

Západočeské sportovní centrum mládeže (OB,LOB)

# **Závěrečná zpráva o použití nadačního příspěvku**

**Provozování Západočeského sportovního centra  
mládeže (OB,LOB) pro rok 2016**

Tachov, listopad 2016

## **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.....	7
11. Hodnocení projektu dle daných kritérií.....	8
12. Ekonomické vyhodnocení činnosti sportovního centra mládeže a použití příspěvku Nadace orientačního běhu .....	9
13. Informace o činnosti.....	9
14. Předpokládaný další vývoj.....	10
15. Příloha – přehled výsledků SCM 2016 .....	11

## 1. Název projektu

Provozování Západočeského sportovního centra mládeže (OB,LOB) pro rok 2016.

## 2. Příjemce projektu

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

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

v roce 2016 zapsáno jediné sídlo na adrese dřívější organizační složky 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,  
od jarní sezony 2016 Radioelektronika Cheb

Adresa : Školní 1382, 347 01 Tachov, tel. 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 a podporu pro jejich další růst a zvyšování výkonnosti. Koordinovat a poskytovat pomoc oddílům 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 v dospělosti
- 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 talentům 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, doporučeny směry další přípravy, zejména mapové, volbu priorit pro sezonu 2016, před prázdninovým letním obdobím na letním soustředění k činnosti a přípravě na podzimní část sezony.

Závodů Plzeňské zimní ligy se účastnili pouze členové z plzeňských oddílů, v zimní přípravě některých oddílů (NEJ a VPM) byl využíván ve větším rozsahu 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 - vedoucí SCM	T 2	MLA 5701
2.	Šilhavý Jakub - trenér dorostu	T 3	LPM 8500
3.	Valeš Jiří		LPM 9502
4.	Kolovská Ilona	T3	LPM 6352
5.	Kunc Petr	T3	MLA 8801
6.	Pova Ondřej	T3	KRL 9304
7.	Kuncová Eliška	T3	SSU 8951

Kromě zařazených trenérů se na některých akcích výrazně podíleli i další trenéři z oddílů západočeské oblasti, především Josef Nádeníček – NEJ a František Kolovský - LPM.

**7. Seznam závodníků zařazených do sportovního centra mládeže**

	Jméno	Kategorie	Registrace
1.	Šlechtová Tereza	D 16	KRL 0152
2.	Nádeníčková Pavla	D 16	NEJ 0150
3.	Tokárová Regina	D 16	NEJ 0151
4.	Kinkorová Tereza	D 18	LPM 9850
5.	Hašek Jan	H 16	VPM 0001
6.	Hasman Ondřej	H 16	VPM 0002
7.	Mudrová Lenka	D16	KRL 0052
8.	Biersaková Dagmar	D16	KRL 0051
9.	Černý Jan	H16	MAS 0100
10.	Solomko Adam	H16	BSO 0002
11.	Vecko Jan	H16	NEJ 0002

Jako podporovaný člen SCM pro rok 2016 byl v souladu s projektem na základě výsledků zařazena v průběhu roku 2016 Nick Newiak - NEJ 0101, který nejprve získal v dubnu 2016 licenci „B“ a následně v žebříčku „B“ - Čechy a licenci „A“. Jan Hašek a Ondřej Hasman se paralelně věnovali disciplíně MTBO se směřováním na účast na ME.

**8. Seznam akcí sportovního centra mládeže.**

	Termín	Akce	Místo	Účast
1.	11.-13.3.2016	jarní mapové soustředění	Doksy	9 členů + 2 trenéři + 10 ostatní
2.	duben 2016	kontrolní testy dráha	Sokolov, Kralovice	9 členů + 5 trenérů
3.	11.6.2016	minisoustředění middle	Sedmihoří	6 členů + 1 trenér + 5 ostatní
4.	15.-24.7.2016	letní soustředění	Slovensko Rožňava	7 členů + 2 trenéři + 6 ostatní
5.	13.-25.9.2016	soustředění klasika	Svratouch	8 členů + 2 trenéři + 4 ostatní
6.	18.-20.11.2016	hodnotící sraz	Sklárna	9 členů + 2 trenéři + 13 ostatní

## **9. Podrobnější vyhodnocení jednotlivých akcí.**

### **A) Lékařské prohlídky**

Lékařské vyšetření zajišťovaly individuálně mateřské oddíly a nepožadovaly od SCM finanční příspěvek.

### **B) Mapové soustředění 11.-13.3.2016, Doksy**

Jarní mapové soustředění k fixaci práce s mapou po zimě, nácviky krátkých a delších azimutů, neúplné mapy, vrstevnicové mapy, noční trénink. Soustředění bylo současně soustředěním TSM a otevřené i pro další zájemce (+ 17), účastnili se vybraní žáci SCD.

Celkový počet mapových tréninků – 6

Ubytování a stravování – RS Termit Doksy.

Doprava osobními vozidly.

Počet závodníků : 9 (+8) Počet trenérů : 2 (+2) Vedoucí soustředění : Jan Michalec

### **C) Testy na dráze, duben 2016, Sokolov, Kralovice**

S ohledem na rozsáhlost oblasti, bydliště závodníků a kalendář závodů, byl zvolen model testů v rámci soustředění žáků v Sokolově, při neúčasti na tréninku oddílů za účasti člena trenérské rady. Závodníci licence „A“, případně „B“ se účastnili testů TSM.

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

### **D) Soustředění middle, 11.6.2016, Sedmihoří**

Krátké jednodenní otevřené soustředění SCM a TSM v prostoru mapy ŽA. Změna místa i termínu provedena na základě rozhodnutí trenérské rady.

Celkem 3 tréninky, seběhy ve skalnatých partiích, neúplná mapa, kompotech.

Náklady na soustředění plně v režii oddílů.

Doprava osobními vozidly.

Počet závodníků : 6 (+4) Počet trenérů : 1 (+1) Vedoucí soustředění : Petr Kunc

### **E) Letní soustředění, 15.-24.7. 2016, Slovensko – Prievidza, Kremnica, Rožňava**

Otevřené společné soustředění TSM a SCM v terénech ovlivněných starou i novější těžbou kovů, následovaly prostory krasového terénu. Soustředění bylo zakončeno závody Karst Cup 2016.

Absolvováno 5 mapových tréninků, turistika, relaxace.

Ubytování a stravování : Prievidza, Gemerská Horka.

Akce bez příspěvku z Nadace OB.

Počet závodníků : 7 (+4) Počet trenérů : 2 (+2) Vedoucí soustředění : Jan Michalec

#### **F) Soustředění klasika, 23.-25.9.2016, Svratouch**

Soustředění ve vysočinských terénech v okolí prostoru MČR na klasické trati 2016. Absolvovány 4 mapové tréninky a mapová teorie, rozbor a teoretická příprava na MČR. Zúčastnili se i členové TSM.

Ubytování a stravování RS Naděje Svratouch.

Doprava osobními automobily.

Počet závodníků : 8 (+3) Počet trenérů : 2 (+1) Vedoucí soustředění : Jan Michalec

#### **G) Závěrečné a úvodní soustředění – hodnotící sraz 18.-20.11.2016, Sklárna**

Soustředění se účastnili kromě současných členů SCM i další – žáci s licencí A i B, kteří budou do SCM zařazeni v roce 2016 a členové TSM. Program byl zaměřen na nácvik a ukázky techniky běhu, rozcvičovací a protahovací cviky, provádění rozcvičení před závodem, hodnocení roku 2016 a plán na rok 2017.

Ubytování a stravování ŠVP Sklárna.

Doprava osobními automobily.

Počet závodníků : 9 (+11) Počet trenérů : 2 (+2) Vedoucí soustředění : Ondřej Vodrážka

### **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 o rozšíření počtu členů o 1.

**plněno průběžně**

#### **-zapojení talentovaných závodníků do pravidelné běžecké a mapové přípravy**

Na základě kritérií vydaných pro rok 2016 je povinností závodníků vést tréninkový deník, zasílat součty k tréninkům a účastnit se fyzických testů. Přístup některých jedinců k tréninku nevede k zvyšování výkonnosti.

Pravidelná běžecká a mapová příprava probíhá převážně v rámci oddílů oblasti, SCM zabezpečuje především mapovou přípravu v neznámých a orientačně rozdílných 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 (dvojvrcholová sezona).

**splněno částečně**

**-příprava závodníků pro další trénink v juniorském a seniorském věku**

Tréninkové plány jsou pro dané období sledovány a konzultovány se závodníkem a trenéry tak, 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 částečně**

**-pravidelné testování fyzické formy závodníků**

V průběhu roku proběhl rámci SCM 1 běžecký test na dráze. Další test absolvovali členové při testování TSM. 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 2016, především získání licencí „A“, umístění v ŽA (případně v ŽB) a na MČR v kategoriích HD 16-18**

Počet licencí „A“ v roce 2016 zůstal nezměněn ve srovnání počátku a konce roku.

Významnější umístění na MČR dosáhli pouze někteří dorostenci s licencí „A“, u nositelů licence „B“ nebylo dosaženo výrazného výsledku.

Konkrétní výsledky jednotlivců jsou uvedeny v příloze.

**kriterium splněno částečně**

**-uspořádaná soustředění a kontrolní srazy a výsledky na nich**

Bylo uspořádáno 5 soustředění a testování na dráze.

Zhodnocení jednotlivých akcí je uvedeno v bodě 9.

**kriterium splněno**

**-individuální vývoj v běžecké a mapové přípravě jednotlivých závodníků  
zařazených do SCM v roce 2016**

K prokazatelnému zvýšení fyzické i mapové výkonnosti došlo u nositelů licence „A“,

Mapová příprava byla zaměřena zejména na techniku a taktiku závodění v terénech MČR 2016 - rozdílných od terénů v oblasti – která však v konečném součtu nemůže nahrazovat nedostatky ve fyzické kondici. Proto slabinou zůstává objemová a rychlostní fyzická příprava, která je hlavní příčinou nezískání licencí „A“ u většiny dorostenců.

**kriterium 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.		lékařské vyšetření		režie oddílů	0,-
2.	11.-13.3.2016	jarní soustředění	Doksy	13.750,-	6.000,-
3.	duben 2016	testy na dráze	Sokolov, Kralovice	0	0
4.	11.6.2016	soustředění middle	Sedmihoří	0,-	0,-
5.	15.-24.7.2016	letní soustředění	Slovensko	50.400,-	0
6.	23.-25.9.2016	soustředění klasika	Svratouch	16.800,-	8.000,-
7.	18.-20.11.2016	hodnotící sraz	Sklárna	11.000,-	5.000,-
				<b>91.950,-</b>	<b>19.000,-</b>

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

Západočeské sportovní centrum mládeže má vlastní internetové stránky, kde jsou zveřejněny základní údaje o SCM včetně základních dokumentů a informace pro členy. Adresa stránek je <http://zco.orientacnibeh.cz/mladez> .

## 14. Předpokládaný další vývoj

Při nízkém stavu základny dorostu se v roce 2016 se nepodařilo u všech sledovaných závodníků zajistit růst výkonosti, z hlediska zisku licencí „A“ pak zůstal stav na stejné úrovni. Srovnatelné výsledky pak z důvodu nízké trénovanosti nejsou schopni dosahovat všichni současní dorostenci licence „B“. Na druhé straně již pro rok 2017 dojde k doplnění skupiny dorostu z výkonnostně velmi dobrých ročníků žáků ročníků 2002 a 2003, kde budeme navazovat na zlepšující se výsledky a širší základnu SDC.

Zejména pro z důvodu této perspektivy pro dorůstající žáky hodnotíme činnost Západočeského sportovního centra mládeže pro rozvoj orientačního běhu v rámci Plzeňského a Karlovarského kraje jako opodstatněnou. Centrum má předpoklady pokračovat činnosti i v dalších letech, když 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 28. listopadu 2016

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

podpis řešitele

## 15. Příloha

### Přehled výsledků SCM 2016

**1. MSJ** nikdo

**2. MED** nikdo

#### 3. Mistrovství ČR

			sprint	KT	klasika	NOB	ŽA	ŽB	dráha	licence 2016
Kinkorová Tereza	18/.2	LPM9850	10	21		32	20		12:30	A
Biersaková Dagmar	16/.2	KRL0051		36	30	40		8	15:08	B
Mudrová Lenka	16/.2	KRL0052		63				21		C
Šlechtová Tereza	16/.1	KRL0152		31	47	36	35		14:15	B
Nádeníčková Pavla	16/.1	NEJ0150	30	28	41	34	24		13:06	A
Tokárová Regina	16/.1	NEJ0151	30	Disk	11	7	13		12:48	A
Hašek Jan	16/.2	VPM0001	11		14		20			A
Hasman Ondřej	16/.2	VPM0002		4	28		19			A
Solomko Adam	16/.2	BSO0002						23	13:01	B
Vecko Jan	16/.2	NEJ0002				43				C
Newiak Nick	16/.1	NEJ0101	38	28	21	24		4	11:14	A
Černý Jan	16/.1	MAS0100						21		B

#### 4. štafety MČR

dorostenky	24.	NEJ	Nádeníčková, Marešová (žákyně), Tokárová		
	25.	KRL	Šlechtová, Biersaková, Hanáková		
dorostenci	19.	VPM	Hašek, Hasman, Hasman (žák)		

Do dorosteneckého výběru pro rok 2016 byli zařazeni : nikdo

Do juniorského výběru pro rok 2016 byli zařazeni : nikdo

V průběhu roku zařazen na základě zisku licence „B“ : Nick Newiak

Do dorosteneckého výběru LOB pro rok 2016 zařazeni : Jan Hašek, Ondřej Hasman, Regina Tokárová

Do dorosteneckého výběru MTBO pro rok 2016 zařazeni : Jan Hašek, Ondřej Hasman

Výsledky na MČR uvedeny včetně zahraničních závodníků.