



Závěrečná zpráva

SPORTOVNÍ CENTRUM DĚTÍ V ORIENTAČNÍM BĚHU

při OK DOBŘÍŠ

V Dobříši, 23. listopadu 2016

Obsah

1. Název projektu
2. Příjemce projektu
3. Garant projektu
4. Seznam zařazených talentů do sportovního centra, s vyznačením získaných licencí A, B, případě vyřazení závodníků ze sportovního centra sdělit důvod vyřazení
5. Hlavní cíle projektu
6. Plnění realizačního plánu a časového harmonogramu
7. Personální zajištění činnosti sportovního centra dětí
8. Seznam akcí sportovního centra dětí
9. Tabulka výsledků zařazených závodníků
10. Vyhodnocení plnění hlavních cílů projektu
11. Hodnocení projektu dle daných kritérií
12. Ekonomické hodnocení činnosti sportovního centra dětí
13. Informace o činnosti v médiích
14. Předpokládaný další vývoj

1. Název projektu

Sportovní centrum dětí při OK Dobříš, z. s.

2. Příjemce projektu

OK Dobříš, z. s., oddíl sportů v přírodě, Západní 1749, 263 01 Dobříš
IČO: 22878491

3. Garant projektu

Kamil Arnošt, vedoucí trenér klubu

4. Seznam zařazených talentů do sportovního centra, s vyznačením získaných licencí A, B

	Jméno	Kategorie	Registrace	Licence z 2015	Licence z 2016
1.	Dudla Max	H14	DOR0200	B	C
2.	Kastnerová Jessica	D14	DOR0250	B	B
3.	Kučera Jáchym	H14	DOR0301	B	B
4.	Jirasová Anežka	D14	DOR0350	B	B
5.	Nentvichová Julie	D14	DOR0351	B	B
6.	Janda Jakub	H12	DOR0403	B	B
7.	Snížek Martin	H12	DOR0405	B	B
8.	Arnoštová Veronika	D12	DOR0455	B	B
9.	Kroc Kryštof	H14	DOR0201	C	C
10.	Hamet Petr	H14	DOR0202	C	-
11.	Cvrček Adam	H14	DOR0204	C	C
12.	Hronza Jakub	H14	DOR0300	C	-
13.	Nigrin Matouš	H14	DOR0303	C	-
14.	Baštová Julie	D14	DOR0353	C	C
15.	Dudla Teodor	H12	DOR0401	C	C
16.	Snížek Ondřej	H12	DOR0406	C	B
17.	Španěl Vojtěch	H12	DOR0407	C	C
18.	Vlašáná Michaela	D12	DOR0452	C	C
19.	Lorencová Jana	D12	DOR0454	C	C
20.	Neubauerová Anna	D12	DOR0456	C	C
21.	Hronza Štěpán	H12	DOR0501	C	-
22.	Nový Jáchym	H12	DOR0502	C	C
23.	Jiras Jan	H12	DOR0505	C	B

24.	Španěl Benedikt	H12	DOR0508	C	C
-----	-----------------	-----	---------	---	---

Hodnocení:

Z předcházející sezóny měli členové SCD vyběhnuto 8 licencí B, v roce 2016 si licenci B vyběhlo 9 dětí, z toho 7 dětí si lic. B svými letošními výsledky potvrdilo a 2 děti získaly lic. B úplně poprvé. Licenci A nezískal nikdo, pouze 5 dětí bylo ale druhým rokem v kat. HD14, kde je pro získání lic. A větší předpoklad.

Petr Hamet, Matouš Nigrin, Jakub Hronza a Štěpán Hronza byli v průběhu roku z SCD vzhledem k nezájmu a pasivitě vyřazeni.

5. Hlavní cíle projektu

Cílem projektu je posunout přípravu talentovaných dětí v kategoriích HD12 – 14 na kvalitativně vyšší úroveň (fyzická i mapová náročnost) a připravit je na úspěšné působení v celostátních závodech v kategorii dorostu.

Dílčí cíle:

- Organizace mapových tréninků s vyšší technickou náročností
- Organizace mapových soustředění v nových, technicky náročnějších terénech
- Rozvoj běžecké kapacity dětí, zejména v terénu, a její pravidelné testování
- Pravidelná účast na závodech středočeské oblasti a závodech ŽB Čechy (pro HD14 s licencí B)
- Nominace nejlepších dětí do sestavy a akcí středočeského výběru OB

Konkrétní měřitelné cíle:

- Účast členů SCD na závodech oblastního žebříčku – dostatečná účast pro hodnocení v celkovém pořadí jarní nebo podzimní části žebříčku
- Účast členů SCD na fyzických testech (terénní okruh v délce cca 1 km) – min. 2x/rok
- Min. 10 členů SCD získá v roce 2016 licenci A nebo B
- Min. 8 členů SCD bude na základě svých výsledků nominováno do krajského výběru na MČR družstev

6. Plnění realizačního plánu a časového harmonogramu

- | | |
|---|----------------|
| 1. Výběr členů SCD OK Dobříš | leden 2016 |
| 2. Zimní příprava (tělocvična, noční OB tréninky, mapová teorie, lyžařské soustředění Šumava) | leden – březen |

3. Přípravná soustředění na jarní sezónu (3 akce)	březen – květen
4. Jarní závodní období v OB	duben – červen
5. Letní závody a soustředění (příprava na podzimní sezónu)	červenec – srpen
6. Podzimní závodní období v OB	září – listopad
7. Vyhodnocení činnosti družstva	listopad 2016

Výběr hlavních akcí s podporou SCD:

Termín	Charakteristika akce	Účast
leden	Zimní soustředění: běžky, mapová teorie, Šumava	všichni
březen	Příměstské mapové soustředění	všichni
březen	Velikonoční mapové soustředění	všichni
květen	Mapové soustředění před ŽB, mapově náročnější terény	HD14
srpen	Letní soustředění před podzimní sezónou, skály (zaměření na finále ŽB a MČR družstev)	všichni

Hodnocení: Realizační plán SCD byl splněn dle plánu, z časových důvodů jsme nerealizovali pouze květnové mapové soustředění, pro které nebyl k dispozici vhodný termín. Soustředění cílené na podzimní sezónu se uskutečnilo začátkem září. Během sezóny jsme do programu zařadili i účast na vybraných žákovských štafetách, abychom získali specifické zkušenosti ze štafetových závodů.

7. Personální zajištění činnosti SCD pro rok 2016

Vedoucí SCD: Kamil Arnošt

Ostatní trenéři: Martin Bambousek, Martina Bochenková, Jana Bochenková, Jana Nová, Kateřina Arnoštová

8. Seznam akcí sportovního centra dětí

akce	hodnocení akce	počet dětí	počet trenérů
Zimní soustředění	Přípravné soustředění, trénink fyzické kondice, mapové teorie, motivace na novou sezónu.	19	6
Příměstské mapové soustředění	Rozběhávací soustředění na začátku nové sezóny. Nové terény, náročnější mapy. Menší účast, kolize se zimními dovolenými.	8	2
Velikonoční soustředění	Soustředění v náročných skalních terénech (Doksy). Rozvoj mapové techniky, příprava na náročnější závody ŽB.	14	6
Štafety Klacky Open	Společná účast na krajských štafetových závodech, získání zkušeností ze štafet a	15	5

	podpora týmového ducha.		
Soustředění k podzimní sezóně	Soustředění zaměřené na MČR družstev (skály), účast omezená na nominované na MČR.	6	2
Krajské žákovské štafety	Společná účast na krajských štafetových závodech, získání zkušeností ze štafet a podpora týmového ducha.	14	4

9. Přehled výsledků zařazených závodníků

Příjmení a jméno	Kategorie	obl. ž. jaro	obl. ž. podzim	ŽB	Nominace MČR dr.	Získaná licence	Čas XC okruh
Arnoštová Veronika	D12	4.	9.	-	ano	B	6:31
Lorencová Jana	D12	12.	26.	-	-	-	11:08
Neubauerová Anna	D12	-	18.	-	-	-	6:33
Vlašáná Michaela	D12	13.	13.	-	-	-	6:38
Dudla Teodor	H12	19.	20.	-	-	-	6:32
Janda Jakub	H12	2.	11.	-	ano	B	5:08
Jiras Jenda	H12	7.	2.	-	ano	B	-
Nový Jáchym	H12	10.	16.	-	-	-	-
Snížek Martin	H12	9.	4.	-	ano	B	5:54
Snížek Ondřej	H12	8.	8.	-	ano	B	6:14
Španěl Benedikt	H12	-	-	-	-	-	6:30
Španěl Vojtěch	H12	-	-	-	-	-	6:22
Baštová Julie	D14	16.	9.	-	-	-	5:48
Jirasová Anežka	D14	7.	-	54.		B	-
Kastnerová Jessica	D14	3.	3.	35.	ano	B	6:18
Nentvichová Julie	D14	4.	5.	40.	ano	B	5:47
Cvrček Adam	H14	15.	16.	-	-	-	5:26
Dudla Max	H14	11.	-	-	-	-	5:26
Kroc Kryštof	H14	14.	-	-	-	-	-
Kučera Jáchym	H14	5.	1.	36.	ano	B	4:36

Pozn.: Petr Hamet, Matouš Nigrin, Jakub Hronza a Štěpán Hronza byli během roku pro nezájem a pasivitu vyřazeni z SCD, v hodnocení už nejsou zahrnuti.

Celkový počet závodníků hodnocených v krajském žebříčku:

- Středočeský krajský žebříček – jaro: D12 - 20, H12 - 24, D14 - 20, H14 - 23
- Středočeský krajský žebříček – podzim: D12 - 27, H12 - 22, D14 - 16, H14 - 18

Výsledky v podzimním žebříčku byly u několika závodníků ovlivněné tím, že některé závody už absolvovali ve vyšší kategorii.

10. Vyhodnocení plnění hlavních cílů projektu

Cíl: posunout přípravu talentovaných dětí v kategoriích HD12 – 14 na kvalitativně vyšší úroveň (fyzická i mapová náročnost) a připravit je na úspěšné působení v celostátních závodech v kategorii dorostu.

Hodnocení: U nejlepších a nejaktivnějších dětí byl cíl splněn. Tyto děti zlepšily své výkony při srovnání se svými soupeři v rámci kraje a mají předpoklady, aby v budoucnu uspěly i v dorosteneckých kategoriích. U méně aktivních dětí se projevuje menší snaha a nedostatek času věnovaného OB (ať už z důvodů rodinných či více ne/sportovních aktivit). Tyto děti se tak v menší míře účastnily akcí SCD, což se projevilo i na výsledcích během sezóny.

11. Hodnocení projektu dle daných kritérií

Konkrétní měřitelné cíle stanovené pro rok 2016:

- Účast členů SCD na závodech oblastního žebříčku – dostatečná účast pro hodnocení v celkovém pořadí jarní nebo podzimní části žebříčku

Hodnocení: kromě vyřazených dětí a 2 dalších dětí byly všechny děti započtené v krajském žebříčku a měly tedy dostatečnou účast pro hodnocení v žebříčku.

- Účast členů SCD na fyzických testech (terénní okruh v délce cca 1 km) – min. 2x/rok

Hodnocení: kritérium povinné účasti jsme snížili na min. 1x/rok, což většina dětí splnila. Čtyři děti ale ani tak nevyhověly, částečně to bylo dané zdravotními důvody. Důraz na běžeckou přípravu a testování budeme klást i v budoucnu. Nejlepší časy z letošních testů viz tabulka v bodě 9.

- Min. 10 členů SCD získá v roce 2016 licenci A nebo B

Hodnocení: licenci B si v roce 2016 vyběhlo 9 dětí, dalším dvěma těsně unikla kvůli menšímu počtu závodů, resp. absolvování závodů střídavě v kategorii D12 a D14.

- Min. 8 členů SCD bude na základě svých výsledků nominováno do krajského výběru na MČR družstev

Hodnocení: Splněno, 8 členů SCD bylo nominováno do krajského družstva na MČR. Jeden z nich startoval v prvním družstvu, které skončilo na 4. místě.

12. Ekonomické hodnocení činnosti SCD

Aktivity SCD byly financovány z vlastních zdrojů oddílu OK Dobříš (členské příspěvky a příspěvky rodičů dětí na konkrétní akce), grantu města Dobříš, které naši činnost podporuje, a z grantu Nadace OB. Pro jednodušší a přehlednější vyúčtování jsme prostředky z grantu Nadace určili na několik vybraných aktivit, ostatní program pak byl financovaný z dalších uvedených zdrojů.

Akce konané v rámci činnosti SCD (celkové náklady na akci vč. účastníků OK Dobříš mimo SCD)

Akce	Termín	Náklady	Zdroj financování
Zimní soustředění	leden	28758,-	Vlastní příspěvky
Příměstské mapové soustředění	březen	7486,-	Nadace OB
Velikonoční mapové soustředění	březen	62286,-	Vlastní příspěvky, grant města Dobříš
Štafety Klacky Open	červen	4298,-	Nadace OB
Soustředění před podzimní sezónou	září	4920,-	Nadace OB
Štafety krajské	září	4153,-	Nadace OB
Zimní příprava v tělocvičně	prosinec - březen	6187,-	Grant ČSOS na rozvoj žactva

Akce financované z prostředků Nadace OB (členům SCD) *rozepsané po položkách*

Akce	náklad	doklad	částka
Příměstské mapové soustředění	ubytování	Výdajový doklad BV016	5700,-
	doprava	Výdajový doklad BV015 a BV021	1786,-
Štafety Klacky	doprava BUS	Faktura č. 216026	4298,-
Podzimní soustředění	ubytování	Faktura č. 216030	3000,-
	doprava	Výdajový doklad BV073 a BV074	1920,-
Štafety krajské	doprava BUS	Faktura č. 216031	4153,-
celkem			20857,-

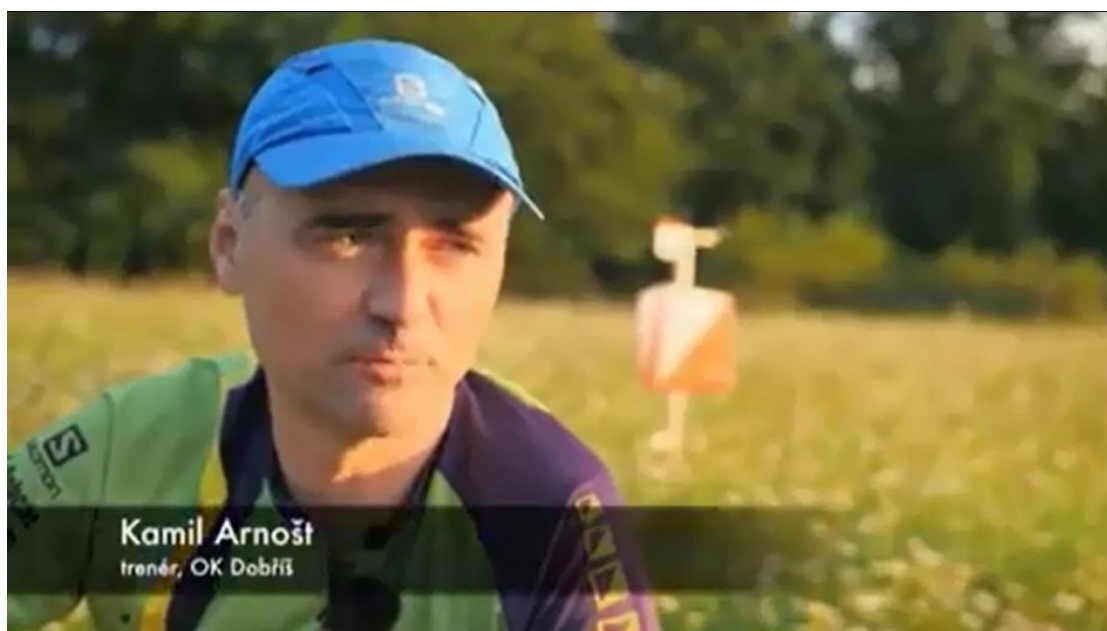
13. Informace o činnosti v médiích

OK Dobříš aktivně informuje o své činnosti především v místních médiích, mezi naše aktivity patří i pořádání akcí pro veřejnost, na kterých se aktivně podílejí i členové SCD.

Z hlavních aktivit a publicity v médiích bychom zdůraznili:

- **TV reportáž na ČT1 v pořadu Sport v okolí** (losování Sazky)
- Organizace akce **World Orienteering Day**
- Informace o **akcích SCD na webu OK Dobříš**
- Projekt **OB do škol** a výsledky školních družstev na krajských a celostátních soutěžích (vč. členů SCD)

Reportáž na téma orientační běh, OK Dobříš, sport pro děti: v **ČT1** (12.8., 20:00 – losování Sportky, **prime time v době Olympiády**) + on-line na FB projektu Sport v okolí (projekt Sazky)



Reportáže z celosvětové propagační akce **World Orienteering Day** (jako pozvánka pro nové zájemce – získali jsme nové potenciální členy SCD)



DL_05-2016.pdf - Adobe Reader

Seuber Úpravy Zobrazení Okna Nápověda

10 / 22 146%

Podpsat Poznámka

SVĚTOVÝ DEN ORIENTAČNÍHO BĚHU v Dobříši

Najdete cestu z bludiště školního areálu? Zkuste si jednoduchý orienták v prostoru sportovního hřiště a areálu ZŠ a přidejte se k pokusu o světový rekord! Přijďte se projít či proběhnout, rychlost pohybu nerozhoduje a mapová náročnost bude velmi jednoduchá.

11. května 2016 se po celém světě uskuteční stovky akcí v orientačním běhu s cílem představit tento sport veřejnosti a překonat starý světový rekord z roku 2003, kdy v jeden den absolvovalo orienták 207 979 lidí. V nabídce míst nebude chybět ani Dobříš!

Termín: středa 11. května v době od 16 do 19 hod.

Místo: školní sportovní hřiště (atletický ovál) v Dobříši, GPS souřadnice 49.7796194N, 14.1725128E

Potřebné vybavení: běžné sportovní oblečení a obutí, mapu s trati obdrží každý účastník v místě startu. Zájemcům na místě vysvětlíme i základy orientace a práce s mapou.

Účast zdarma. Každý, kdo absolvuje celou trať, bude zařazen do losování o zajímavé ceny. Malé děti mohou trať absolvovat se svými rodiči.

Pořádá: OK Dobříš – oddíl sportů v přírodě. Činnost klubu podporuje město Dobříš. Další informace: www.okdobris.cz

Bobcat **Dobříš** **salomon**

Aerobik slaví první úspěchy z letošních závodů!

Cesta za pohádkovým dědečkem

TJ Sokol Dobříš pořádá již tradiční akci pro děti – Cestu za pohádkovým dědečkem. Akce proběhne 4. června. Trasu je možné zahájit od 10.00 do 12.00 v anglickém parku. Děti budou plnit nejrůznější úkoly, které si pro ně vymyslí pohádkové bytosti. Na konci cesty na ně bude čekat pohádkový dědeček s odměnou. Pokud bude pršet, akce bude zrušena. Těšíme se na vás.

Milí příznivci pohybu a kruhového tance,

<http://dobrisokaktualne.cz/sport/outdoor/video-rekord-beh>

Přihlášení

VIDEO: Dobříš přepsala svět...

skupinu tvořily děti ve věku do 12 let. Těch bylo celkem 77.

Na to, jak tento mezinárodní den probíhal v Dobříši, se můžete podívat v následující reportáži:

Dobříšsko aktuálně: World Orienteering Day



Oddíl sportů v přírodě OK Dobříš připravil 11. května 2016 pro děti a dospělé krátký labyrint ve školním areálu ZŠ u atletického areálu. Cestu z něj našli ti nezkoušenější a nejrychlejší závodníci v neuvěřitelném čase 3 minuty 50 vteřin. V tento den ale nešlo ani tak o rychlost jako o zážitek z orientačního běhu. Důležité bylo najít ve správném pořadí všech sedm kontrol rozmístěných na základní půlkilometrové trati a doběhnout, nebo alespoň dojet do cíle.

„Celá trať mě moc bavila. Nejlepší je, že ani nemyslíte na to, že běžíte. Hlavně jsem se musel soustředit na vymýšlení trasy, abych se dostal ke všem kontrolám co nejdříve.“ říká jeden ze závodníků, který úspěšně doběhl do cíle.

Informace o **akcích SCD** na webu OK Dobříš (jarní soustředění v Píseckých horách):

<http://www.okdobris.cz/news/na-soustredeni-v-piseckych-horach/>

Přihlášení

Na soustředění v Píseckých...

Úvodní stránka Mapa stránek RSS Tisk

Hledat:

OK Dobříš

oddíl sportů v přírodě

Úvodní stránka Na soustředění v Píseckých horách

Na soustředění v Píseckých horách

19.03.2016 07:54

Skupinka našich nejstarších a nejšíťkovnějších dětí vyrazila už v polovině března na první letošní soustředění. Orientácká sezóna letos začíná brzy, tak je potřeba se pořádně rozběhat a dostat se rychle "do mapy". Místem soustředění bylo okolo chaty Živec v kopcích nad Pískem. Čekalo nás několik nových a zajímavých tréninků, které byly náročné i pro nás, co potom pro skupinku píseckých orientáků, kteří se k nám na této akci přidali.

V pátek 11.3.2016 jsme se v počtu osmi dětí (Klára a Julie Nentvichovy, Honza a Julča Bamboušková, Květa, Max, Jáchym, Verča a Janička) a jednoho trenéra (Martin Bamboušek) vypravili vlakem do města Písek na víkendové soustředění v tamních lesích. V Písku na vlakovém nádraží na nás čekal Kamil a přepravili jsme se na chatu Živec, kde na nás čekalo naše píseckých dorosteků a dorosteků. Kdo se k nám na víkend připojí

Informace o fungování OB na dobříšských školách: **projekt OB do škol** nám přivedl několik nových členů – potenciálně i v SCD

Gymnázium Karla Čapka, Dobříš
ŠKOLNÍ 1530, 263 80 DOBŘÍŠ | TEL.: +420 318-521-040 | E-MAIL: POST@GYMKC.CZ | INFORMACE O ŠKOLE | ŽŘIZOVATEL: **Křesťanský kraj**

Orientační běh na Gymnáziu Dobříš

Vydáno: 3.5.2016

Ve dnech 13.-18. dubna jsme pořádali školní přebor v orientačním běhu, který byl zároveň nominačním závodem na krajské kolo Přeboru středních škol, které se uskuteční 10.5. 2016 v Kladně. Tento závod se uskutečnil v areálu školy a nejlepší časy se pohybovaly kolem 5 minut. Nominovali jsme celkem 22 dětí ve třech kategoriích.

Oporami jednotlivých týmů jsou členové OK Dobříš. Doufáme, že některé z družstev se probouje na celostátní finále, které se bude konat 8.6. 2016 v Praze. Dalším školním závodem byl orientační běh pro kvintu a 1.ročník, pořádaný v úterý 3.5.2016 v zámeckém parku.

Ve spolupráci s OK Dobříš, který nám poskytl mapy, se nám podařilo uspořádat velice zajímavý závod s 21 kontrolou různé obtížnosti. Nejlepším závodníkem z chlapců byl Tadeáš Krbec časem 48,45 min a z děvčat Denisa Bálková časem 1:03,50 hod. Kaňkou na tomto závodě byla slabá účast děvčat z kvinty (pouze 4).

Orientační běh si získává na naší škole stále větší oblibu i díky tomu, že jsme zakoupili vlastní sety pro přípravu běhu (lampionky a kleštičky). O to více nás mrzí, že po 2 závodech v okolí školy se nám již 3 sety ztratily.

Děkujeme všem za statečné výkony při závodech a účastníkům nominovaným do Kladna přejeme rychlé nohy a bystré oči.

kabinet tělesné výchovy

související články: [tělesná výchova](#) [orientační běh](#) [běh](#) [závod](#)

Úspěch v krajském kole přeboru škol v orientačním běhu

Dne 10. května se konalo krajské kolo závodu v orientačním běhu v Kladně. Naši školu reprezentovali Tom Obermajer, Terka Mirčeva, Adélka a Bára Houskovy, Teo a Max Dudlovi, Martin a Ondra Snížkoví, Kája a Miša Vlašaná, Ben Španěl, Niky Slivová, Zofka Barterová, Matěj Dragoun, Vašík Lorenc, Dominik Šanda a Alča Plihalová.

Děvčata jednoznačně ovládla kategorii D3, ve které se na **3. místě umístila Bára Housková, 2. místo obsadila Kája Vlašaná a 1. místo patřilo Terezce Mirčevě.** Kategorii H3 ovládl **Vašík Lorenc.** Velký úspěch jsme zaznamenali také v celkovém součtu výsledků zúčastněných škol. Družstvo chlapců se umístilo v kategorii H5 na **3. místě**, za což si odvezlo krásný pohár. **Družstvo dívek jasně zvítězilo** v kategorii D3 a také získalo krásný pohár. Všem účastníkům blahopřejeme!

Mgr. Daniel Drmla

Květnové zprávy ze ZŠ TRNKA

Ani v květnu jsme se v TRNCE nenudili. Uspořádali jsme dvě akce pro děti i rodiče, první se konala v sobotu 7. května 2016 na školní zahradě a jejím cílem bylo, aby se žáci prvních dvou tříd poznali ještě před začátkem školního roku. Děti si během dopoledne zahrály různé hry a po skončení programu se část z nich přidala k dospělým a pomohly jim oškrábat nánosy staré

14. Předpokládaný další vývoj

Celkové hodnocení činnosti a výsledků SCD při OK Dobříš je pozitivní. Za hlavní komplikace považujeme nedostatečnou kapacitu dětí pro plné nasazení ve prospěch OB, kdy navíc téměř všechny děti jsou z rodin, které se v minulosti OB vůbec nevěnovaly a nejsou tedy na celosezónní tréninkový a závodní režim zvyklé. Na druhou stranu pestrost a zkušenosti i z jiných sportovních a nesportovních aktivit jsou v tomto věku velmi vhodné, k potřebné specializaci by mělo dojít až během dorostu a juniorů.

Výkonnostně silnější jsou v případě našeho SCD zejména děti z ročníků 2003 a 2004, takže v příštím roce předpokládáme výraznější prosazení také v žebříčku B. Naším cílem je proto získání první licence A, což by mělo motivačně působit i na ostatní děti – členy SCD.

Ceníme si také výsledků v krajské soutěži družstev, kdy naše žactvo získalo cenné druhé místo, hned za týmem OK Kamenice. Týmový aspekt OB se budeme snažit rozvíjet i v budoucnu, což by mj. mělo podpořit zapojení méně aktivních dětí do činnosti oddílu a našeho SCD.

V Dobříši 23.11.2016

Za OK Dobříš, z. s.

Kamil Arnošt