

# **Závěrečná zpráva**

## **Sportovní centrum mládeže v orientačním běhu Královéhradeckého kraje**

### ***Název projektu:***

Sportovní centrum mládeže v orientačním běhu Královéhradeckého kraje

### ***Příjemce projektu***

OK99 Hradec Králové, Nezvalova 850, Hradec Králové 3, 500 03  
DIČ: 228 – 69153337

### ***Garant projektu***

Jiří Strnad, Librantice 89, 503 46 Třebechovice  
Tel. 602 166 205  
e-mail: [jist@tmapy.cz](mailto:jist@tmapy.cz)

### ***Hlavní cíle projektu***

- plynule navázat na činnost centra v minulém roce
- pravidelně podporovat všechny talenty v oblasti
- provázání činností velkých a malých oddílů
- 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

### ***Plnění realizačního plánu a časového harmonogramu***

Plán pro rok 2008:

- vyšetření u sportovního lékaře – duben
- březnové soustředění – skály
- zahraniční soustředění
- fyzické testy

- prázdninové mapové soustředění
- mapové výjezdy – průběžně
- závěrečná schůzka
- vyhodnocení a plán pro příští rok

Plnění:

Většina akcí proběhla přesně podle plánovaného harmonogramu. Z důvodu počasí došlo k drobným časovým posunům.

### ***Personální zajištění činnosti sportovního centra mládeže***

Vedoucí:

Strnad Jiří PHK

Trenéři:

Kamenický Jan PHK

Novotný Milan PHK

Potštejnský Jan SRK

Cichý David PHK

Jedlička Michal SHK

Stehnová Zuzana SHK

Organizační pracovnice:

Kubíčková Marcela PHK

## **Seznam závodníků zařazených do sportovního centra mládeže,**

D14/II	Novotná Markéta	PHK9451
D16/I	Kamenická Kateřina	PHK9353
	Fundová Eliška	SHK9351
	Reslová Hana	SRK9352
	Kulhavá Šárka	SRK9356
D16/II	Novotná Tereza	PHK9255
	Teplá Karolína	SHK9251
D18/I	Lamichová Martina	PHK9152
	Chmelařová Michaela	SHK9151
	Mervartová Kristýna	SHK9155
	Kosová Denisa	SRK9151
D18/II	Müllerová Věra	SRK9053
H16/I	Divecký František	SHK9301
	Provázek Jiří	SHK9302
	Světelský Jakub	SRK9302
H16/II	Mikulecký Jan	PHK9202
	Handl Jindřich	SRK9201
	Egrt Martin	SHK9203
	Kudera Daniel	SHK9208
	Maňák Matěj	PHK9302
	Smitka Jan	SHK9204
H18/I	Kamenický Jakub	PHK9104
	Kubát Pavel	PHK9101
	Chmelař Lukáš	SHK9102
	Stulík Matěj	SHK9101
H18/II	Zelenka Tomáš	PHK9001
	Ptáček Jiří	SRK9002

Vyřazení v průběhu roku : Světelský

- z důvodu neúčasti na prvních 3 akcích a celkovému nezájmu

## **Seznam akcí sportovního centra mládeže**

		<b>termín</b>	<b>účast</b>	<b>pozn.</b>
<b>1</b>	Úvodní sraz	Prosinec 2008	27 + 6	
<b>2</b>	Lékařské vyšetření		27	
<b>3</b>	Zahraniční soustředění	březen	22 + 5	
<b>4</b>	Skály - SAXBO	květen 2008	23 + 6	
<b>5</b>	Fyzické testy	Květen 2008	24+ 6	
<b>6</b>	Prázdninové soustředění	Srpen 2008	25 + 4	
<b>7</b>	Mapové výjezdy	celý rok 2008	27 + 5	
<b>8</b>	Závěrečná schůzka	říjen 2007	8	

- všichni závodníci mají platnou lékařskou prohlídku sportovního charakteru

## **Podrobnější vyhodnocení jednotlivých akcí sportovního centra mládeže;**

- v příloze jsou výsledky v požadovaném tvaru

### **Jednotlivé akce:**

#### 1. úvodní sraz

Proběhl ve třech termínech, na dvou místech (Hradec Králové, Rychnov nad Kněžnou), tak, aby se vyšlo vstříc lokalitě bydliště jednotlivých závodníků. Srazu se zúčastnili prakticky všichni členové centra. Závodníci byli seznámeni s programem centra v roce 2008, byly jim rozdány nominační listy a prodiskutováno rozdělení do skupin. Byl stanoveny standart vedení tréninkové evidence.

#### 2. 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. Parametrů získaných z výsledků lékařské prohlídky se vycházelo při zjištění optimální tepové frekvence pro jednotlivé druhy tréninku. Ostatní závodníci měli zajištěno základní sportovní vyšetření.

#### 3. Zahraniční soustředění – SPRING CUP

Bylo provedeno formou zájezdu na SPRING CUP v Dánska. Vedle účasti na klasických závodech (noční, klasika a štefety) proběhl ještě trénink. Navíc byl autobus doplněn bývalými členy našeho centra, kteří již v letošním roce nesplňovali věkovou hranici. Nicméně i oni přispěli k vysoké úrovni a konkurenci na jednotlivých trénincích.

#### 4. Skály, účast na SAXBU

Celkem 4-denní soustředění zaměřené na mapové tréninky v náročných skalnatých terénech. V závěru soustředění jsme z plného tréninku zúčastnili 2 závodů SAXBa. Tréninky splnily veškeré představy a pro rozhodující část sezóny dodaly potřebnou jistotu do těžkých terénů

#### 5. Fyzické testy

Proběhli ve dvou termínech na atletickém stadionu Spartaku Hradec Králové. Testu se zúčastnili prakticky všichni závodníci naše centra. Test běželi i ostatní závodníci místních oddílů. Většina závodníků zaběhla nejlepší výkony sezóny a jejich letošní maxima na dráze jsou uvedeny v příloze.

#### 6. Prázdninové soustředění

Bylo nakonec voleny formou zájezdu na mezinárodní závody na Slovensku, které se uskutečnily na Silické planině. Podařilo se mladým závodníkům odprezentovat jeden z druhů terénu, s kterým dosud nepřišli do styku.

#### 7. mapové výjezdy

Celkem proběhlo 10 mapových výjezdů do širokého okolí Hradce Králové a Rychnova nad Kněžnou. Na přípravě se podíleli všichni členové realizačního týmu, více než poloviny výjezdů se zúčastnili všichni členové centra. Každý z výjezdů měl minimálně 85 % obsazenost.

#### 8. Závěrečná schůzka trenérů

Proběhla v říjnu spolu s přípravou na žádost o finanční příspěvek na rok 2008

## ***Vyhodnocení plnění hlavních cílů projektu***

1. plynule navázat na činnost centra v minulém roce

**- splněno bez výhrad**

Podařilo se bez problémů navázat na práci z posledních 5 let. Vedení centra pokračovalo v ustáleném složení a systém práce i akcí byl velice podobný, jako v minulých letech.

2. pravidelně podporovat všechny talenty v oblasti

**- splněno bez výhrad**

Činnost centra probíhala po celý rok, pravidelně a byli osloveni všichni závodníci z oblasti působnosti centra s licenci A a větší počet s licenci 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 bezvýhradně.

3. 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 oddílu 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.

## ***Hodnocení projektu dle daných kritérií***

1. navýšení počtu licencí v sledované oblasti  
**- udrženo**

Došlo k udržení licencí A. Z původního počtu 20 závodníků s licencí A, je na konci roku 2008 jejich počet 19, tedy prakticky stejně.

2. zlepšení umístění jednotlivců výběru na ZŽ A, ZŽ B  
**- splněno bez výhrad**

Celkem 9 závodníků skončilo v celkovém hodnocení žebříčku A do 10. místa. Závodníci centra získali na Mistrovstvích České republiky v jednotlivcích 13 medailí, což je výrazné vylepšení loňských 10 medailí.

3. zajištění aktivně spolupracujících trenérů  
**- splněno bez výhrad**

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

4. splnění naplánovaných tréninkových ukazatelů  
**- splněno bez výhrad**

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

5. osobní pohovory s každým závodníkem o sezóně i výhledu na další roky  
**- splněno bez výhrad**

Průběžně plnili trenéři centra.

## ***Ekonomické vyhodnocení činnosti sportovního centra mládeže a použití příspěvku Nadace orientačního běhu***

Činnost centra byla finančně plně zajištěna v průběhu celého roku. Na příjmech se vedle příspěvku Nadace OB a oddílu OK99 podílel i Královehradecký kraj a samotní účastníci. Výdaje byly vynaloženy na jednotlivé akce, dle plánu a předběžného rozpočtu. Proti původnímu plánu byly jednotlivé položky rozpočtu kráceny z důvodu nepřiznání plné výše požadované částky (Nadace OB, Královehradecký kraji).

### **Zaokrouhlený hospodářský výsledek:**

(v tisících Kč)

			<b>Příspěvek nadace</b>
<b>Příjmy:</b>	<b>Nadace OB</b>	<b>60</b>	<b>60</b>
	<b>Kraj Královehradecký</b>	<b>50</b>	
	<b>OK99 Hradec Králové</b>	<b>80</b>	
	<b>Příspěvky členů centra</b>	<b>180</b>	
	-----		
	<b>CELKEM</b>	<b>370</b>	<b>60</b>
<b>Výdaje:</b>	<b>Lékařské vyšetření</b>	<b>28</b>	<b>28</b>
	<b>Fyzické testy</b>	<b>2</b>	
	<b>Soustředění zahraniční</b>	<b>170</b>	
	- ubytování	30	
	- doprava	100	
	- mapy, startovné	40	
	<b>Soustředění skály</b>	<b>40</b>	
	- mapy	4	
	- doprava	15	
	- ubytování	15	
	- startovné	6	
	<b>Prázdninové soustředění</b>	<b>90</b>	
	- ubytování	10	<b>10</b>
	- startovné	20	
	- doprava	60	
<b>Mapové výjezdy</b>	<b>40</b>	<b>22</b>	
- cca 11 x 4 tis.			
-----			
	<b>CELKEM</b>	<b>370</b>	<b>60</b>

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

Základní informace o činnosti Sportovního centra Královéhradeckého kraje jsou na webu pod adresou <http://ob.tmapserver.cz/scm/>. Vedle toho jsou s činností obeznámeni jak na Městském úřadě v Hradci Králové, tak i na Kraji Královéhradeckém. Na obou státních institucích je vždy i žádáno v drobných finančních programech o přidělení dalších prostředků na činnost centra. U Královéhradeckého kraje se nám každoročně této podpory dostává. Při této příležitosti se snažíme vždy v článcích v regionálním tisku i na webových stránkách o činnosti Sportovního centra Královéhradeckého kraje informovat, Zmiňujeme i podporu od Nadace OB.

## ***Předpokládaný další vývoj***

Po nastartování centra v roce 2004 je nutné pokračovat minimálně ještě několik let tak, aby byla umožněna cílená dlouholetá péče a vedení.

Předpokládáme zlepšení práce s mládeží v menších oddílech, zlepšení výkonnosti celé skupiny dorostu v oblasti (působení sportovních vzorů a zvýšení konkurence na závodech Vč.poháru). Jako konečný cíl předpokládáme zvýšení úrovně OB. Plánujeme v příštích letech další účast na zahraničních akcích, tak aby závodníci měli možnost od začátku svého vývoje rozvíjet svoji mapovou a běžeckou techniku v zahraničních terénech.

15.10.2008

Strnad Jiří, vedoucí centra

## Příloha 1:

			M ČR					žebříček		dráha		2008
			DT	NOB	KT	sprint	klas.	A	B			
Novotná Markéta	D14/II	PHK9451			12.	1.	5.	7.		11:55	A	
Kamenická Kateřina	D16/I	PHK9353		10.	14.				5.	11:54	A	
Fundová Eliška	D16/I	SHK9351			19.	18.	7.	10.		12:41	A	
Reslová Hana	D16/I	SRK9352				5.	17.	9.		11:58	A	
Kulhavá Šárka	D16/I	SRK9356							6.		B	
Novotná Tereza	D16/II	PHK9255				7.	2.	1.		10:26	A	
Teplá Karolína	D16/II	SHK9251	3.	1.	9.	4.	3.	3.		11:44	A	
Lamichová Martina	D18/I	PHK9152	8.	8.	16.	22.		23.		14:12	A	
Chmelařová Michaela	D18/I	SHK9151	28.	7.			23.	28.		14:30	B	
Mervartová Kristýna	D18/I	SHK9155	9.		13.	11.	10.	14.			A	
Kosová Denisa	D18/I	SRK9151			6.	1.	3.	2.		11:31	A	
Müllerová Věra	D18/II	SRK9053	1.		1.	2.	1.	1.		11:35	A	
Divecký František	H16/I	SHK9301							33.	12:50		
Provázek Jiří	H16/I	SHK9302			32.				18.	12:00	B	
Světelský Jakub	H16/I	SRK9302							N			
Mikulecký Jan	H16/II	PHK9202	35.		24.	19.	29.	20.			A	
Handl Jindřich	H16/II	SRK9201			18.	17.	31.	12.		10:53	A	
Egrt Martin	H16/II	SHK9203		15.	34.				25.	20:33	B	
Kudera Daniel	H16/II	SHK9208			16.		46.		6.	11:49	A	
Maňák Matěj	H16/II	PHK9302			15.		32.		2.	11:15	A	
Smitka Jan	H16/II	SHK9204			14.		27.		5.	11:15	A	
Kamenický Jakub	H18/I	PHK9104	6.	6.	21.	12.	D	16.		17:02	A	
Kubát Pavel	H18/I	PHK9101	1.	4.	5.	5.	3.	1.		17:12	A	
Chmelař Lukáš	H18/I	SHK9102			D	D						
Stulík Matěj	H18/I	SHK9101				16.	39.	31.		18:34	B	
Zelenka Tomáš	H18/II	PHK9001	30.		17.	10.	29.	25.		10:40	A	
Ptáček Jiří	H18/II	SRK9002			D	27.	10.	6.		17:38	A	

licence A 19

licence B 5

### MED:

		sprint	klas.	štafet.	KT
Novotná Tereza	D16	1.	25.	5.	
Teplá Karolína	D16	10.	20.		
Kosová Denisa	D18	13.	11.	3.	
Mullerová Věra	D18	19.	12.	3.	
Kubát Pavel	H18	27.	27.	8.	

### JMS:

Novotná Tereza D16 6. 91. 8. 24. v B

		PHK	SHK	SRK
MČR - štafety	D18	4.	5.	3.
	H18	2.	15.	20.

MČR - družstva dorost 6. 7. D