

Sportovní centrum mládeže v orientačním běhu Moravskoslezské oblasti

ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA 2019

**Provozování Sportovního centra mládeže v OB
Moravskoslezské oblasti
za rok 2019**

Třinec, listopad 2019

OBSAH

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

Sportovní centrum mládeže v orientačním běhu Moravskoslezské oblasti

1. Název projektu

Sportovní centrum mládeže v orientačním běhu Moravskoslezské oblasti pro rok 2019.

2. Příjemce projektu

Název instituce: Moravskoslezský krajský svaz ČSOS

Sídlo sdružení: Vítkovická 3083/1, Moravská Ostrava, 702 00 Ostrava

IČO: 04995937

Číslo účtu: 2600989552/2010

Zastoupenou: Ing. Milan Binčík, předseda Moravskoslezského krajského svazu ČSOS

3. Garant projektu

Martin Kovařík (šéftrenér SCM), člen klubu OK SILESIA z.s.

Adresa: Palackého 433, 739 61 Třinec,

tel. 777 282624, email: mkove@seznam.cz

4. Jmenný seznam zařazených závodníků ve věku 15 – 18 roků

	Jméno	Kategorie	Registrace	Licence 2020	Poznámka
1.	Lucie Hájková	D16	SOP0350	C	dlouhodobě zraněna
2.	Teresa Mrózek	D18	TRI0251	A	
3.	Hana Bernatíková	D18	TRI0253	B	
4.	Lenka Poláková	D18	SOP0151	B	
5.	Kateřina Warcopová	D18	TRI0150	B	
6.	Marek Bialožyt	H16	TRI0301	B	
7.	Michal Bjolek	H16	BFM0305	A	
8.	Radek Peňáz	H16	VRB0313	B	LOB, klasické lyž.
9.	Vít Matuš	H18	VRB0202	B	
10.	Erik Tuharský	H18	TRI0100	B	
11.	Romana Haltofová	D16	TRI0451	C	zraněna
12.	Petra Bruková	D16	TRI0450	B	
13.	Veronika Procnerová	D16	BFM0453	C	
14.	Vendula Rybková	D16	TRI0453	B	
15.	Tomáš Kovařík	H16	SIT0401	B	
16.	Pawel Mrózek	H16	TRI0401	B	
17.	Jakub Krupa	H16	TRI0404	B	
18.	Tomáš Malý	H16	VRB0414	B	
19.	Radomír Mielec	H16	AOV0301	B	
20.	Vojtěch Peňáz	H16	VRB0303	C	LOB, klasické lyž.
21.	Rostislav Sliž	H16	TRI0302	B	
22.	Marek Haltof	H18	TRI0200	A	

5. Hlavní cíle projektu

Pracovat s mládeží Moravskoslezské oblasti v orientačním běhu, zvyšovat fyzickou a hlavně mapovou zdatnost závodníků a upevňovat jejich správné návyky v OB. Naším cílem je poskytnout mládeži srovnatelné podmínky, aby mohla konkurovat ostatním závodníkům z ČR.

DÍLČÍ CÍLE:

- vyhledávat talenty v regionu centra mládeže a výběr členů SCM MSO
- zapojit talentované závodníky do pravidelné běžecké a mapové přípravy
- uspořádat mapová soustředění + tréninky
- zajistit sportovní lékařské prohlídky
- zabezpečit trenérskou konzultaci členům SCM a případně jejich vedení
- získat (udržet) 75% licencí A
- ze ŽBM získat 3 licence A
- v celkovém hodnocení žebříčku A 2 závodníci do 15. místa

6. Plnění realizačního plánu a časového harmonogramu

Průběžná celoroční činnost:

- mapová a fyzická příprava závodníků na soustředěních SCM a jejich technické zabezpečení.

Pro jednotlivé členy SCM nebyly vypracovávány jednotné plány, každý člen svoji přípravu plánoval s osobním, případně oddílovým trenérem.

Časový harmonogram uskutečněných akcí:

	Termín	Akce	Místo	Náplň	Počet osob
1.	4. - 6. 1.	TK Vracov	Vracov	Mapové tréninky a základní techniky OB	17+7
2.	2. - 3. 2.	Víkendovka Olomoucko	Olomoucko	Mapové tréninky a základní techniky OB	13+4
3.	15. - 17. 3.	TK Zlínsko	Zlínsko	Mapové tréninky a základní techniky OB	15+4
4.	19. - 22. 4.	TK Česká Kanada (velikonoční)	Staré Město pod Landštejnem	Mapové tréninky a základní techniky OB	17+6
5.	1. 5.	Testy dráha	Český Těšín	Testy na dráze	17+5

Na akce jezdili závodníci těchto oddílů: AOV (1), BFM (2), SOP (2), SIT (2), TRI (10), VRB (1). Bohužel v oblasti není mnoho oddílů, které se věnují mládeži a dorostenců je velmi málo.

7. Personální zajištění činnosti sportovního centra

Hlavním organizátorem akcí je šéftrenér SCM (Martin Kovařík), který připravuje všechny tréninky. Všichni níže uvedení trenéři se podílejí na hladkém průběhu tréninků na soustředění. Jmenný seznam trenérů:

	Jméno	Trenérská licence	Oddílová registrace	e-mail, telefon
1.	Martin Kovařík	T3	SIT7701	mkove@seznam.cz , 777282624
2.	Mgr. Mária Kovaříková	T2	SIT6951	maria.kovarik@centrum.cz , 774171619
3.	Ing. Jiří Tesař		AOP6702	tesar@transexpress.cz , 608718019
4.	Anna Gavendová	T2	TRI4650	AnnaGavendova@seznam.cz 608460287
5.	Pavel Štětínský	T3	MOV7104	stetinsky@email.cz , 604569405
6.	Ing. Martin Hájek	T3	KYL6801	mt.hajek@seznam.cz , 608711834
7.	Ing. Miroslav Bialožyt	T3	TRI5701	mirek.luke@tiscali.cz , 602265742
8.	Mgr. Jana Bíčánková	T3	SIT7551	JBicankova@seznam.cz , 777497830

8. Vyhodnocení jednotlivých akcí

1. TK VRACOV

Termín: 4. - 6. 1. 2019 Místo: Vracov

- soustředění v rámci společné akce TSM Valašsko a TSM MSK pod vedením RT Valašsko
- trénink: 4 fáze - NOB, KOMBOTech, HAGABY, MIDDLE, rozborů tréninků s GPS
- mapy: Vracov a Jezírka obě 1:10 000, E=2,5m
- počet osob 17 + 7 RT
- ubytování ubytovna Vracov, stravování DDM Vracov

2. Víkendovka OLOMOUCKO

Termín: 2. - 3. 2. 2019 Místo: Náměšť na Hané, Hranice-Rybáře, Bohuňovice

- trénink: 4 fáze - KOMBOTech, HROMAŘÁK, VRSTEVNICOVKA, MIDDLE
- regenerace Bohuňovice - bazény v centru zdraví
- mapa: Náměšť na Hané a Šimonka obě 1:10 000, E=5m
- počet osob 13 + 4 RT
- ubytování Bohuňovice - centrum zdraví

3. TK ZLÍNSKO

Termín: 15. - 17. 3. 2019 Místo: Zlín, Otrokovice

- trénink: 6 fází - KOMBOTech, SPRINTOVÉ INTERVALY, DLOUHÉ POSTUPY, NOB, VRSTEVNICOVKA, HROMAŘÁK, teorie
- mapy: Zlínské paseky (Kocanda, Žleby), Vršava, Šternberk-cihelna, Baťov
- vše 1:10 000, E=5m, Zlín-Jižní Svahy 1:4000, E=2,5m
- počet osob 15 + 4 RT
- ubytování Otrokovice-Domov mládeže SPŠ, stravování Pizzeria Vassallo

4. TK ČESKÁ KANADA - velikonoční

Termín: 19. - 22. 4. 2019 Místo: Staré Město pod Landštejnem

- trénink: 6 fází – SEZNAMOVÁK (sudá-lichá, scorelauf), NOB, OKRUHY, KOMBOTech, ŠTAFETY, VELIKONOČNÍ PŘEKVAPENÍ, rozborů
- cvičení s fyzioterapeutkou, VÝLET - turistika na zřícenině hradu, společenský večer
- mapy: Landštejn, Pেকেlec, Graselova sluj, Šibeník vše 1:10 000, E=5m
- počet osob 17 + 6 RT
- ubytování a stravování RS Cyklocamp pod Landštejnem

5. TESTY ČESKÝ TĚŠÍN

Termín: 1. 5. 2019 Místo: Český Těšín, atletická stadión Na Frýdecké

Povrch: tartan Počasí: jasno, 13-15 °C

V neděli 1. 5. se uskutečnily pravidelné testy na dráze. Zúčastnilo se 17 mladých závodníků z řad dorostu. Všichni běželi 3000 m.

9. Vyhodnocení plnění hlavních cílů projektu

Hlavní cíl projektu:

Pracovat s mládeží Moravskoslezské oblasti v orientačním běhu, zvyšovat fyzickou a hlavně mapovou zdatnost závodníků a upevňovat jejich správné návyky v OB. Naším cílem je poskytnout mládeži srovnatelné podmínky, aby mohla konkurovat ostatním závodníkům z ČR - **splněno**.

Snažíme se umožnit dorostencům a dorostenkám nadstavbu nad jejich klubové aktivity v rámci společných soustředění v různých terénech a při spoustě mapových trénincích, upevnit jejich dovednosti. Je to hodně o práci a přístupu jednotlivých závodníků, zda se chtějí, a hlavně zda proto něco dělají, aby se zlepšili.

Dílčí cíle projektu:

1. Vyhledávat talenty v regionu centra mládeže a výběr členů SCM MSO - splněno

Do SCM byli vybráni všichni talentovaní dorostenci v oblasti, kteří splňují podmínky, bohužel ne všichni se zúčastňovali akcí. Akcí se zúčastňovali i závodníci, kteří nesplňují podmínky Nadace OB (neměli licenci A, běhali kat. DH18), ale svou pílí a tréninkovým úsilím na sobě pracují, a i výsledkově to není špatné. Nikdo nový se neobjevil.

2. Zapojit talentované závodníky do pravidelné běžecké a mapové přípravy - splněno

Kvalitní mapová příprava byla poskytnuta na soustředěních a trénincích všem členům, kteří se akcí zúčastňovali. Co se týká běžecké přípravy, to je většinou otázka osobních trenérů a oddílů. V rámci SCM proběhl pravidelný test na dráze. Bohužel by to chtělo u dorostenců a dorostenek, aby více trénovali....

3. Uspořádat mapová soustředění + tréninky - splněno

Plánovaná mapová soustředění proběhla (Vracov, Olomoucko, Zlínsko, Česká Kanada).

Na poslední chvíli jsme měnili akorát místo velikonočního soustředění. Místo domluvené Sklářny jsme jeli nakonec do lesů České Kanady.

Mimo to proběhly ještě zahraniční soustředění v Maďarsku. Na soustředěních se uskutečnilo spoustu různých mapových tréninků, zaměřených na různé orientační techniky i pestrost terénů a map byla velká.

4. Zajištění sportovních lékařských prohlídek - splněno částečně

Sportovní lékařské prohlídky - zájemci z řad členů TSM.

5. Trenérská konzultace členů SCM a případně jejich vedení - splněno částečně

Rozbory tréninků (postupů) byly prováděny na soustředěních. Na prvním soustředění ve Vracově byly provedeny ještě motivační pohovory. Jinak, co se týká trenérské konzultace, tak závodníci mají své oddílové a osobní trenéry.

6. Získání (udržení) 75% licencí „A” - nesplněno

Letos bohužel většina závodníků licenci A ztratila, udržela ji pouze Teresa Mrózek.

Někteří závodníci s licenci A nejezdili ani na celostátní závody - Bjolek M. (chtěl jezdit pouze na ŽBM a krajské závody), Peňáz R. (OB pouze doplňkově, věnuje se LOBu a klasickému lyžování). Těsně licence A unikla Bernatíkové Hance o 1 místo.

7. Získání ze ŽBM 3 licence A - nesplněno

Licenci A ze ŽBM získal Marek Haltof za 2.místo v H18, dále už výše zmiňovaný Michal Bjolek H16 za 4.místo. Těsně licence A unikla Brukové Petře v D16 5.místo, dále klukům v H16 Krupa Jakub, Mrózek Pawel, Kovařík Tomáš 6. - 8. místo.

8. V celkovém hodnocení žebříčku A, 2 závodníci do 15. místa - nesplněno

Letos toto kritérium nebylo splněno. Nejlépe si vedla Mrózek Teresa v D18 skončila 18. Bohužel ti, co v minulosti dosahovali velmi dobrých výsledků, tak letos spíše sezónu vynechali, z důvodu školy (maturit) nebo zahraniční pobyt, ztráta motivace.

10. Hodnocení projektu dle daných kritérií

V rámci SCM se podařilo podchytit mladé závodníky z oddílů Moravskoslezské oblasti ve věku 15-18 let splňující kritéria Nadace OB pro zařazení do SCM a zapojit je do tréninků na soustředěních, mimo to i další dorostence a dorostenky, u kterých byla chuť na sobě pracovat.

- sportovní výsledky závodníků zařazených do SCM v roce 2019, umístění v ŽA, v ŽB v a na MČR - splněno

V letošním roce nezískal medaili nikdo. Smutné je, že i dost závodníků se ani MČR nezúčastnila, i když měla třeba právo startu. Nejlepších umístění dosahovala v D18 Teresa Mrózek.

V ŽB Morava se dařilo Marku Haltofovi 2.místo v H18 a Martinu Kovaříkovi 6.místo. V kategorii D16 Petra Bruková 5.místo, Vendy Rybková 9.místo. Kluci v H16 Michal Bjolek 4. místo, Jakub Krupa 6.místo, Pawel Mrózek 7.místo, Tomáš Kovařík 8.místo.

Co se týká jednotlivých závodů žebříčku A, tak 2x10.místo Teresa Mrózek.

V jednotlivých závodech žebříčku B - dívky v D16: 1x 1.místo Vendy Rybková, 2x 2.místo Petra Bruková, 1x 3.místo Romana Haltofová (jinak zraněna)

kluci v H16: 1x 1.místo Tomáš Kovařík, 2x 2.místo Michal Bjolek, 1x 3.místo Pawel Mrózek a Jakub Krupa, dále Radek Peňáz 1x 2. a 3. místo (startoval pouze na 2 závodech)

kluci v H18: Marek Haltof 2x 1.místo a 3x 2.místo, Martin Kovařík 1x 3.místo

- uspořádaná soustředění a výsledky na soustředěních - splněno

Plánovaná mapová soustředění proběhla (Vracov, Olomoucko, Zlínsko, Česká Kanada).

Na poslední chvíli jsme měnili akorát místo velikonočního soustředění. Místo domluvené Sklářny jsme jeli nakonec do lesů České Kanady.

Na soustředěních se uskutečnilo spousta mapových tréninků zaměřených na různé orientační techniky. Pestrost terénů a map byla velká.

- individuální vývoj v běžecké a mapové přípravě jednotlivých závodníků zařazených do SCM v roce 2019 - splněno

U trénujících jedinců došlo ke zlepšení. Fyzická příprava závodníků je hlavně na osobních, případně oddílových trenérech. Co se týká mapové přípravy, tak u některých jde vidět zlepšení a upevnění navigačních technik, ale jsou tam pořád i mezery. Snažili jsme se, aby soustředění byla pestrá a v různých terénech, což se podařilo.

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

Co se týká ekonomiky (účetnictví) SCM zařazené do grantu NADACE OB, tak údaje (položky) jsou následující:

Příjmy:	celkové	82.100,-Kč	
-	SCM - NADACE OB	30.000,-Kč	
-	TK Vracov	14.200,-Kč	
-	Víkendovka Olomoucko	3.300,-Kč	
-	TK Zlínsko	13.400,-Kč	
-	TK Česká Kanada	21.200,-Kč	
Výdaje:	celkové	82.100,-Kč	
TK Vracov		19.960,-Kč	(z Nadace OB - 5.760,-Kč)
-	cestovné TK Vracov	4.980,-Kč	
-	ubytování TK Vracov	6.340,-Kč	
-	stravování TK Vracov	7.480,-Kč	
-	mapy	1.160,-Kč	
Víkendovka Olomoucko		4.400,-Kč	(z Nadace OB - 1.800,-Kč)
-	cestovné Olomoucko	1.800,-Kč	
-	ubytování Olomoucko	2.600,-Kč	
TK Zlínsko		15.930,-Kč	(z Nadace OB - 3.750,-Kč)
-	cestovné TK Zlínsko	3.750,-Kč	
-	ubytování TK Zlínsko	5.600,-Kč	
-	stravování TK Zlínsko	6.580,-Kč	
TK Česká Kanada		37.590,-Kč	(z Nadace OB - 18.690,-Kč)
-	cestovné TK Česká Kanada	9.000,-Kč	
-	ubytování, str. TK Česká Kanada	28.590,-Kč	
tisk map		4.220,-Kč	

Všechny finance z grantu jsme vyčerpali. Splnili jsme podmínku Nadace OB. Vedle poskytnutého nadačního příspěvku jsme sami vložili na předmět projektu nejméně 100% finančních prostředků z výše poskytnutého grantu. Náš vlastní celkový vklad činil 52.100,-Kč a z grantu bylo čerpáno 30.000,-Kč. Veškeré účetnictví je u Moravskoslezského krajského svazu ČSOS. S účetnictvím bylo samozřejmě seznámeno předsednictvo MSKS ČSOS

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

SCM MSO má internetové stránky s adresou: <http://www.msk-os-mladez.cz/>

Zde jsou zveřejněny základní údaje a informace pro členy a jejich trenéry.

13. Předpokládaný další vývoj

Dosavadní činnost SCM Moravskoslezské oblasti prokázala svoji opodstatněnost. I při malém počtu dorostenců v oblasti se podařilo vytvořit skupinu dorostenců, která se pravidelně zúčastňovala. Je zapotřebí se hlavně zaměřit na postupné doplňování členů SCM z řad SCD, případně nových talentů. Umožnit jim mapová soustředění v různých kvalitních terénech v tuzemsku a v zahraničí.

V Třinci dne 24. listopadu 2019

Podpis řešitele projektu:
Martin Kovařík

Sportovní centrum mládeže v orientačním běhu Moravskoslezské oblasti

Příloha č. 1

PŘEHLED VÝSLEDKŮ SCM 2019:

1/ MSJ: nikdo Sprint Middle Klasika Štafety

2/ MED: nikdo Sprint Klasika Štafety

3/ Mistrovství ČR:

		sprint	KT	klas.	NOB	ŽA	ŽB	dráha	licence 2020
Petra Bruková	16/1	-	34.	29.	-	-	5.	13,05	B
Romana Haltofová	16/1	-	-	-	-	-	20.*	13,42	C
Veronika Procnerová	16/1	-	-	-	-	-	18.*	13,52	C
Vendula Rybková	16/1	31.	48.	36.	-	-	9.	13,18	B
Lucie Hájková	16/2	-	-	-	-	-	-	-	C
Teresa Mrózek	18/1	13.	-	18.	15.	18.	-	12,00	A
Hana Bernatíková	18/1	25.	31.	30.	35.	26	-	-	B
Lenka Poláková	18/2	-	-	-	-	45.*	-	-	B
Kateřina Warcopová	18/2	42.	35.	37.	38.	36.	-	13,47	B
Tomáš Kovařík	16/1	-	49.	-	-	-	8.	-	B
Jakub Krupa	16/1	36.	58.	48.	-	-	7.	10,56	B
Tomáš Malý	16/1	-	-	-	-	-	20.	13,12	B
Pawel Mrózek	16/1	-	64.	46.	43.	-	6.	11,23	B
Marek Bialožyt	16/2	-	53.	54.	disk	29.	-	10,39	B
Michal Bjolek	16/2	-	-	-	-	-	4.	11,00	A
Radomír Mielec	16/2	-	-	-	47.	-	-	-	B
Radek Peňáz	16/2	-	61.	-	-	-	21.*	-	B
Vojtěch Peňáz	16/2	-	41.	-	-	-	24.*	-	C
Rostislav Sliž	16/2	-	-	-	-	-	15.	10,52	B
Marek Haltof	18/1	-	52.	-	24.	-	2.	10,47	A
Vít Matuš	18/1	25.	41.	-	17.	35.*	-	10,32	B
Erik Tuharský	18/2	37.	-	43.	38.	31.	-	10,17	B
Martin Kovařík	18/2	47.	29.	25.	19.	-	6.	11,02	B

4/ Štafety - MČR:

dorostenky:
20. TRI

dorostenci:
18. TRI
30. SIT

Sprintové štafety - MČR:

TRI disk

5/ Družstva - MČR:

15. TRI

Pozn. Někteří závodníci nemají dostatečný počet závodů, které se počítaly do žebříčku (*).