



Závěrečná zpráva projektu

Provozování sportovního centra dětí v orientačním běhu Podkrkonošské oblasti

v roce 2020

Grantový program Sportovní centra dětí orientačního běhu ročník 2020

Jičín, listopad 2020

OBSAH

1.	Název projektu	3
2.	Příjemce příspěvku	3
3.	Garant projektu	3
4.	Cíle projektu	3
5.	Plnění realizačního plánu a časového harmonogramu	4
6.	Jmenný seznam závodníků zařazených do SCD	4
7.	Personální zajištění činnosti SCD	6
8.	Seznam akcí SCD	6
9.	Vyhodnocení jednotlivých akcí	7
10.	Vyhodnocení plnění hlavních cílů projektu	8
11.	Hodnocení projektu dle daných kritérií	9
12.	Ekonomické vyhodnocení projektu	10
13.	Informace o činnosti SCD	10
14.	Předpokládaný další vývoj	10
	Příloha: Sportovní výsledky členů SCD v roce 2020	12

1.	Název projektu
	Provozování sportovního centra dětí v orientačním běhu Podkrkonošské oblasti pro rok 2019

2.	Příjemce příspěvku
	SPORTCENTRUM Jičín, z. s., Brada 7, Brada-Rybníček 506 01, doručovací adresa: Divišovská 2310/5, Praha 4, 149 00, IČ 44479280

3.	Garant projektu
	Radka Janků, Kosmonautů 797, 506 01 Jičín,

4.	Cíle projektu
	<p><u>Hlavní cíl projektu:</u></p> <p>Zajištěním kvalitních tréninkových podmínek talentů ve věku 11-14 let zvýšit jejich výkonnostní růst a systematicky pokračovat v jejich tréninkové podpoře a rozvoji.</p> <p><u>Dílčí cíle projektu:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • provázat činnost oddílů v Podkrkonošské oblasti • vyhledávat nové talenty v regionu • umožnit všem závodníkům spolupráci s kvalifikovaným trenérem • rozvíjet fyzickou výkonnost závodníků (pravidelné testy fyzické připravenosti závodníků) • získávat zkušenost v zajímavých tuzemských terénech a tím zlepšovat mapovou dovednost závodníků • podporovat vybrané závodníky na celostátních soutěžích • udržovat a rozšiřovat základnu dětí a mládeže • zvýšit počet A i B licencí • úspěšně reprezentovat v oblastních soutěžích v orientačním běhu • usnadnit přestup do dorosteneckých kategorií

5.	Plnění realizačního plánu a časového harmonogramu		
	a)	výběr talentů a členů SCD	listopad 2019
	b)	běžecská, fyzická a taktická příprava (teorie, rozborů tratí)	leden-říjen 2020
	c)	mapová příprava (mapové tréninky, soustředění) <i>omezeno z důvodu COVID - 19</i>	březen-říjen 2020
	d)	testování fyzické přípravy <i>omezeno z důvodu COVID - 19</i>	duben, září 2020
	e)	závodní období, účast v soutěžích <i>omezeno z důvodu COVID - 19</i>	duben-říjen 2020
	f)	prázdninové mapové soustředění	červenec-srpen 2020
	g)	vyhodnocení činnosti a plán pro příští rok	listopad 2020

6.	Jmenný seznam závodníků zařazených do SCD
-----------	--

	Jméno	Kategorie	Registrace	e-mail, telefon
1.	Jakub Dlabola	H14	SJC0602	
2.	František Vlach	H14	SJC0603	
3.	Nela Malínská	D14	SJC0651	
4.	Sheila Havrdová	D14	SJC0750	
5.	Jakub Ticháček	H14	SJC0704	
6.	Jan Vaníček	H14	SJC0705	
7.	Matyáš Kopecký	H14	SJC0702	
8.	Ondřej Pešek	H12	SJC0802	
9.	Jan Čihák	H14	HOR0601	
10.	Marek Škorpil	H12	HOR0900	
11.	Pavelec Michal	H12	NPA0801	
12.	Šedivý Josef	H12	NPA0802	
13.	Barbora Chrástová	D12	STH0851	
14.	Šimon Buďárek	H14	STH0703	
15.	Barbora Bulušková	D14	STH0750	
16.	Táňa Hamáčková	D14	STH0754	
17.	Anežka Malá	D14	JIL0751	
18.	Lucie Pitrmucová	D14	JIL0651	

19.	Anna Kynčlová	D12	JIL0851	
20.	Amélie Votočková	D14	JIL0750	
21.	Marek Matěáško	H14	JIL0702	
22.	Matěj Třešňák	H14	JIL0701	
23.	Ondřej Stach	H14	JIL0602	
24.	Michal Votoček	H14	JIL0601	
25.	Markéta Hanušová	D12	VRL0852	
26.	Eliška Čivrná	D12	VRL0851	
27.	Pavla Kutlvašrová	D12	VRL0951	
28.	Filip Hanuš	H14	VRL0604	
29.	Matěj Hanák	H12	LTU0701	
30.	Čapek Karel	H12	LTU0801	
31.	Selina Havrdová	D12	SJC0950	
32.	Šimon Karásek	H12	SJC0804	
33.	Tomáš Posolda	H12	SJC0803	
34.	Lukáš Tuma	H12	SJC0800	
35.	Eliška Vltavská	D12	SJC0850	
36.	Viktorie Vyziblová	D12	SJC0853	
37.	Stanislav Pleva	H12	SJC0805	
38.	Antonín Vlach	H12	SJC0903	
39.	Mikuláš Bernard	H12	HOR0902	
40.	Jakub Čihák	H12	HOR0901	
41.	Matouš Gottstein	H12	JIL0901	
42.	Petr Spilka	H12	JIL0803	
43.	Vít Horák	H12	JIL0801	
44.	Jana Laštovková	D12	JIL0803	
45.	Šárka Hamáčková	D12	STH0852	
46.	Karolína Pavlová	D14	STH0752	
47.	Petr Pochop	H12	STH0704	
48.	Dominik Horáček	H14	STH0600	
49.	Jan Lánský	H14	STH0709	
50.	Václav Pochop	H12	STH0902	
51.	Lucie Šimková	D12	STH0951	
52.	Adéla Lánská	D12	STH0954	
53.	Dagmar Lánská	D12	STH0952	
54.	Hana Medunová	D12	STH0955	
55.	Ondřej Meduna	H14	STH0707	
56.	Chocholáčová Ela	D14	NPA0651	

57.	Plecháčová Marie	D14	NPA0652	
58.	Karolína Hančová	D12	VRL0952	
59.	Filip Kvášovský	H12	LTU0902	
60.	Kryštof Kobík	H12	LTU0901	
61.	Jindřich Brož	H12	LTU0903	
62.	Hrůza Ondřej	H14	LTU0703	
63.	Ondřej Kutáček	H14	LTU0700	
64.	Zuzana Závodná	D14	LTU0750	
65.	Natálie Imrišková	D14	LTU0751	
66.	Emílie Potůčková	D14	LTU0752	
67.	Andrea Kynclová	D14	LTU0651	

7.	Personální zajištění činnosti SCD
-----------	--

	Jméno	Trenérská licence	Oddílová registrace	e-mail, telefon
1.	Renata Havrdová	T3	SJC7756	
2.	Petr Jakubec		SJC8106	
3.	Jan Šnokhous	T3	SJC8002	
4.	Martin Vávra	T3	HOR6302	
5.	Jiřina Kalibánová	T3	NPA5351	
6.	Aleš Kalenský	T3	STH9801	
7.	Kateřina Junková	T3	STH7351	
8.	Petr Junek	T3	STH5501	
9.	Kateřina Karlová		JIL7553	
10.	Ruda Kutlvašr	T3	VRL7601	
11.	Lucie Komárková	T3	LTU7851	
12.	Dana Licková	T3	LTU7350	

8.	Seznam akcí SCD		
	Termín	akce	Účast
	Leden-únor	Výjezdy na lyže (zasněžovaný okruh Vejsplachy, Vrchlabí)	30 + 4
	Jaro-podzim 2020	Mapové výjezdy	60 + 10

Červenec, srpen 2020	Vícedenní prázdninové závody (HSH. Vysočina cup, Rumcajsovy míle, Pěkné prázdniny, Cena východních Čech)	35 + 8
27. 7. – 2. 8. 2020	Letní mapové soustředění – Jizerské hory	30 + 8
19. 8. – 23. 8. 2020	Letní mapové soustředění – Markoušovice	25 + 6
Listopad 2019	Závěrečná schůzka trenérů	12

Akce SDC a SCM byly organizovány většinou společně, ale tréninkové programy rozděleny a přizpůsobeny odlišným požadavkům jednotlivých věkových i výkonnostních skupin.

9.	<p>Vyhodnocení jednotlivých akcí</p> <p><u>Leden–únor 2020 (Vrchlabí, Vejsplachy)</u> Výjezdy na uměle zasněžovaný běžecký okruh ve Vrchlabí (Vejsplachy). Doprava oddílovými auty, či individuálně vlastními auty. Pravidelně se jezdilo v úterý, občasné byly i výjezdy víkendové. Zdatnější – objemové tréninky, méně zdatní – výuka techniky běhu na lyžích. V průběhu jarních prázdnin lyžařské tréninky na horách.</p> <p><u>13. – 15. března 2020 (Kopidlno)</u> Víkendové soustředění zaměřené na mapové techniky (příprava na novou závodní sezónu), bylo z důvodů epidemiologických opatření zrušeno a připravené tréninkové závody a mapové tréninky byly dány k dispozici do systému pro individuální mapovou přípravu https://or.ifire.cz/.</p> <p><u>Březen–říjen 2020</u> Pravidelné společné úterní mapové tréninky v rozmanitých terénech Podkrkonošské oblasti (Mostek, Zámecký les, Mlázovice, Brusnice, Horní Javoří, Pecka, Dřevěnice, Konecchlumí, Vojice, Nová Paka, Brada, Jinolice, Kumburský Újezd, Holovousy, Chloumek, Martinice) se konaly pouze v měsíci červnu a září (celkem 9 tréninků). Tréninky byly připravovány s variantami tratí rozdílné náročnosti - pro zkušenější závodníky vrstevnice, mapy bez cest, koridory, švýcarská hra, náročnější okruhy, vyšší intenzita zátěže; méně zkušení - jednodušší okruhy, linie, důraz na čtení mapy, preferovaná bezchybnost před rychlostí). Závodníci měli možnost místo zrušených společných tréninků využívat systém individuální mapové přípravy https://or.ifire.cz/, kam bylo v průběhu roku vloženo 45 tréninků. Kvůli zrušené jarní sezóně byl přepracován plán tréninkové přípravy na podzimní část.</p> <p>Osm závodů Podkrkonošské ligy žactva (Velký Vřešťov – Hořice; Černý Důl – Vrchlabí; Lázně Bělá – Jičín; Hostinné – Trutnov; Martinice v Podkrkonoší – Jilemnice; Pecka – Nová Paka). Žebříčkový závod pro závodníky v kategoriích HD 10, HD 12 a HD 14.</p> <p><u>Červenec–srpen 2020</u> Individuální účast na několika prázdninových vícedenních závodech. Ve větším počtu se společnou organizací se členové SCD zúčastnili Pěkných prázdnin a Ceny východních Čech.</p>
-----------	---

	<p><u>27. července – 2. srpna 2020 (Jizerské hory)</u> Prázdninové mapové a turistické soustředění zaměřené na mapové techniky, příprava na podzimní závodní sezónu, základní orientační dovednosti. Bylo připraveno 12 tréninků na mapách Břízky, Karlov, Kanál, Vodní zámek a Bramberk. Ubytování a stravování v penzionu Pod Severákem.</p> <p><u>19. srpna – 23. srpna 2020 (Markoušovice)</u> Prázdninové mapové soustředění zaměřené na mapové techniky, příprava na podzimní závodní sezónu, základní orientační dovednosti. Bylo připraveno 9 tréninků na mapách Čížkovy kameny, Žaltman. Ubytování a stravování v Markoušovicích.</p> <p><u>Listopad 2020</u> Závěrečná schůzka trenérů SCD se z důvodu epidemiologických opatření nekonala. Vyhodnocení sezóny, zhodnocení činnosti a výsledků, diskuse o plánech na příští rok, projednání kalendáře akcí a zařazení svěřenců jednotlivých oddílů do SCD Podkrkonošské oblasti proběhlo mezi jednotlivými trenéry distančně online formou.</p>
--	---

10.	Vyhodnocení plnění hlavních cílů projektu
	<p><u>Hlavní cíl:</u> Zajištěním kvalitních tréninkových podmínek talentů ve věku 11-14 let zvýšit jejich výkonnostní růst a systematicky pokračovat v jejich tréninkové podpoře a rozvoji.</p> <ul style="list-style-type: none"> - splněno (omezení z důvodu epidemiologických opatření) <i>V červnu a září jsme pořádali pravidelné mapové tréninky v rozmanitých terénech, uspořádali jsme dvě kvalitní mapové soustředění. Umožnili jsme prostřednictvím portálu https://or.ifire.cz/ individuální mapovou přípravu. Výsledky členů v žebříčkových soutěžích ukazují, že u řady z nich došlo k výraznému výkonnostnímu růstu a aktivity SCD pomáhají jejich rozvoji.</i> <p><u>Dílčí cíle:</u></p> <ul style="list-style-type: none"> • provázat činnost oddílů v Podkrkonošské oblasti - cíl splněn, spolupráce zúčastněných oddílů probíhala na velmi dobré úrovni. • vyhledávat nové talenty v regionu - cíl splněn, během roku s námi začala trénovat řada nových dětí, které mají předpoklady k výkonnostnímu růstu a mohou být zařazeny do SCD pro příští rok. • umožnit všem závodníkům spolupráci s kvalifikovaným trenérem - cíl splněn, trénujeme společně a během tréninků děti mohou s trenéry konzultovat své výkony, na závěr tréninků se hodnotí jejich aktivita v lese, probíhají i rozbory postupů víkendových závodů, evidence tréninků. • rozvíjet fyzickou výkonnost závodníků (pravidelné testy fyzické připravenosti závodníků) - cíl splněn částečně, fyzické testy (běh 12 min., měřený terénní okruh, testy v tělocvičně - leh sedy, přeskok přes lavičku, shyby, skok do dálky z místa, hloubka předklonu) probíhají u každého oddílu individuálně a hromadné výsledky jsme dosud nesrovnávali.

	<ul style="list-style-type: none"> • získávat zkušenost v zajímavých tuzemských terénech a tím zlepšovat mapovou dovednost závodníků - cíl splněn částečně z důvodu omezené sezóny, různorodé terény Podkrkonošské oblasti (mapa Konecchlumí, map Opička, mapa Pecka, mapa Holubí vrch, mapa Vojice, mapa Přivýšina, mapa Zámecký les, mapa Chlum, mapa Valdov, mapa Rozkoš, mapa Dolní Javoří, mapa Javorek, mapa Hraběnka, mapa Hořický Chlum, mapa Gothard, mapa Bažantnice, mapa Cipísek aj.) byly využity při pravidelných úterních mapových trénincích a na portálu individuální mapové přípravy. Letní mapové soustředění v Jizerských horách probíhalo v kopcovitém horském lesním terénu s těžkou podložkou, kamenitými prudkými svahy s borůvkým a vysokou trávou. V Markoušovicích šlo o různorodý terén s rozmanitými podrosty s velmi dobrou i sníženou průběžností, časté kameny, kamenná a balvanová pole. • podporovat vybrané závodníky na celostátních soutěžích - cíl splněn částečně z důvodu omezené sezóny, nebyla možnost účastnit se závodů žebříčku B i jednotlivých mistrovství. Členové SCD a SCM se však úspěšně zapojili do Zimní olympiády dětí a mládeže. V dresech Libereckého kraje jsme měli 1 zástupkyni z řad SCD – Barboru Chrástovou. V dresech Královéhradeckého kraje jsme měli 3 zástupce – Sheilu Havrdovou, Elišku Čivrnou a Filipa Hanuše a Sheila si ze sprintového závodu přivezla bronzovou medaili a ze závodu na krátké trati pódiové umístění. • Udržovat a rozšiřovat základnu dětí a mládeže - cíl splněn částečně, v průběhu roku 4 členi SCD svou činnost ukončili, podařilo se však získat nové zájemce. • zvýšit počet A i B licencí - cíl splněn, počty licencí se zvýšily - o 6 licence A, o 13 licencí B. • úspěšně reprezentovat v oblastních soutěžích v orientačním běhu - cíl splněn, závodníci SCD se umísťovali na předních místech v oblastních soutěžích. V oblastním výběru žactva jsme měli 22 zástupců. • usnadnit přestup do dorosteneckých kategorií • cíl splněn, 4 závodníci přecházející do kategorie DH 16 získalo licenci A. V průběhu roku absolvovali i starty ve vyšší kategorii.
--	---

11.	Hodnocení projektu dle daných kritérií
	<ul style="list-style-type: none"> • sportovní výsledky závodníků zařazených do SCD v roce 2020, především získání licencí A a B - kritérium splněno, žáci se umísťovali na předních místech v oblastních soutěžích, ve východočeském žebříčku si vyběhli 7 A licence a 32 B licencí. • individuální zlepšení v mapové i fyzické připravenosti - kritérium splněno, u řady členů došlo k výkonnostnímu růstu. • počet zástupců v oblastním výběru žactva - kritérium splněno, v oblastním výběru žactva jsme měli 22 zástupců. • uspořádaná soustředění i samotné tréninky včetně účasti na nich - kritérium splněno částečně z důvodu omezené sezóny, uspořádali jsme 2 mapové soustředění, 9 pravidelných mapových tréninků a 6 závodů Podkrkonošské ligy žactva.

	<p>Díky portálu https://or.ifire.cz/ umožnili individuální mapovou přípravu. Účast na trénincích byla početná a velká část dětí se zúčastnila letních mapových soustředění.</p> <ul style="list-style-type: none"> • naplnění věcné části projektu SCD v roce 2020 - věcná část projektu SCD byla naplněna.
--	--

12.	Ekonomické vyhodnocení projektu		
	Projekt byl finančně zajištěn z příspěvku Nadace OB, klubů závodníků zařazených do SCD a částečně i samotnými účastníky jednotlivých akcí.		
	akce	Náklady celkem [tis. Kč]	Příspěvek Nadace OB [tis. Kč]
	Výjezdy na lyže (zasněžovaný okruh Vejsplachy, Vrchlabí)	2	0
	Mapové výjezdy, soutěže	30	12
	Vícedenní závody	4	0
	Prázdninová soustředění	40	25
	Režijní náklady SCD	1	0
	Celkem	77	37

13.	Informace o činnosti SCD
	Základní informace o činnosti SCD Podkrkonošské oblasti jsou prezentovány na internetové stránce http://scjicin.cz , případně na vlastních stránkách zúčastněných oddílů. Výsledky a úspěchy žáků byly také pravidelně prezentovány v místním periodiku "Nové noviny" a ve veřejných oddílových vývěškách.

14.	Předpokládaný další vývoj
	V provozování sportovního centra dětí v orientačním běhu Podkrkonošské oblasti bychom rádi pokračovali i v dalších letech. Zúčastněné oddíly mají zájem o další spolupráci. Prioritou by pro nás zůstaly společně pořádané pravidelné kvalitní mapové tréninky a mapová soustředění. Splněné cíle a výborné výsledky členů SCD nás pozitivně motivují pro další práci.

V Jičíně dne 27. 11. 2020

Radka Janků

Sportovní výsledky členů SCD v oblastních a celostátních soutěžích 2020

Jméno	Kat.	Registrace	VČP jaro	VČP podzim	Mistrovství oblasti spr. kt. klas.	ŽB Čechy	Družstvo MČR	Licence			
								2020	2021		
Dlabola Jakub	H14	SJC0602		18				B	B		
Vlach František	H14	SJC0603		14				B	B		
Havrdová Sheila	D14	SJC0750		4				B	A		
Ticháček Jakub	H14	SJC0704		17				B	B		
Vaníček Jan	H14	SJC0705		9				B	A		
Kopecký Matyáš	H14	SJC0702		11				B	B		
Malínská Nela	D14	SJC0651		17				B	B		
Pešek Ondřej	H12	SJC0600		10				B	B		
Havrdová Selina	D12	SJC0950		7					B		
Posolda Tomáš	H12	SJC0803		19				C	B		
Karásek Šimon	H12	SJC0802		39				C	C		
Vltavská Eliška	D12	SJC0850		21				C	B		
Tuma Lukáš	H12	SJC0803	MTBO								
Vyziblová Viktorie	D12	SJC0853		2				C	B		
Pleva Stanislav	H12	SJC0805						C	C		
Vlach Antonín	H12	SJC0903		13				C	B		
Čihák Jan	H14	HOR0601		4				B	A		
Škorpil Marek	H12	HOR0900		2					B		
Čihák Jakub	H12	HOR0901		11					B		
Bernard Mikuláš	H12	HOR0902		55					C		
Pavelec Michal	H12	NPA0801		12				B	B		
Šedivý Josef	H12	NPA0802		23				B	B		
Chocholáčová Ela	D14	NPA0651	ukončila činnost								
Plecháčová Marie	D14	NPA0652	ukončila činnost								
Budárek Šimon	H14	STH0703		12				B	B		
Hamáčková Šárka	D12	STH0852		45				C	C		
Chrátová Barbora	D12	STH0851		1				B	B		
Bulušková Barbora	D14	STH0750		39				C	C		
Pavlová Karolína	D14	STH0752		40				C	C		
Hamáčková Táňa	D14	STH0754		23				C	C		
Pochop Petr	H14	STH0704		22				C	C		
Horáček Dominik	H14	STH0600	ukončil činnost								
Lánský Jan	H14	STH0709						C	C		
Pochop Václav	H12	STH0902		47					C		
Šimková Lucie	D12	STH0951		15					B		
Lánská Adéla	D12	STH 0954							C		
Medunová Hana	D12	STH0955							C		
Meduna Ondřej	H14	STH0707						C	C		
Lánská Dagmar	D12	STH0952							C		

Malá Anežka	D14	JIL0751		10						B	B
Pitrmucová Lucie	D14	JIL0651		20						B	B
Matěáško Marek	H14	JIL0702		15						B	B
Třešňák Matěj	H14	JIL0701		2						B	A
Stach Ondřej	H14	JIL0602		6						B	A
Votoček Michal	H14	JIL0601		3						B	A
Votočková Amélie	D14	JIL0750		19						B	B
Kynčlová Anna	D12	JIL0851		8						B	B
Gottstein Matouš	H12	JIL0901		28							C
Spilka Petr	H12	JIL0803		41						C	C
Horák Vít	H12	JIL0801		48						C	C
Laštovková Jana	D12	JIL0803		17						C	B
Hanuš Filip	H14	VRL0604		1						B	A
Hanušová Markéta	D12	VRL0852		5						B	B
Čivrná Eliška	D12	VRL0851		14						B	B
Kutlvašrová Pavla	D12	VRL0951		3							B
Hančová Karolína	D12	VRL0952		4							B
Hanák Matěj	H14	LTU0701		26						B	B
Čapek Karel	H12	LTU0801		36						B	B
Kvášovský Filip	H12	LTU0902		9							B
Kobík Kryštof	H12	LTU0901		25							C
Brož Jindřich	H12	LTU0903		17							B
Hrůza Ondřej	H14	LTU0703		33						C	C
Kutáček Ondřej	H14	LTU0700		31						B	B
Závodná Zuzana	D14	LTU0750		34						C	C
Imříšková Natálie	D14	LTU0751		43						C	C
Potůčková Emílie	D14	LTU0752		41						C	C
Kynclová Andrea	D14	LTU0651	ukončila činnost								

Do výběru Východočeské oblasti bylo zařazeno **22** dětí (v tabulce zvýrazněni tučným písmem).

Zimní olympiády dětí a mládeže se zúčastnily **4** děti: Sheila Havrdová, Barbora Chrástová, Eliška Čivrná a Filip Hanuš.