

Závěrečná zpráva

Provozování Sportovního centra mládeže Královéhradecka v orientačním běhu v roce 2021

Grantový program Sportovního centra mládeže v orientačním běhu

Nadace OB, ročník 2021

Hradec Králové, listopad 2021

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 SCM.....	6
7 Seznam závodníků zařazených do SCM	7
8 Seznam akcí.....	8
9 Podrobnější vyhodnocení jednotlivých akcí	9
10 Vyhodnocení plnění hlavních cílů projektu	10
11 Hodnocení projektu dle daných kritérií.....	10
12 Ekonomické vyhodnocení projektu.....	11
13 Informace o činnosti v médiích, na webu apod.....	12
14 Předpokládaný další vývoj	13
15 Seznam příloh.....	13

1 Název projektu

Provozování Sportovního centra mládeže Královéhradecka (dále jen SCM KH) v orientačním běhu v roce 2021.

2 Příjemce projektu

OK 99 Hradec Králové, z. s., Labská louka 669/13, Třebeš, 500 11 Hradec Králové,
DIČ: CZ69153337

3 Garant projektu

Ing. Martin Müller

4 Hlavní cíle projektu

Hlavní cíl:

Plynulé navázání na dlouhodobou a systematickou činnost SCM KH spočívající v zajištění kvalitních tréninkových podmínek talentů ve věku 15 - 18 let a umožnění jejich dalšího výkonnostního rozvoje.

Výkonnostní cíle

- Zvýšení počtu licencí A na 14
- Zařazení alespoň tří členů SCM do juniorské reprezentace ČR pro rok 2022.
- Účast alespoň čtyř členů SCM na JWOC nebo MED 2021.

Dílčí cíle:

- Uspořádání 2 kvalitních mapových tréninkových kempů s cílem navýšení fyzické kondice a získání nových zkušeností v technicky náročných a zajímavých terénech ČR i zahraničí.
- Uspořádat 1 zimní soustředění s cílem zvýšení fyzické kapacity a motivace k tréninku přes zimu.
- Zajištění pravidelných mapových výjezdů po celou sezónu.
- Zvyšování fyzické výkonnosti závodníků a monitoring jejího vývoje (pravidelné testy)

fyzické připravenosti).

- Zajištění možnosti spolupráce talentovaných závodníků s kvalifikovaným trenérem.
- Motivace k dalšímu vzdělávání a školení trenérů. Vždy alespoň jeden trenér SCM aktivně účasten na trenérském školení v daném kalendářním roce.
- Upevnění základních tréninkových návyků výkonnostních, popřípadě vrcholových sportovců (pravidelný systematický trénink, vedení tréninkové evidence, využívání závěrů lékařských vyšetření, apod.).
- Podpora týmového a přátelského duchu celého SCM KH.

5 Plnění realizačního plánu a časového harmonogramu

Pro rok 2021 byl trenéry SCM KH přijat následující realizační plán a časový harmonogram:

	Akce	Termín
1.	Vyhledávání talentů, koordinace s oddílovými trenéry, schválení závodníků a závodnic zařazených do SCM KH pro rok 2021 Zajišťuje kolektiv všech trenérů.	<i>listopad 2020</i>
2.	<u>Úvodní sraz</u> Schůzka trenérů, diskuse ročních tréninkových plánů, informace o plánech SCM pro rok 2021.	<i>listopad 2020</i>
3.	<u>Zimní lyžařské soustředění Krkonoše</u> Budování fyzické kondice, vytrvalost, trénink techniky běžeckého lyžování. Zajišťuje Pavlína Chaloupská.	<i>leden 2021</i>
4.	<u>Vyšetření u sportovního lékaře</u> Analýza časové řady naměřených hodnot jednotlivých závodníků, zhodnocení trenérem a závodníkem. Zajišťuje Pavlína Chaloupská.	<i>jaro 2021</i>
5.	<u>Testy fyzické připravenosti</u> Oficiální měření na atletické dráze. Zajišťuje Pavlína Chaloupská.	<i>jaro 2021</i>
6.	<u>Zahraniční soustředění, Slovinsko</u> Tradiční jarní zahraniční soustředění, jehož cílem je zisk a prohloubení zkušeností z náročných zahraničních terénů. Toto soustředění není předmětem příspěvku dotace Nadace OB. Zajišťuje Pavlína Chaloupská.	<i>březen 2021</i>

7.	<u>Mapové výjezdy</u> Mapová a běžecká příprava formou tradičních výjezdů z Hradce Králové. Jednotlivé tréninky charakterově postaveny tak, aby co nejlépe simulovaly nadcházející celostátní závody. Zajišťuje kolektiv všech trenérů.	<i>jaro a podzim 2021</i>
8.	<u>Účast v celostátních soutěžích</u> SCM se svými trenéry chce poskytnout kvalitní zázemí pro členy i na národních závodech a podporovat závodníky v jejím dalším růstu (příprava před závody, společné rozbory tratí...).	<i>duben – říjen 2021</i>
9.	<u>Prázdninové soustředění, Český ráj</u> Přípravné soustředění zaměřené vrcholy podzimní sezóny, tj. MČR na klasické trati a MČR štafet a družstev. Terén i náplň tréninků zvolena právě s ohledem na nadcházející vrchol podzimní sezóny. Zajišťuje Pavlína Chaloupská.	<i>srpen 2021</i>
10.	<u>Soustředění před MČR na KT</u> Závěrečná příprava před MČR na krátké trati. Terén i náplň tréninků bude zvolen s ohledem na nadcházející vrchol podzimní sezóny. Zajišťuje Pavlína Chaloupská.	<i>září 2021</i>
11.	<u>Závěrečná schůzka</u> Vyhodnocení celého roku a diskuze plánu pro příští rok, drobné odměnění všech členů SCM. Zajišťuje kolektiv všech trenérů.	<i>listopad 2021</i>

Vyšetření u sportovního lékaře bylo z plánovaného jarního termínu přesunuto až na červen.

Zahraniční pobyt ve Slovinsku nebyl financován z peněz Nadace OB.

Dále bylo umožněno všem členům SCM docházet na pravidelné tréninky, které velmi podpořily výkonnostní růst jednotlivých závodníků. Tréninky probíhaly v závislosti na epidemiologické situaci od listopadu 2020 do konce října 2021 v následujícím složení:

Běžecké tréninky

- pondělí 17.00 hodin, noční OB nebo vytrvalost, Biřička nebo dle domluvy
- středa 16.30 hodin, běžecká technika a vytrvalost, dráha Hasičský stadion
- sobota/neděle – účast na Zimní hradubické lize, dle dohody

Regenerace a posilování

- úterý 17.00 hodin, tělocvična SHK, gymnázium B. Němcové
- čtvrtek 17.00 hodin, tělocvična PHK, ZŠ Štefánikova
- pátek 16.30 hodin, bazén HK

6 Personální zajištění činnosti SCM

	Jméno	Trenérská licence	Registrační číslo	E-mail, telefon
1.	Chaloupská Pavlína	T3	PHK7201	
2.	Metelka Pavel	T3	PHK6800	
3.	Faltejssek Pavel	T3	PHK7003	
4.	Samková Renáta	T3	PHK7456	
5.	Novotný Tomáš	T3	PHK8101	
6.	Novotná Martina	T3	PHK8255	
7.	Vítková Lucie		PHK8055	
8.	Hepnerová Martina	T3	PHK8150	
9.	Netuka Jan	T3	SHK7309	
10.	Čečka Jiří	T3	SHK7600	
11.	Čečková Martina	T3	SHK7753	
12.	Svoboda Ondřej	T3	SHK7605	
13.	Kolář Viktor	T3	SHK7300	

7 Seznam závodníků zařazených do SCM

Jmenný seznam zařazených talentů ve věku 15-18 roků s licenci A

	Jméno	Kategorie	Registrace
1.	Chaloupský Jakub	H18	PHK0302
2.	Chvátilová Johana	D18	PHK0450
3.	Dohnálek Tomáš	H18	SHK0403
4.	Fábera David	H18	SHK0305
5.	Kolář Šimon	H18	SHK0405
6.	Košková Martina	D16	SHK0652
7.	Metelková Michaela	D16	PHK0550
8.	Neumann Matěj	H18	PHK0400
9.	Neumannová Alžběta	D16	PHK0650
10.	Thýnová Martina	D18	SHK0350
11.	Tichý Lubomír	H18	SHK0303
12.	Zamouřilová Anežka	D18	PHK0354

Jmenný seznam zařazených talentů ve věku 15-16 let s jinou než licenci A

	Jméno	Kategorie	Registrace
1.	Ballonová Lucie	D16	PHK0664
2.	Bělohávek Michal	H16	PHK0604
3.	Čečková Karolína	D16	SHK0650
4.	Čermák Martin	H16	PHK0502
5.	Chrtková Anežka	D16	PHK0658
6.	Doudová Alžběta	D16	PHK0554
7.	Kokrda Adam	H16	PHK0503
8.	Kopecká Martina	D16	PHK0555
9.	Kračmarová Anna	D16	PHK0665
10.	Kučerová Amálie Evelína	D16	PHK0651
11.	Kurka Jaroslav	H16	SHK0501
12.	Málek David	H16	PHK0504
13.	Matušincová Anna	D16	PHK0561
14.	Novák Marek	H16	SHK0505
15.	Novák Tomáš	H16	PHK0507

16.	Podolský Petr	H16	SHK0507
17.	Pompach Lukáš	H16	PHK0500
18.	Příkazská Zuzana	D16	PHK0654
19.	Rážová Aneta	D16	PHK0662
20.	Severa Lukáš	H16	PHK0603
21.	Suchý Štěpán	H16	PHK0607
22.	Šumberová Johana	D16	PHK0565
23.	Zurynková Jana	D16	PHK0553

8 Seznam akcí

Termín	Akce	Účast	Pozn.
listopad 2017	Úvodní sraz	25	
leden 2021	Zimní lyžařské soustředění	zrušeno	COVID
březen 2021	Zahraniční soustředění Slovinsko	zrušeno	COVID
1.5. - 2. 5. 2021	Soustředění Jívka	20	nebylo původně v plánu, náhrada za zrušené zimní soustředění
květen 2021	Fyzické testy	6	
červen 2021	Vyšetření u sportovního lékaře	4	přesunuto z března
4. 6. – 6. 6. 202	Soustředění Kunčice	40	nebylo původně v plánu, náhrada za zrušené zahraniční soustředění
20. 8. – 28. 8. 2021	Zahraniční soustředění – Švédsko		nehrazeno z prostředků SCM
10. 9. – 12. 9. 2021	Soustředění před MČR na klasické trati	26	
listopad 2021	Závěrečná schůzka	23	

9 Podrobnější vyhodnocení jednotlivých akcí

- **Úvodní sraz**

Proběhl na stadionu TJ Sokol Hradec Králové tak, aby účast byla umožněna všem členům SCM Královéhradecka. Členové byli seznámeni s programem na rok 2021, byly jim rozdány nominační listy a prodiskutováno vedení tréninkových deníků.

- **Soustředění, 1.5. - 2. 5. 2021, Jívka.**

V letošním roce bohužel nebylo možné uspořádat tradiční zimní lyžařskou přípravu, a proto bylo začátkem května zařazeno původně neplánované mini soustředění v Jívce (bez ubytování). Na programu byly mapové tréninky zaměřené na nadcházející závody

- **Lékařské vyšetření, červen**

Sportovní lékařské vyšetření bylo zajištěno ve Fakultní nemocnici v Hradci Králové. Závodníci měli zajištěnou kompletní lékařskou prohlídku včetně zátěžového testu na běhátku. Z výsledků lékařské prohlídky se vycházelo při zjištění optimální tepové frekvence pro jednotlivé druhy tréninků.

- **Fyzické testy, 26. 5. 2021, Sokol Hradec Králové**

Test proběhl v zázemí Sokola Hradec Králové. Testu se zúčastnilo celkem 6 členů SCM.

- **Soustředění, 4. 6. – 6. 6. 2021, Kunčice**

Další původně neplánované soustředění zařazené pro zlepšení mapových dovedností členů SCM. V letošní omezené sezóně, kdy bylo zrušeno i tradiční jarní mapové soustředění v zahraničí, bylo i takto krátké soustředění v domácích terénech velmi přínosné. Na programu byl traverzový downhill, opakované starty a na závěr měřený middle jako příprava na nadcházející mistrovství.

- **Mapové výjezdy, jaro a podzim 2021**

V důsledku nepříznivé epidemiologické situace onemocnění COVID-19 se na jaře uskutečnily pouze 3 mapové výjezdy, na podzim jich bylo 6. Na přípravě se podíleli všichni členové realizačního týmu, více než poloviny výjezdů se zúčastnili všichni členové centra. Každý z výjezdů měl minimálně 85 % obsazenost a byl doplněn bývalými členy našeho centra, kteří již v letošním roce nesplňovali věkovou hranici. Na

některých výjezdech se pořadatelsky podílí i bývalí členové SCM, čehož si velmi ceníme.

- **Podzimní přípravné soustředění na klasiku, 10. 9. – 12. 9. 2021, Lubenec**

Jediné soustředění, které proběhlo podle původního plánu. Tréninky v terénech relevantních vrcholu podzimní sezóny, Mistrovství republiky na klasické trati, byly velmi přínosné. Stejně tak všechna teoreticko-taktická příprava, která pod vedením trenérů proběhla.

- **Závěrečná schůzka trenérů**

Trenéři SCM se společně sešli na začátku listopadu. Zhodnotili naplnění vytyčených cílů v roce 2021, prodiskutovali finanční stránku působení SCM a byl stanoven předběžný kalendář akcí na rok 2021.

10 Vyhodnocení plnění hlavních cílů projektu

Plynulé navázání na dlouhodobou a systematickou činnost SCM KH spočívající v zajištění kvalitních tréninkových podmínek talentů ve věku 15 - 18 let a umožnění jejich dalšího výkonnostního rozvoje.

– splněno

V letošní omezené sezóně bohužel nebylo možné uspořádat všechna soustředění dle plánu. I tak ale máme za to, že jsme udělali maximum a uskutečněná soustředění byla kvalitní a přínosná.

Nadále jsme využívali i pomoci dalších trenérů ze zapojených oddílů, pokračovala úzká spolupráce s SCD Královéhradecka. Díky finančnímu příspěvku Nadace OB, byla talentovaným dětem umožněna lékařská prohlídka a zajištěn celoroční tréninkový servis. Jako nezanedbatelnou složku všech akcí SCM vidíme i přátelský, týmový duch, který se nám i v této sezóně podařilo udržet.

11 Hodnocení projektu dle daných kritérií

- **Zvýšení počtu licencí A na 14**

– nesplněno

Pouze 6 závodníků, kteří byli zařazeni do SCM Královehradecko, a kteří v následujícím roce neodcházejí do juniorských kategorií, obhájilo licenci A. Již teď ale víme, že dalších 7 běžců s licenci A postupuje v roce 2022 do dorosteneckých kategorií. S ohledem na omezený průběh letošní sezóny celkový počet 13 běžců s licenci A pro rok 2022 považujeme za velmi dobrý. I nadále budeme pokračovat ve snaze zlepšit běžecké i mapové dovednosti členů tak, aby je pak měli možnost zúročit na závodech.

- ***Zařazení alespoň tří členů SCM do juniorské reprezentace ČR pro rok 2022***
 - částečně splněno

Na konci roku 2021 byli do juniorské reprezentace zařazeni Michaela Metelková a Jakub Chaloupský.

- ***Účast alespoň čtyř členů SCM na JWOC nebo MED 2022.***
 - částečně splněno

Na juniorské mistrovství světa, které proběhlo v okolí tureckého města Gebze, byla nominován Jakub Chaloupský. Ten byl nominován i na Evropské utkání dorostu ve Vilniusu, kterého se ale bohužel ze zdravotních důvodů nezúčastnil. České barvy však na těchto mezinárodních závodech hájila alespoň Michaela Metelková, taktéž členka SCM Královehradecko..

12 Ekonomické vyhodnocení projektu

Činnost centra byla finančně plně zajištěna v průběhu celého roku. Na příjmech se vedle příspěvku Nadace OB, OK 99 Hradec Králové podílel i Královéhradecký kraj a částečně samotní účastníci.

Výdaje byly vynakládány na jednotlivé akce dle předběžného rozpočtu.

Příjmy	[v tis. Kč]	Z toho Nadace OB
Nadace OB	36	36
OK 99 Hradec Králové	100	
Královéhradecký kraj	30	
Příspěvky členů centra	59,5	
Celkem	225,5	36

Výdaje	[v tis. Kč]	Z toho Nadace OB
Úvodní sraz	0	0
Soustředění Jívka (doprava)	4	0
Vyšetření u sportovního lékaře	4	0
Jarní mapové soustředění - Kunčice	55	15
<i>Mapy</i>	2	
<i>Doprava</i>	8	
<i>Ubytování</i>	45	
Zahraniční soustředění Švédsko	95	0
<i>Doprava</i>	60	
<i>Ubytování</i>	25	
<i>Startovné</i>	10	
Fyzické testy	0	0
Mapové výjezdy (doprava)	30	6
Podzimní soustředění	30	7,5
<i>Mapy</i>	2	
<i>Doprava</i>	3	
<i>Ubytování</i>	25	
Závěrečná schůzka trenérů	0	0
Odměny trenérům (P.Chaloupská)	7,5	7,5
Celkem	225,5	36

V případě, že na akci nebyla společná doprava organizována, hradili si účastníci dopravu sami a tyto výdaje nejsou ve vyhodnocení zahrnuty.

13 Informace o činnosti v médiích, na webu apod.

Základní informace o činnosti Sportovního centra dětí Královéhradeckého kraje jsou dostupné na společných stránkách SCM a TSM [zde](#) případně na stránkách jednotlivých zúčastněných oddílů.

S činností SCM jsou obeznámeno Město Hradec Králové i Královéhradecký kraj. Při této příležitosti se snažíme vždy v článcích v regionálním tisku i na webových stránkách o činnosti Sportovního centra Královéhradeckého kraje informovat, rovněž zmiňujeme podporu od Nadace OB.

14 Předpokládaný další vývoj

Předpokládáme, že i v nadcházejících letech bude SCM Královéhradecko nabízet kvalitní tréninkový servis všem mládežníkům ve spádovém regionu. V budoucích letech chceme zlepšit výkonnost celé skupiny, motivovat mládežníky k pravidelnému tréninku a podporovat je v účasti na všech závodech ČSOS všech úrovní. Zejména v tomto vidíme do budoucích let velkou výzvu, neboť velká část závodníků ztratila licenci kvůli neúčasti na závodech odpovídající úrovně.

I v nadcházejících letech chceme nabídnout možnost zúčastnit se alespoň jedné zahraniční akce za rok, tak aby závodníci měli možnost dostatečně rozvíjet svoji mapovou a běžeckou techniku. Chceme i nadále zprostředkovávat kvalitní vyšetření sportovního charakteru a rozvíjet mezi mládeží fair-play přístup.

15 Seznam příloh

Příloha č. 1: Přehled dosažených výsledků členů SCM Královéhradecka v roce 2021

v Hradci Králové dne 23. 11. 2021

Za příjemce:

Ing. Martin Müller, předseda oddílu OK 99 Hradec Králové, z. s.



Přehled dosažených výsledků členů SCM Královéhradecka v roce 2021

JWOC		sprint	middle	klasika	štafety
D20	Tereza Kosová	61.	35.	28.	11
H20	Jakub Chaloupský	22.	35.	23.	7.
H20	Ondřej Metelka	49.	55.	106.	13.

EYOC		sprint	klasika	štafety
D18	Michaela Metelková	19.	2.	2.

		MČR sprint	MČR krátká	MČR klasika	MČR noční	ŽA	ŽB	licence 2022
D16	Martina Košková	26.				26.		A
D16	Michaela Metelková	2.	3.	1.	5.	1.		A
D16	Alžběta Neumannová	20.	37.		11.	19.		A
D16	Karolína Čečková				49.		4.	B
D16	Anežka Chrtková						9.	B
D16	Martina Kopecká		45.		27.		3.	A
D16	Zuzana Příkazská						7.	B
D16	Aneta Rážová						16.	C
D18	Johana Chvátilová	40.	29.			42.		A
D18	Martina Thýnová	35.	20.	10.	5.	18.		A
D18	Anežka Zamouřilová	24.	5.		27.	16.		A
H16	Martin Čermák						3.	A
H16	Jaroslav Kurka						11.	B
H16	David Málek						5.	B
H16	Lukáš Pompach						2.	A
H18	Tomáš Dohnálek	24.	16.	16.		21.		A
H18	David Fábera	57.	35.		40.	45.		A
H18	Jakub Chaloupský	4.	4.	2.	1.	1.		A
H18	Šimon Kolář	43.	25.		15.	27.		A
H18	Matěj Neumann	46.	41.		17.	42.		A

MČR		PHK A	PHK B	SHK A	SHK B
Štafety dívký		4.		16.	
Štafety hoši		15.		7.	
družstva		DISK		11.	

Do juniorské reprezentace ČR pro rok 2022 byli zařazeni:

Michaela Metelková

Jakub Chaloupský

v Hradci Králové dne 23. 11. 2021

Za příjemce:

Ing. Martin Müller, předseda oddílu OK 99 Hradec Králové, z. s.

