

Závěrečná zpráva

Provozování Sportovního centra mládeže Královéhradecka v orientačním běhu v roce 2012

Grantový program Sportovního centra mládeže v orientačním běhu

Nadace OB, ročník 2012

Hradec Králové, listopad 2012

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	3
6. Personální zajištění činnosti SCM.....	4
7. Seznam závodníků zařazených do SCM	4
8. Seznam akcí.....	5
9. Podrobnější vyhodnocení jednotlivých akcí	5
10. Vyhodnocení plnění hlavních cílů projektu	6
11. Hodnocení projektu dle daných kritérií.....	7
12. Ekonomické vyhodnocení projektu.....	8
13. Informace o činnosti v médiích, na webu apod.....	9
14. Předpokládaný další vývoj	9
15. Seznam příloh.....	9

1. Název projektu

Provozování Sportovního centra mládeže Královéhradecka (dále jen SCM KH) v orientačním běhu v roce 2012

2. Příjemce projektu

OK 99 Hradec Králové, občanské sdružení, Špitálská 150, Hradec Králové 3, 500 03
DIC: CZ 69153337

3. Garant projektu

Vedoucí/Garant projektu: Petr Vítek, Gočárova tř. 661, 500 02 Hradec Králové;
e-mail: petr.vitek@post.cz

4. Hlavní cíle projektu

- plynule navázat na činnost centra v minulém roce
- pravidelně podporovat všechny talenty v oblasti
- vést tréninkový proces tak, aby závodníci získali základní návyky výkonnostních popřípadě vrcholových sportovců jako je pravidelný systematický trénink, vedení tréninkové evidence, využívání závěrů lékařských vyšetření

5. Plnění realizačního plánu a časového harmonogramu

Pro rok 2012 byl trenéry SCM KH přijat následující realizační plán a časový harmonogram:

- Vyhledávání talentů, koordinace s oddílovými trenéry a schválení závodníků a závodnic zařazených do SCM KH pro rok 2012. *říjen 2011*
- Úvodní sraz: schůzka trenérů, diskuse ročních tréninkových plánů, informace o plánech SCM pro rok 2012, fyzická příprava. *listopad 2011*
- Běžecská příprava – realizovaná průběžně převážně v místě bydliště.
- Zimní běžecské soustředění zaměřené na zvyšování fyzické kondice *leden 2012*
- Vyšetření u sportovního lékaře. Analýza časové řady naměřených hodnot jednotlivých závodníků, zhodnocení trenérem a závodníkem. *březen 2012*
- Jarní mapové soustředění zaměřené na obnovení orientačních návyků po zimě. *duben 2012*
- Zahraniční soustředění s cílem získat zkušenosti z náročných cizích terénů a účast

na Tiomile (případně jiný významný závod). Není určeno pro financování z Nadace.

květen 2012

- Testování fyzické připravenosti, oficiální měření na atletické dráze - možnost ucházet se o splnění reprezentačních limitů. *květen-červen 2012*

- Mapová příprava formou pravidelných středečních mapových výjezdů z Hradce Králové. Jednotlivé tréninky voleny charakterem terénu a typu tratě tak, aby co nejvíce modelovaly nadcházející celostátní závody.

v průběhu závodní sezóny (duben – červen a září – říjen 2012)

- Účast v celostátních soutěžích v orientačním běhu. *duben – říjen 2012*
- Prázdninové mapové soustředění. *červenec 2012*
- Závěrečná schůzka, vyhodnocení a plán pro příští rok. *říjen 2012*

Většina akcí proběhla podle plánovaného harmonogramu. Z důvodu nedostatku finančních prostředků nedošlo k realizaci prázdninového soustředění při JMS, které bylo ke konci srpna nahrazeno vícedenními závody Cena Východních Čech.

6. Personální zajištění činnosti SCM

	Jméno	Licence	Registrace
1.	Michal Jedlička	T2	SHK7309
2.	Zuzana Jedličková	T2	SHK8150
3.	Petr Samek	T3	PHK7302
4.	Jan Kamenický	T3	PHK6601
5.	David Cichý	T3	PHK7001
6.	Jan Netuka		SHK7001
7.	Milan Novotný		PHK6502
8.	Petra Novotná		PHK6651

7. Seznam závodníků zařazených do SCM

	Jméno	Kategorie	Registrace
1.	Novotná Klára	D16	PHK9751
2.	Machačová Michaela	D16	PHK9656
3.	Šádková Martina	D16	PHK9653
4.	Novotná Markéta	D18	PHK9451
5.	Horáček Petr	H16	PHK9602
6.	Mašata Matěj	H16	PHK9601
7.	Růžička Adam	H16	PHK9704
8.	Netuka Vojtěch	H16	SHK9701
9.	Svobodová Lenka	D18	LTU9551

10.	Křivda Martin	H18	CHC9501
11.	Dvořáček Radek	H18	VAM9401
12.	Petrasová Zuzana	D16	VAM9653
13.	Samková Kateřina	D16	PHK9752
14.	Kavalírová Julie	D16	PHK9753
15.	Šádková Lucie	D16	PHK9654
16.	Koutná Hana	D16	PHK9691
17.	Jágrová Barbora	D16	PHK9657
18.	Trejbal Václav	H16	SHK9604
19.	Pancíř Jan	H16	SHK9602
20.	Červená Adéla	D16	SHK9755
21.	Langrová Anna	D16	SHK9753

Vyřazení v průběhu roku : 4 (Kateřina Samková, Hana Koutná, Barbora Jágrová, Jan Pancíř)
- z důvodu neúčasti na prvních 3 akcích a celkovému nezájmu

8. Seznam akcí

Termín	Akce	Účast	Pozn.
listopad 2011	Úvodní sraz	18 + 6	
leden 2012	Zimní soustředění	18 + 4	
březen 2012	Vyšetření u sportovního lékaře	18	
duben 2012	Jarní mapové soustředění	18 + 6	
květen 2012	Zahraniční soustředění	14 + 3	
květen 2012	Fyzické testy	17 + 6	
jaro, podzim 2012	Mapové výjezdy	18 + 8	
srpen 2012	Prázdninové soustředění	18 + 5	
říjen 2012	Závěrečná schůzka trenérů	7	

Všichni závodníci mají platnou lékařskou prohlídku sportovního charakteru

9. Podrobnější vyhodnocení jednotlivých akcí

• Úvodní sraz

Proběhl ve dvou termínech v Hradci Králové tak, aby se mohli zúčastnit prakticky všichni členové centra. Závodníci byli seznámeni s programem centra v roce 2012, byly jim rozdány nominační listy a prodiskutováno rozdělení do skupin. Byly stanoveny standardy vedení tréninkové evidence.

• Lékařské vyšetření

Kvalitní sportovní lékařské vyšetření bylo zajištěno ve Fakultní nemocnici v Hradci Králové. Závodníci skupiny A a B měli zajištěnou kompletní lékařskou prohlídku včetně zátěžového testu na běhátku. Z výsledků lékařské prohlídky se vycházelo při zjištění optimální tepové frekvence pro jednotlivé druhy tréninků. Ostatní závodníci měli zajištěno základní sportovní vyšetření.

- **Jarní soustředění**

Víkendové soustředění zaměřené na mapové tréninky v náročných terénech ze SP 2011 v Liberci. Tréninky splnily veškeré představy a pro rozhodující část sezóny dodaly potřebnou jistotu do těžkých terénů.

- **Zahraniční soustředění**

Bylo provedeno formou zájezdu na Tiomilu do Švédska. Samotné účasti na závodě předcházelo soustředění v kvalitních terénech okolo Norrköpingu. Sestava byla doplněna bývalými členy našeho centra, kteří již v letošním roce nesplňovali věkovou hranici. I oni tak přispěli k vysoké úrovni a konkurenci na jednotlivých trénincích.

- **Fyzické testy**

Proběhly ve třech termínech na atletickém stadionu Sokol Hradec Králové. Testu se zúčastnili prakticky všichni závodníci našeho centra. Test běželi i ostatní závodníci místních oddílů, ale i členové dalších reprezentačních družstev, kteří plnili nominační limity. Většina závodníků zaběhla nejlepší výkony sezóny.

- **Mapové výjezdy**

Celkem proběhlo 14 mapových výjezdů do širokého okolí Hradce Králové. Na přípravě se podíleli všichni členové realizačního týmu, více než poloviny výjezdů se zúčastnili všichni členové centra. Každý z výjezdů měl minimálně 85 % obsazenost a byl doplněn bývalými členy našeho centra, kteří již v letošním roce nesplňovali věkovou hranici.

- **Prázdninové soustředění**

Bylo pro menší zájem i pokles finančních prostředků centra přesunuto na konec srpna, jako závěrečná příprava na podzimní část sezóny. Soustředění se uskutečnilo při Ceně Východních Čech. Která se v roce 2012 konala na Seči.

- **Závěrečná schůzka trenérů**

Proběhla v říjnu spolu s přípravou na žádost o finanční příspěvek na rok 2013

10. Vyhodnocení plnění hlavních cílů projektu

- **plynule navázat na činnost centra v minulém roce**

- splněno bez výhrad

Podářilo se bez problémů navázat na práci z posledních 5 let. Vedení centra sice prošlo drobnými personálními změnami, ale systém práce i akcí byl zachován a velice podobný jako v minulých letech.

- **pravidelně podporovat všechny talenty v oblasti**

- splněno bez výhrad

Činnost centra probíhala pravidelně po celý rok, byli osloveni všichni závodníci z

oblasti s licencií A a větší počet s licencií B. Drtivá většina oslovených se rozhodla pravidelně spolupracovat a být členy centra. Povinností byla pravidelná účast na všech akcích a u většiny byla tato povinnost naplněna beze zbytku.

- **vést tréninkový proces tak, aby závodníci získali základní návyky výkonnostních popřípadě vrcholových sportovců jako je pravidelný systematický trénink, vedení tréninkové evidence, využívání závěrů lékařských vyšetření**

- splněno bez výhrad

Tento bod byl naplněn bez výhrad. Požadovaná nadstavba pro závodníky centra, která byla nad rámec běžné činnosti oddílů umožněna všem členům centra. Její kvalita byla odstupňována podle rozdělení do jednotlivých výkonnostních skupin. Vedle pravidelné tréninkové činnosti bylo vyžadováno a kontrolováno vedení tréninkové evidence postavené na jednotném principu. Vedle toho se podařilo pro všechny členy skupiny A, resp. B a pro část skupiny C zajistit lékařské vyšetření na Klinice tělovýchovného lékařství fakultní nemocnice v Hradci Králové, jehož součástí bylo i zátěžové vyšetření na běhátku.

11. Hodnocení projektu dle daných kritérií

- **navýšení počtu licencí ve sledované oblasti**

- udrženo

Došlo k udržení licencí A. Z původního počtu 13 závodníků s licencií A, je na konci roku 2012 jejich počet 13, tedy stejně.

- **zlepšení umístění jednotlivců výběru na ZZ A, ZZ B**

- splněno bez výhrad

Žebříčku A se pravidelně účastnilo všech 13 závodníků. Nejlépe se dařilo Markétě Novotné a Lence Svobodové, které v kategorii D18A obsadily první 2 místa. Dalších 5 závodníků se umístilo ve svých kategoriích v první desítce celkového pořadí.

- **zajištění aktivně spolupracujících trenérů**

- splněno bez výhrad

V průběhu celého roku docházelo k pravidelné spolupráci trenérů všech zúčastněných oddílů.

- **splnění naplánovaných tréninkových ukazatelů**

- splněno

Byla splněna rozhodující většina jak společných tréninkových ukazatelů, jako celku, tak individuálních ukazatelů většiny závodníků

- **osobní pohovory s každým závodníkem o sezóně i výhledu na další roky**

- splněno bez výhrad

Průběžně plnili trenéři centra každý u svých závodníků.

12. Ekonomické vyhodnocení projektu

Činnost centra byla finančně plně zajištěna v průběhu celého roku. Na příjmech se vedle příspěvku Nadace OB a OK 99 Hradec Králové podílel i Královéhradecký kraj a samotní účastníci. Výdaje byly vynaloženy na jednotlivé akce dle plánu a předběžného rozpočtu. Proti původnímu plánu byly jednotlivé výdajové položky kráceny z důvodu nižšího možného příspěvku OK 99 Hradec Králové a nižšího příspěvku Královéhradeckého kraje.

Příjmy	[v tis. Kč]	Z toho Nadace OB
Nadace OB	60	60
OK 99 Hradec Králové	55	
Královéhradecký kraj	25	
Příspěvky členů centra	115	
Celkem	255	60

Výdaje	[v tis. Kč]	Z toho Nadace OB
Úvodní sraz	0	
Zimní soustředění (ubytování)	25	10
Vyšetření u sportovního lékaře	20	10
Jarní mapové soustředění	35	20
<i>Mapy</i>	3	
<i>Doprava</i>	12	
<i>Ubytování</i>	20	
Zahraniční soustředění	111	
<i>Mapy</i>	5	
<i>Doprava</i>	60	
<i>Ubytování</i>	42	
<i>Startovné na 10M 2012</i>	4	
Fyzické testy	0	
Mapové výjezdy (doprava)	35	20
Prázdninové soustředění	29	
<i>Startovné</i>	9	
<i>Doprava</i>	7	
<i>Ubytování</i>	13	
Závěrečná schůzka trenérů	0	
Celkem	255	60

V případě, že na akci nebyla společná doprava organizována, hradili si účastníci dopravu sami a tyto výdaje nejsou ve vyhodnocení zahrnuty.

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

Základní informace o činnosti Sportovního centra mládeže Královéhradeckého kraje jsou na webu pod adresou:

<http://ok99->

[ob.ok99.tmapserver.cz/index.php?option=com_multicategories&view=category&layout=blog&id=15&Itemid=135](http://ok99.tmapserver.cz/index.php?option=com_multicategories&view=category&layout=blog&id=15&Itemid=135)

S činností SCM jsou obeznámeno Město Hradec Králové i Královéhradecký kraj, od Královéhradeckého kraje se nám každoročně dostává drobné podpory na provoz SCM. Při této příležitosti se snažíme vždy v člancích v regionálním tisku i na webových stránkách o činnosti Sportovního centra Královéhradeckého kraje informovat, rovněž zmiňujeme i podporu od Nadace OB.

14. Předpokládaný další vývoj

Předpokládáme, že i v nadcházejících letech bude pokračovat zaběhnutá dlouhodobá a cílená péče o talentovanou mládež ve spádovém regionu SCM KH, která povede ke zlepšení výkonnosti mladých závodníků a závodnic.

Předpokládáme zlepšení koordinace práce s mládeží v menších oddílech, zlepšení výkonnosti celé skupiny dorostu v oblasti (působení sportovních vzorů a zvýšení konkurence na závodech Východočeského poháru v OB). I v nadcházejících letech plánujeme účast na zahraničních akcích, tak aby závodníci měli možnost od začátku svého vývoje rozvíjet svoji mapovou a běžeckou techniku v zahraničních terénech.

15. Seznam příloh

Příloha č. 1: Přehled dosažených výsledků členů SCM Královéhradecka v roce 2012

V Hradci Králové dne 10.11.2012

Za příjemce:

Petr Samek, předseda OK 99 Hradec Králové, občanské sdružení

Přehled dosažených výsledků členů SCM Královéhradecka v roce 2012

		sprint	klasika	krátká	štafety
MŠJ	Novotná Markéta	80	72	12	13

		sprint	klasika
MED	Růžička Adam	60	25

		sprint	klasika	krátká	noční	ŽA	ŽB	dráha	licence
MČR	Novotná Klára	25	-	2	-	4	-	11,48	A
	Machačová Michaela	24	28	9	7	13	-	12,43	A
	Šádková Martina	12	-	24	15	23	-	12,41	A
	Novotná Markéta	5	1	1	-	1	-	12,21	A
	Samková Kateřina	-	-	-	-	-	-	-	C
	Kavalířová Julie	-	-	-	-	-	8	14,10	B
	Šádková Lucie	-	-	-	-	-	20	14,21	B
	Koutná Hana	-	-	-	-	-	-	-	C
	Jágrová Barbora	-	-	-	-	-	-	-	C
	Červená Adéla	-	23	-	-	-	7	15,40	A
	Langrová Anna	-	-	-	-	-	17	15,40	B
	Svobodová Lenka	1	2	10	4	2	-	11,48	A
	Petrasová Zuzana	6	30	17	-	18	-	12,05	A
	Horáček Petr	25	12	18	-	8	-	9,53	A
	Mašata Matěj	5	36	13	-	9	-	9,43	A
	Růžička Adam	18	4	8	9	4	-	9,44	A
	Netuka Vojtěch	7	7	10	5	6	-	10,26	A
	Křivda Martin	14	26	28	-	18	-	10,52	A
	Dvořáček Radek	7	-	21	9	15	-	11,07	A
	Trejbal Václav	-	-	-	-	-	8	11,12	B
	Pancíř Jan	-	-	-	-	-	-	-	C

MČR		PHK A	PHK B	CHC
štafety	dorostenky	1	14	
	dorostenci	5	11	15

Do dorosteneckého výběru ČR pro rok 2013 byli zařazeni:

Novotná Klára
 Růžička Adam
 Netuka Vojtěch
 Horáček Petr
 Mašata Matěj