

Závěrečná zpráva o použití nadačního příspěvku

**provozování Západočeského sportovního centra
mládeže (OB, LOB) pro rok 2014**

OBSAH

1. Název projektu	3
2. Příjemce projektu	3
3. Garant projektu	3
4. Hlavní cíle projektu.....	3
5. Plnění realizačního plánu a časového harmonogramu	4
6. Personální zajištění činnosti sportovního centra mládeže.....	4
7. Seznam závodníků zařazených do sportovního centra mládeže.....	5
8. Seznam akcí sportovního centra mládeže.....	5
9. Podrobnější vyhodnocení jednotlivých akcí sportovního centra mládeže....	6
10. Vyhodnocení plnění hlavních cílů projektu.....	8
11. Hodnocení projektu dle daných kritérií.....	9
12. Ekonomické vyhodnocení činnosti sportovního centra mládeže a použití příspěvku Nadace orientačního běhu	9
13. Informace o činnosti.....	10
14. Předpokládaný další vývoj.....	10
15. Příloha – přehled výsledků SCM 2014	11

1. Název projektu

Projekt Západočeského sportovního centra mládeže (OB,LOB) pro rok 2014.

2. Příjemce projektu

Název instituce : Západočeské sportovní centrum mládeže (OB,LOB)

Sídlo sdružení : Na Průhonu 285/7, 353 01 Mariánské Lázně

organizační složka pro Plzeňský kraj : Školní 1382, 347 01 Tachov

IČO : 266 79 566

Č.úctu : 1982245369/0800, Česká spořitelna a.s.,

Statutární orgán: Ing. Jan Michalec, Školní 1382, 347 01 Tachov - vedoucí SCM

3. Garant projektu

Jan Michalec (vedoucí SCM), člen oddílu OB MLOK Mariánské Lázně

Adresa : Školní 1382, 347 01 Tachov, tel. 374 722 656, 721 629 674,

e-mail michalcovi.tc@tiscali.cz

4. Hlavní cíle projektu

Hlavní cíl projektu :

Pokračovat v nastoupené cestě soustředění nejtalentovanějších závodníků v orientačním běhu ve věku 15-18 let ze západočeské oblasti OB a poskytnout jim tréninkovou péči pro jejich další růst. Koordinovat a poskytovat pomoc oddílům západočeské oblasti při tréninku závodníků.

Dílčí cíle projektu :

- vyhledání talentů v regionu centra mládeže
- výběr členů SCM
- zapojení talentovaných závodníků do pravidelné běžecké a mapové přípravy
- zvýšení výkonnosti závodníků, zejména zvýšením počtu licencí „A“
- příprava závodníků pro další trénink v juniorském a seniorském věku
- pravidelné testování fyzické formy závodníků
- podpora a sjednocení přípravy závodníků v jednotlivých oddílech

5. Plnění realizačního plánu a časového harmonogramu

Průběžná celoroční činnost :

- sledování, vypracování a plnění tréninkových plánů členy SCM, poskytování metodické pomoci talentovaným jedincům bez trenérského zázemí
- spolupráce s oddíly při zajištění dopravy a účasti mládeže na vrcholných závodech v ČR
- asistence při zajišťování a příspěvek k uhrazení nákladů u prohlídek tělovýchovnými lékaři
- individuálně – účast na trénincích mateřských oddílů, účast na Plzeňské zimní lize

Fyzickou přípravu jednotlivých členů SCM vedli oddíloví, případně osobní trenéři. Přehledové součty po jednotlivých cyklech byly průběžně konzultovány jak na soustředěních SCM, tak i mailem. Na březnovém soustředění byly konzultace zaměřeny na zhodnocení přípravného zimního období, v následujícím období k přípravě na testy na dráze, mistrovství ČR middle a před prázdninovým letním obdobím k činnosti a přípravě na podzimní část sezony.

Lékařské prohlídky byly zabezpečeny u sportovního lékaře v Plzni.

Závodů Plzeňské zimní ligy se účastnili členové z oddílů Kometa Kralovice, Lokomotiva Plzeň, VPM Plzeň a MLOK Mariánské Lázně v počtu 5 – 7. V zimní přípravě členů z Karlovarského regionu (Nejdek, Karlovy Vary) byl využíván i běh na lyžích.

Časový harmonogram plnění plánovaných akcí je rozveden v bodech 8 a 9.

6. Personální zajištění činnosti sportovního centra mládeže

V souladu se stanovami zajišťovalo činnost trenérská rada SCM a vedoucí SCM.
Seznam trenérů :

	Jméno	Trenérská licence	Oddílová registrace
1.	Michalec Jan - ved.SCM	T 2	MLA 5701
2.	Kodeda Oldřich - trenér	T 2	VPM 5901
3.	Šilhavý Jakub - trenér.rada	T 3	LPM 8500
4.	Kolovský František		LPM 9202
5.	Chvalová Věra		LPM 9452
6.	Kuberková Lucie		LPM 9451

Kromě seznamu se na některých akcích podíleli i další trenéři z oddílů západočeské oblasti, především v oblasti dopravy, startů a cílů tréninků.

7. Seznam závodníků zařazených do sportovního centra mládeže

	Jméno	Kategorie	Registrace
1.	Hanáková Magda	D 18	KRL 9651
2.	Kubínová Veronika	D 18	SKV 9752
3.	Šiková Barbora	D 18	LPM 9650
4.	Šiková Karolína	D 18	LPM 9651
5.	Marešová Alexandra	D 16	NEJ 9950
6.	Hanáková Lenka	D16	KRL 9951
7.	Kinkorová Tereza	D16	LPM 9850
8.	Kroupová Eliška	D16	VPM 9853
9.	Mikešová Adéla	D16	VPM 9852
10.	Bartoš Vojtěch	H16	MLA 9802
11.	Zieba Jakub	H16	NEJ 9800

Jako podporovaný člen SCM pro rok 2014 byl v souladu s projektem na základě výsledků zařazen v průběhu roku 2014 František Sova - LPM 9702, který získal licenci „A“ na MČR middle.

8. Seznam akcí sportovního centra mládeže.

	Termín	Akce	Místo	Účast
1.	14.-16.2.2014	kontrolní sraz, lyže	Kašperské hory	NEKONALO SE
2.	únor 2014	lékařské vyšetření	Plzeň	10 členů
3.	20.-23.3.2014	jarní mapové soustředění	Hradec Králové	8 členů + 3 trenéři
4.	17.-21.4.2014	velikonoční mapové soustředění	Kytlice	9 členů + 3 trenéři
5.	duben 2014	kontrolní testy dráha	Plzeň, Mariánské Lázně, Sokolov	9 členů + 5 trenérů
6.	19.-21.6.2014	soustředění middle	Broumov, Adršpach	11 členů + 2 trenéři + 18 ostatní
7.	27.7.-3.8.2014	letní soustředění	Vidnava	4 členové + 1 trenér + 6 ostatní
8.	19.-21.9.2014	soustředění klasika	Zákupy	6 členů + 2 trenéři + 5 ostatní
9.	17.-19.10.2014	hodnotící sraz	Lhota nad Rohanovem	8 členů + 4 trenéři + 8 ostatní

Nad rámec Projektu bylo uspořádáno soustředění před MČR na klasické trati, neuskutečnilo se fyzické zimní soustředění. Důvody jsou rozvedeny v bodě 9.

9. Podrobnější vyhodnocení jednotlivých akcí.

A) Soustředění lyže – fyzická příprava, 14. – 16.2. 2014, Kašperské Hory

Z důvodu nedostatku sněhu bylo soustředění zrušeno bez náhrady. V rámci mateřských oddílů proběhlo otevřené zimní soustředění oddílu LPM v Kašperských Horách, kde se účastnili 3 členové SCM.

B) Lékařské vyšetření únor 2014, Plzeň

Lékařské vyšetření v rozsahu spiroergometrie – klidová + VO₂ max. na běhátku, stanovení anaerobního prahu, krevní obraz a obsah železa a hořčíku. Příspěvek SCM poskytnut na základě žádosti 2 členům, ostatní hrazeno plně v režii oddílů.

Počet závodníků : 10

C) Mapové soustředění 20.-23.3.2014, Hradec Králové a okolí

Jarní mapové soustředění k fixaci práce s mapou po zimě, nácviky krátkých a delších azimutů, mapa za snížené viditelnosti (noční trénink). Nácvik fartovaných tratí se společným startem. Soustředění bylo otevřené i pro další zájemce (+7), současně probíhalo od 21.3. i soustředění žactva SCD ZCO.

Celkový počet mapových tréninků – 6

Ubytování a stravování Tábor J.A. Komenského Běleč.

Doprava osobními vozidly - hrazeno.

Počet závodníků : 8 Počet trenérů : 3 Vedoucí soustředění : Jan Michalec

D) Velikonoční mapové soustředění 17.-21.4.2014, Kytlice

Společné mapové soustředění dorostu, žactva se zabezpečením oddílů VPM a LPM – vlastní soustředění.

Prováděny různé typy mapových tréninků včetně nočního. Tréninky zabezpečeny SI soupravami ZCO a VPM.

Celkový počet mapových tréninků – 9.

Ubytování na postelích RS U skály s plnou penzí.

Doprava osobní auta a individuálně - nehrazeno.

Počet závodníků : 9 Počet trenérů : 3 Vedoucí soustředění : Jakub Šilhavý

E) Testy na dráze, duben 2014, Plzeň, Mariánské Lázně, Sokolov

S ohledem na rozsáhlost oblasti, bydliště závodníků a kalendář závodů, byl zvolen model testů v rámci tréninků oddílů 16.4. v Plzni a 24.4. Mariánských Lázní a dopoledne 26.4. před oblastním žebříčkem v Sokolově. Účastnili se i žáci a další osoby.

Počet závodníků: 9 (+38) Počet trenérů: 5 (+4) Vedoucí trenér: Hasman, Bartoš, Michalec

F) Soustředění middle, 19.-21.6.2014, Broumov, Adršpach

Krátké otevřené soustředění (+ dalších 11 dorostenců a juniorů ZCO) před závody MČR v blízkém terénu zaměřené na seznámení s charakterem terénu – skály.

Ubytování v chatkách, stravování večere.

Doprava osobními vozidly – nehrazeno.

Počet závodníků : 11 (+18) Počet trenérů : 2 Vedoucí soustředění : Miroslav Šilhavý

G) Letní soustředění, 3.-6.8. 2014, Vidnava

Soustředění plánováno v návaznosti na závody Silesia (po závodech), přihlašování závodníků na závody Silésia v režii oddílů, ubytování a doprava při závodech rovněž.

Absolvovány 4 mapové tréninky v oblasti Vidnava, Zlatohorská rýžoviště a Kunčická hora – většinou vrstevnicové mapy.

Ubytování při soustředění chatky Vidnava a kemp Bobrovník (Jeseník).

Doprava automobily – nehrazeno.

Počet závodníků : 4 (+4) Počet trenérů : 1 (+2) Vedoucí soustředění : Jan Michalec

H) Soustředění klasika, 19.-21.9.2014, Zákupy

Soustředění nad rámec Projektu v prostorách blízkým terénu MČR klasika. Absolvovány 4 mapové tréninky a mapová teorie, rozbor a teoretická příprava na MČR. Zúčastnili se i další postupující na MČR z řad nepodporovaného dorostu a juniorů.

Ubytování a stravování ZŠ Zákupy.

Doprava osobními automobily - nehrazeno.

Počet závodníků : 6 (+5) Počet trenérů : 2 (+1) Vedoucí soustředění : Jakub Šilhavý

I) Závěrečné a úvodní soustředění – hodnotící sraz 17.-19.10.2014, Lhota nad Rohanovem

Soustředění bylo po dohodě trenérů přeloženo na vhodnější termín – s ohledem na plánovaný program v lese a možnost lepšího počasí. Kromě různých forem mapové přípravy a fyzických aktivit byla velká časová dotace věnována hodnocení roku 2014, přípravě na rok 2015, teorii tréninku a taktice OB. Účastnili se i letošní žáci, kteří budou do SCM zařazeni od roku 2015, někteří další dorostenci a junioři.

Ubytování a stravování RS Lhota nad Rohanovem.

Doprava osobními automobily – nehrazeno.

Počet závodníků : 8 (+8) Počet trenérů : 4 Vedoucí soustředění : Jan Michalec

10. Vyhodnocení plnění hlavních cílů projektu

Hlavní cíl projektu , pokračovat v nastoupené cestě soustředění nejtalentovanějších závodníků v orientačním běhu ve věku 15-18 let ze západočeské oblasti OB a poskytnout jim tréninkovou péči pro jejich další růst, byl rozpracován v dílčích cílech :

-vyhledání talentů v regionu centra mládeže

Probíhalo a probíhá celoročně na základě znalostí jednotlivých závodníků západočeské oblasti a jejich výkonů.

plněno průběžně

-výběr členů SCM

Závodníci byli vybráni na základě rozhodnutí trenérské rady SCM před počátkem přípravného období, v průběhu roku došlo k rozšíření počtu členů o 1.

plněno průběžně

-zapojení talentovaných závodníků do pravidelné běžecké a mapové přípravy

Na základě kritérií vydaných pro rok 2014 je povinností závodníků vést tréninkový deník, zasílat součty k tréninkům a účastnit se fyzických testů.

Pravidelná běžecká a mapová příprava probíhá převážně v rámci oddílů oblasti, SCM zabezpečuje především mapovou přípravu v neznámých, těžkých a vzdálených terénech.

Závodníci z oblasti Plzeň využívají podmínek pro mapovou přípravu i mimo SCM, u členů z Karlovarského kraje je individuální mapová příprava zabezpečena ze strany oddílů méně, na druhé straně mají lépe zabezpečenou zimní fyzickou přípravu v rámci tréninků a závodů v běhu na lyžích (dvojrcholová sezona).

splněno

-příprava závodníků pro další trénink v juniorském a seniorském věku

Tréninkové plány jsou pro dané období sledovány a konzultovány se závodníkem a trenéry tak, aby docházelo ke zvyšování výkonnosti bez poškození organismu.

Přes výkonnostní růst přetrvává nedostatečná fyzická příprava, hlavně příslušný objemový trénink v zimním období a rychlostní práci na dráze v jarním a letním období.

SCM zde plní roli konzultační, realizace fyzické přípravy zůstává v gesci oddílů.

splněno

-pravidelné testování fyzické formy závodníků

V průběhu roku proběhly rámci SCM 3 běžecké testy na dráze. Jeden z testů proběhnul před závody OŽ, další dva při otevřených běžeckých trénincích v Mariánských Lázních a Plzni. Při neúčasti na žádném z těchto testů proběhl náhradní za účasti trenérů SCM v domovských oddílech.

splněno částečně

-podpora a sjednocení přípravy závodníků v jednotlivých oddílech

Jak již bylo uvedeno, ve většině případů vedou trénink závodníků oddíloví a osobní trenéři, většina z nich vzájemně komunikuje a konzultuje přípravu svěřenců.

splněno částečně

11. Hodnocení projektu dle daných kritérií

-sportovní výsledky závodníků zařazených do SCM v roce 2014, především získání licencí „A“, umístění v ŽA (případně v ŽB) a na MČR v kategoriích HD 16-18

Všichni nositelé licence „A“ ji obhájili. K tomu získali další licence „A“ 2 dorostenci, když 1 dorostenec nebyl v podporovaných členech SCM původně zařazen.

Konkrétní výsledky jednotlivců jsou uvedeny v příloze.

kritérium splněno

-uspořádaná soustředění a kontrolní srazy a výsledky na nich

Z plánovaných soustředění bylo 1 zrušeno z důvodu počasí (nedostatek sněhu). Jedno soustředění bylo uskutečněno nad původní plán – před MČR na klasice.

Zhodnocení jednotlivých akcí je uvedeno v bodě 9.

kritérium splněno

-individuální vývoj v běžecké a mapové přípravě jednotlivých závodníků zařazených do SCM v roce 2014

K prokazatelnému zvýšení fyzické i mapové výkonnosti došlo u všech členů, což se odrazilo i ve zvýšení počtu licencí „A“ i počtu umístění ve finále „A“ na jednotlivých MČR proti předchozím rokům.

Mapová příprava byla zaměřena zejména na techniku a taktiku závodění v terénech MČR 2014 – rozdílných od terénů v oblasti.

Slabinou zůstává objemová a rychlostní fyzická příprava v oddílech a toto bylo hlavní příčinou nezískání licencí „A“ u dalších dorostenců.

kritérium splněno částečně

12. Ekonomické vyhodnocení činnosti sportovního centra mládeže a použití příspěvku Nadace orientačního běhu

Mimo Grant Nadace OB získalo SCM příspěvky z některých oddílů oblasti, využití příspěvků z programů Talent, další příjmy tvořily příspěvky závodníků.

	Termín	Akce	Místo	Celkové náklady	Z toho Nadace OB
1.	únor 2014	lékařské vyšetření	Plzeň	800,-	0,-
2.	20.-23.3.2014	jarní soustředění	Hradec Králové	17.530,-	8.180,-
3.	15.-18.3.2014	velikonoční soustředění	Kytlice	8.744,-	2.200,-
4.	duben 2014	testy na dráze	Plzeň, M.Lázně, Sokolov	0	0
5.	19.-21.6.2014	soustředění middle	Broumov, Adršpach	12.400,-	1.300,-
6.	3.-6.8.2014	letní soustředění	Vidnava	6.772,-	1.200,-
7.	19.-21.9.2014	soustředění klasika	Zákupy	10.105,-	0
8.	17.-19.10.2014	hodnotící sraz	Lhota nad Rohanovem	15.894,-	5.120,-
				72.245,00	18.000,-

13. Informace o činnosti v médiích, na webu apod.

Západočeské sportovní centrum mládeže má vlastní internetové stránky s adresou <http://oblast.wz.cz/mladez/default.htm> Zde jsou zveřejněny základní údaje o SCM včetně základních dokumentů, informace pro členy a vyhodnocení jednotlivých akcí.

14. Předpokládaný další vývoj

V roce 2014 tvořily jádro podporované skupiny dorostu zejména výkonnostně silné ročníky 1996 a 1997 z oblasti Plzně, když většina z těchto závodníků přechází do kategorie juniorů. Obměna pro rok 2015 bude tvořena nejstarším ročníkem žáků SCD, opět především z oblasti Plzně. Zde je předpoklad pokračování skupiny dorostu SCM v dalších letech, kde se bude navazovat na již pravidelnou celoroční činnost SCD, kde v minulosti byly v oblasti zabezpečovány u žáků pouze společná soustředění v době velikonoce a před přebory žákovských výběrů. V posledních 2 letech zde došlo k rozšíření základny žáků i růstu jejich výkonnosti, na který bude možné ve skupině dorostu navazovat. Ve skupině dorostu pak došlo prokazatelně ke zvýšení výkonnosti závodníků, což se projevilo i v několika umístěních do 3. místa v celostátních závodech jednotlivců a štafet. Největším úspěchem pak bylo 3. místo dorostenecké štafety LPM na MČR štafet. Toto umístění je největším úspěchem v rámci naší oblasti za posledních minimálně 10 let. Na druhé straně se nízká členská základna v oblasti odráží i v nižším počtu dorostenců a tím i držitelů vyšších závodnických licencí, v poměru k členské základně je však tento počet srovnatelný s ostatními oblastmi.

Činnost Západočeského sportovního centra mládeže pro rozvoj orientačního běhu v rámci Plzeňského a Karlovarského kraje je opodstatněná. Centrum má předpoklady pokračovat činnosti i v dalších letech, když v pomáhá při podchycení a výchově mládeže v dalších oddílech, které v současnosti nemají žákovskou a dorosteneckou základnu, zejména při zajišťování společných soustředění dorostu a žáků.

Kluby západočeské oblasti mají nadále zájem pokračovat v činnosti SCM i v dalším období.

V Tachově dne 10. listopadu 2014

Ing. Jan Michalec, Školní 1382, 347 01 Tachov
tel. 721 629 674
e-mail : michalcovi.tc@tiscali.cz

podpis řešitele

15. Příloha

Přehled výsledků SCM 2014

1. MSJ nikdo JEC Barbora Šiková sprint 37. long 35.

2. MED nikdo

3. Mistrovství ČR

			sprint	KT	klasika	NOB	ŽA	ŽB	dráha	licence 2014
Kubínová Veronika	18/.1	SKV9752		14.			29.		12:06	A
Hanáková Magda	18/.2	KRL9651	31.	35.	19.		27.		12:36	A
Šiková Barbora	18/.2	LPM9650	23.	disk.	12.		6.		12:23	A
Šiková Karolína	18/.2	LPM9651	13.		disk.		35.		12:27	A
Marešová Alexandra	16/.1	NEJ9950		33.	58.			10.	14:50	B
Hanáková Lenka	16/.1	KRL9951		50.	53.			13.	12:43	B
Kinkorová Tereza	16/.2	LPM9850	30.	54.	33.			7.	12:53	B
Kroupová Eliška	16/.2	VPM9853			50.			11.	15:07	B
Mikešová Adéla	16/.2	VPM9852		67.	48.			15.	15:30	B
Bartoš Vojtěch	16/.2	MLA9802	disk.	23.	50.	26.		4.	12:13	A
Zieba Jakub	16/.2	NEJ9800		51.				15.	13:23	B
Sova František	18/.1	LPM9702		11.				12.	11:42	A

4. štafety MČR

dorostenky	3.	LPM	Šiková K.+B., Hanáková M.
	27.	VPM	Obytová, Hlinovská, Mikešová
dorostenci	16.	PGP2	Bartoš, Ježek, Astor

Do dorosteneckého výběru pro rok 2014 byli zařazeni : Šiková Karolína

Do juniorského výběru pro rok 2014 byli zařazeni : nikdo
pro JEC Belgie : Šiková Barbora

V průběhu roku na základě rozhodnutí trenérské rady zařazeni (výsledky MČR middle) : Sova František

V juniorské reprezentaci MTBO v roce 2014 zařazena : Kubínová Veronika

Umístění na MČR uvedeno včetně zahraničních závodníků