byl baseball hrou vyšší třídy – gentlemanů. Jeho zlidovění pomohlo to, že si vojáci na obou stranách fronty krátili pobyt ve vojenských táborech hraním baseballu. Po konci války se baseball stal opravdovou národní kratochvílí.

Na přelomu 19. a 20. století, po korupčním skandálu, kdy byli čtyři hráči doživotně vyloučeni z profesionální ligy, docházelo k poklesu návštěvnosti. Proto vznikla vedle National League (NL) ještě druhá soutěž, která slibovala „férovou hru“ – American League (AL). Majitelé profesionálních klubů ji nejdříve nebrali na vědomí, ale s rostoucí popularitou AL jim nezbylo nic jiného než začít spolu jednat. To vedlo k prvnímu finále vítězů obou lig, hranému na pět vítězných utkání, mezi Pittsburgh Pirates (NL) a Boston Americans (AL) v roce 1903, v němž Boston celkově zvítězil 5:3 na zápasy, a zformování Major League Baseball (MLB). Zajímavostí je, že z osmi utkání pouze dvě trvala dvě hodiny nebo déle. Přestože obě města od sebe dělilo jen 650 mil (necelých 1050 km), pro finále amerických lig se ujal název Světová série (*World Series*).

S baseballem je rovněž spojeno rychlé občerstvení. Harry M. Stevens začal jednoho chladného dne prodávat německé párky zabalené do dlouhé housky, aby se fanouškům lépe držely, a tak vznikl tradiční hot dog.

Dne 6. září 1918, při prvním utkání Světové série mezi Chicago Cubs a Boston Red Sox v průběhu *7th inning stretch* (sloužící divákům k protažení se v polovině 7. směny), zahrála kapela na hřišti píseň *The Star-Spangled Banner*. Hráči se přestali rozcvičovat, zůstali stát a pak se postupně přidávali i diváci a zpívali – nakonec vypukl obrovský potlesk a jásot. Diváci zpívali tuto píseň s takovým nadšením, že byla opakovaně zařazována před začátek každého utkání a v roce 1931 se stala národní hymnou USA.

Protože Afroameričané nesměli startovat v MLB, založil v roce 1920 Andrew „Rube“ Foster soutěž Negro National League (NNL), která byla komerčně velmi úspěšná a brzy se stala třetím největším černošským podnikem na světě. Hráči této

soutěže obohatili baseball o rozcvičení, ve kterém nepoužívali míč (tzv. *phantom baseball*) a pouze předstírali jeho odpálení, chycení i přihrávky – a to tak dokonale, že divákům často trvalo drahnou chvílí, než zjistili, že celé rozcvičení probíhá bez míče. Hráči MLB a NNL se utkávali v exhibičních zápasech, kde NNL byla častěji úspěšnější. Během světových válek se rozvoj baseballu nezastavil; naopak američtí vojáci jej hráli všude, kde mohli, a když byla příležitost, stavěli si pro svoji hru i hřiště. Tak se baseball dostal i do Československa.

Začátky baseballu u nás

Základem byly pálkovací hry „špaček“, „pasák“ apod. Opravdovým zakladatelem moderních pálkovacích her byla organizace YMCA (*Young Men's Christian Association*) a Josef Antonín First, který do československé větve YMCA zavedl hru *playground ball* (americký „pasák“). Jeho působení inspirovalo pozdější významné osobnosti pálkovacích her, např. profesora Vlastimila Brycha či čestného předsedu České softballové a baseballové asociace Aleše Hraběte.

- V roce 1947 vyšel první překlad pravidel (Jaroslav First).
- V roce 1951 byla YMCA zakázána, ale v roce 1954 prof. František Stibitz vydal vysokoškolská skripta s pravidly, metodikou a taktikou softballu. Softball se pak v rámci „herního“ kurzu začal vyučovat i na ITVS (později FTVS UK).
- První jednorázové baseballové akce se pořádaly již v roce 1964, kdy se v Praze na Letenské pláni utkali výběr pražských hráčů a studenti z Kuby.
- První baseballová hřiště. Hrál se všude, kde se dalo – u letiště, „na smetáku“ (na Meteoru) a na jediném opravdovém baseballovém hřišti v Praze, v Nebušicích. Na Moravě vzniklo šterkové hřiště na Kraví hoře a škvárové v Ostravě-Porubě.
- S rozvojem hřišť přišel i dynamický rozvoj mládežnických soutěží.
- Baseballová soutěž. V roce 1968 startovaly čtyři týmy: ZPA Praha (Závody průmyslové automatizace), VSBH (Vojenské stavby Black Horses), FS (Fakulta stavební) a Michle. V roce 1972 přibyla Technika Brno, s níž začal bouřlivý rozvoj baseballu na Jižní Moravě, stejně jako Sokol Pustkovec (později VOKD Ostrava a pak Arrows Ostrava) na Severní Moravě.
- V roce 1983 se odehrál první neoficiální „Přebor ČSR“, kde se v soutěži představilo šest pražských týmů a pět moravských.
- Po roce 1989 přišla řada změn – v soutěži se objevili američtí hráči a trenéři.
- V roce 1993 se baseball i softball rozhodly jít vlastní cestou – vznikly dvě samostatné asociace – ČBA (Česká baseballová asociace) a ČSA (Česká softballová asociace).
- Uplatnění. Hráčům baseballu se nabízí velká možnost studia a trénování na amerických školách, což vede k vyšší kvalitě baseballu v České republice.
- V současné době lze baseball hrát od dětského věku (U7) až po MČR veteránů.

- Moderní hřiště, nové krásné areály najdeme např.:
 - Praha: Tempo (Libuš), Eagles (Krč), Sabat (Holešovice), Kotlářka (Na Markétě)
 - Ostrava: Arrows
 - Brno: Městský stadion (Draci – Brno Komárov), Kraví Hora (Technika Brno), areál Hroch (Brno Jundrov)
 - Další města: Olomouc, Třebíč, Blansko, Kladno, Šumperk, Frýdek-Místek

Střípky z historie softballu

Softball vznikl přenesením baseballu do vnitřních prostor. Stalo se tak 4. listopadu 1887 na Den díkůvzdání v Chicagu, kdy se sešlo asi 20 mladých mužů pozvaných zpravodajem chicagské burzy Georgem Hancockem do Chicago's Farragut Boat Clubu, aby si zahráli „indoor baseball“. První soubor pravidel byl vydán Hancockem v roce 1889. V roce 1895 Lewis Robert přenesl hru ven, kdy hasičský sbor v Minneapolis ji začal provozovat jako cvičení pro hasiče během čekání na poplach. V té době se softballu říkalo „kitten league ball“ (kitten = kotě). Název „softball“ se objevil až v roce 1926, kdy jej použil Walter Hakanson z YMCA, kdy byla založena Colorado Amateur Softball Association. Ke sjednocení pravidel a k prvnímu veřejnému turnaji došlo v roce 1930. V roce 1933 se konal vůbec první národní amatérský softballový turnaj u příležitosti Chicagské světové výstavy a brzy poté reportér, který napsal o této události, Leo Fischer, pomohl založit národní americkou Amateur Softball Association (ASA). V roce 1952 byla založena Mezinárodní softballová federace (International Softball Federation – ISF). Od roku 1965 se pravidelně pořádá mistrovství světa žen a od roku 1966 i mužů.

V roce 2013 vznikla historickým sloučením Mezinárodní softballové federace (ISF) a Mezinárodní federace baseballu (IBAF) jediná organizace World Baseball Softball Confederation (WBSC), která v současné době sdružuje 208 národních federací ze 141 států.

Začátky softballu u nás

YMCA až do zákazu činnosti v roce 1951 pořádala každý rok své mistrovství, taktéž Sokol. Základy budoucím softballovým oddílům jsou dány vydáním vysokoškolských skript s pravidly, metodikou a taktikou softballu v roce 1954. Autorem byl prof. František Stibitz, který softball vyučoval na ITVS v Praze. Přitom playgroundball se hrál na mnoha soustředěních basketbalistů, hokejistů, atletů a dalších sportovců již předtím. První softballová soutěžní klání jsou z roku 1963/64. V dalších letech druhé poloviny 60. let nastává doslova boom. Vznikají další týmy, zejména ve školách. Na vysokých školách se daří prosadit softball do osnov kateder tělesné výchovy jako volitelný předmět pro povinnou tělesnou výchovu. Především v Praze tak vznikají softballové oddíly spojené s jednotlivými univerzitami či konkrétními fakultami (Stavební fakulta

ČVUT, Fakulta elektrotechnická ČVUT, Přírodovědecká fakulta UK, TJ Technika Praha, VŠCHT, později i VSK Humanita Praha, MAT-FYZ, VŠE, Fakulta všeobecného lékařství UK, VŠZ). V Brně pak TJ Technika Brno a VŠZ Brno. Bouřlivý rozvoj je zaznamenán rovněž i na středních školách – Gymnázium Pražáčka, Turbova, Přípotoční, Brandýs nad Labem, SPŠS Masná. Od sezony 1966/67 se tak ligové soutěže rozšiřují o divize a začínají hrát i ženy.

Softball se ve druhé polovině 60. let šíří i mimo Prahu, konkrétně do východních Čech (Trutnov, Mladé Buky, Svoboda nad Úpou), dále pak na Moravu.

III. SOUČASNOST U NÁS A VE SVĚTĚ

Baseball

- Řídící organizace: baseball i softball je řízen WBSC (World Baseball Softball Confederation), která spolupracuje s nejslavnějšími nezávislými profesionálními soutěži jako jsou americká Major League Baseball, japonská NPB (Nippon Professional League), KBO League (Korean Baseball Organization) a tchajwanská profesionální liga (CBPL).
- Top týmy v Evropě jsou Nizozemsko a Itálie. V současném baseballu na ně dotírají Česko, Španělsko, Německo, Velká Británie či Izrael. Českou reprezentaci tvoří vesměs hráči, kteří své herní začátky a kořeny mají v Česku. Naturalizovaní hráči jsou vzácnou výjimkou a jedná se o hráče, kteří se do země přizpůsobili nebo mají české rodiče, ostatní prošli mládežnickými kategoriemi „doma“ a poté odešli za studiem a baseballu zpravidla do USA.
- ME v baseballu se koná jednou za dva roky u všech kategorií počínaje U12 až po muže. Jedinou výjimkou je nově vzniklá kategorie ženského baseballu (od roku 1999), kde je ME jednou za dva nebo tři roky. Ženy i mládežnické kategorie bojují o postup na MS, které se koná v letech, kdy není ME. Baseballisté ČR sbírají významné úspěchy v mládežnických kategoriích. První medaili v mužské seniorské kategorii na ME získali až v roce 2025, a to bronzovou.
- Vrcholem mužských soutěží je World Baseball Classic, která vznikla po roce 2008 po vyřazení baseballu z OH, a Premier 12, resp. Premier 16. Mezi vrcholné turnaje se řadí též návraty na OH 2020, respektive 2021 (Tokio), a 2028 (Los Angeles), kam byl baseball zařazen hostitelskými zeměmi. Dalšími významnými soutěži jsou turnaje Little League a PONY League.
- Kde hrát? V Česku jsou soutěže rozděleny do tří úrovní. Nejvyšší celostátní soutěží je extraliga, v níž hraje osm týmů. Své zastoupení mají mužstva z Brna, Hluboké, Ostravy, Prahy a Třebíče. Pod extraligou je první liga, rovněž celostátní soutěž, a navazují regionální soutěže (viz web ČBA – www.baseball.cz).
- Kluby v celostátních soutěžích mají povinnost rozvíjet družstva mládeže a k nim trenéry minimálně s licenci C. Všechny kluby pořádají nábor, a to zpravidla se za-

čátkem nových školních roků. Právě na webových stránkách ČBA www.baseball.cz mohou zájemci najít klub nejbližší svému srdci nebo domovu. Pro mládež jsou pořádány významné a velké turnaje. Od nejmenších hráčů – First Cup (U8) v Brně, Super Cup (U10) Hluboká nad Vltavou, EBT v Třebíči – EuroBaseball Tour pro kategorie U11, U13 a U15.

- Trenérské licence jsou udělovány po absolvování seminářů (klinik) akreditovaných Českou baseballovou asociací, mezi nejznámější patří Rookie Coaches Clinic (listopad), případně klinikou na baseballových turnusech na táboře Černý Potok.
- K dalšímu sebevzdělávání trenérů patří kliniky pořádané ČBA a každoroční setkávání trenérů na Horské baseballové klinice (leden) i mezinárodní kliniky (např. EBCA – European Baseball Coaches Association nebo ABCA – American Baseball Coaches Association). Za účast na těchto akcích získávají trenéři kredity a ty je opravňují k dosažení trenérských úrovní.

Softball

- Řídící organizace: baseball i softball je řízen WBSC (World Baseball Softball Confederation). Organizuje mistrovství světa, mistrovství Evropy a řídí směr, jakým se pálkovací sporty udávají.
- Top týmy v Evropě jsou Itálie, Nizozemsko, Velká Británie, Španělsko, Česko a v mužském softballu ještě Dánsko. Českou ženskou i mužskou reprezentaci tvoří hráči a hráčky, které své herní začátky a kořeny mají v Česku. Mnozí hráči a hráčky odjíždí hrát softball do zahraničí až během studií, a to do USA, Itálie, Nizozemska nebo na Nový Zéland.
- Mistrovství Evropy v softballu se koná jednou za dva roky u všech kategorií počínaje U15 až po dospělé kategorii mužů a žen. Mistrovství Evropy je také kvalifikační MS (první tři týmy postupují) a výherce postupuje také na Světové hry. Mistrovství světa i Světové hry se konají v roce, kdy se nehraje ME. Český mužský softball je evropským hegemonem. Od roku 2012 získal tým mužů na ME sedm zlatých medailí v řadě, naposledy před domácím publikem v roce 2025. Ženský softball naposledy získal medaili v roce 2021, a to bronzovou.
- Na olympijské hry byl ženský softball zařazen hostitelskými zeměmi v roce 2021 (Tokio) a 2028 (Los Angeles), stejně jako mužský baseball.
- Kde hrát? V Česku jsou soutěže rozděleny do tří úrovní, stejně jako v baseballu. Nejvyšší celostátní soutěží je extraliga, kde hraje osm týmů. V ženské větvi své zastoupení mají týmy z Ledenic, Ostravy a z Prahy. V mužském softballu ještě přibývá Břeclav, Havlíčkův Brod a Chomutov. Pod extraligou je první liga a druhá liga, obojí celostátní soutěže. Pod těmito navazují regionální soutěže (viz web ČSA – www.softball.cz).

Vážený čtenáři, právě jste dočetli ukázkou z knihy **Baseball a softball**.
Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.