



Závěrečná zpráva projektu

**Provozování sportovního centra dětí v orientačním běhu
Podkrkonošské oblasti při oddíle SPORTCENTRUM Jičín**

v roce 2017

Grantový program Sportovní centra dětí orientačního běhu ročník 2017

Jičín, listopad 2017

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	9
13.	Informace o činnosti SCD	10
14.	Předpokládaný další vývoj	10
	Příloha: Sportovní výsledky členů SCD v roce 2017	11

1.	Název projektu
	Provozování sportovního centra dětí v orientačním běhu Podkrkonošské oblasti při oddíle SPORTCENTRUM Jičín pro rok 2017

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
	Mgr. Radka Janků, Kosmonautů 797, 506 01 Jičín, radka.janku@centrum.cz

4.	Cíle projektu
	<p>Hlavní cíl: 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>Dílčí cíle:</p> <ul style="list-style-type: none"> • provádět 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 2016
	b)	běžecská, fyzická a taktická příprava (teorie, rozbor trati)	leden-říjen 2017
	c)	mapová příprava (mapové tréninky, soustředění)	březen-říjen 2017
	d)	testování fyzické přípravy (běh na 12 minut)	duben, září 2017
	e)	závodní období, účast v soutěžích	duben-říjen 2017
	f)	prázdninové mapové soustředění, vícedenní závody	červenec-srpen 2017
	g)	vyhodnocení činnosti a plán pro příští rok	listopad 2017

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

	Jméno	Kategorie	Registrace	
1.	Radim Vítvar	H14	SJC0404	
2.	Kristýna Kosinová	D14	SJC0453	
3.	Štěpán Janků	H12	SJC0501	
4.	Zdeněk Tesař	H14	SJC0401	
5.	Jan Růžička	H14	SJC0406	
6.	Matěj Choutka	H14	NPA0402	
7.	Stanislav Novák	H14	NPA0404	
8.	Tomáš Typlt	H14	NPA0406	
9.	Filip Fajfer	H14	NPA0401	
10.	Matěj Pavelec	H12	NPA0501	
11.	Vanda Vávrová	D14	HOR0352	
12.	Ema Gottsteinová	D14	JIL0451	
13.	Šárka Matěásková	D12	JIL0551	
14.	Ivana Hrnčířová	D14	STH0351	
15.	Markéta Štefanová	D12	STH0550	
16.	Magdaléna Chrástová	D12	STH0551	
17.	Natálie Pilná	D14	VRL0351	
18.	Adéla Randáková	D14	VRL0452	
19.	Kateřina Hanušová	D14	VRL0455	
20.	Tereza Suková	D14	VRL0454	
21.	Matyáš Štregl	H14	VRL0301	

22.	Jan Čivrný	H12	VRL0501	
23.	Filip Hanuš	H12	VRL0604	
24.	Štěpánka Licková	D14	LTU0452	
25.	Pavel Šedivla	H14	LTU0401	
26.	Vojtěch Pirožek	H14	LTU0400	
27.	Tomáš Šitina	H14	LTU0300	
28.	Eliška Růžičková	D14	SJC0452	
29.	Gábina Gurinová	D12	SJC0557	
30.	Adam Tměj	H14	SJC04	
31.	Radka Kejvalová	D12	SJC05	
32.	Nela Malínská	D12	SJC06	
33.	Jakub Dlabola	H12	SJC06	
34.	Rafael Filsak	H14	SJC0301	
35.	Vendula Bolechová	D14	HOR0351	
36.	Richard Schneidewind	H14	HOR0404	
37.	Vojtěch Kolátor	H14	HOR0402	
38.	Antonín Holman	H14	HOR0405	
39.	Jáchym Nečesaný	H14	HOR0406	
40.	Jan Čihák	H12	HOR0601	
41.	Mikuláš Merhulík	H14	NPA0401	
42.	Zuzana Kuřiková	D14	JIL0353	
43.	Jiřina Kynčlová	D14	JIL0354	
44.	Tomáš Sucharda	H12	JIL0502	
45.	Michal Votoček	H12	JIL0601	
46.	Lucie Pitrmucová	D12	JIL0651	
47.	Jan Štefan	H12	STH0500	
48.	Martin Jiříčka	H12	STH0503	
49.	Dominik Horáček	H12	STH0600	
50.	Martin Planík	H12	STH0601	
51.	Ivo Mühlbach	H14	STH0401	
52.	Erik Pfeifer	H12	STH0502	
53.	Karolína Huřtřáková	D12	STH0558	
54.	Linda Zahradníková	D14	STH0352	
55.	Lucie Messnerová	D14	VRL0456	
56.	Matěj Hájek	H14	VRL0402	
57.	Jakub Procingr	H14	VRL0305	
58.	Anna Junková	D14	LTU0453	
59.	Jan Lazák	H12	LTU0500	
60.	Katka Hošková	D14	LTU0451	
61.	Majka Suková	D14	LTU0400	

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

	Jméno	Trenérská licence	Oddílová registrace	
1.	Pavel Řehák	T3	SJC6001	
2.	Zdeněk Tesař	T3	SJC7401	
3.	Vendula Viková	T2	JIL8951	
4.	Zdena Zlámalová	T3	SJC7253	
5.	Radek Vávra	T3	HOR6301	
6.	Jiřina Kalibánová	T3	NPA5351	
7.	Helena Randáková		VRL7452	
8.	Radka Janků	T3	SJC7353	
9.	Kateřina Junková	T3	STH7351	

8.	Seznam akcí SCD		
	Termín	akce	Účast
	Leden - únor	Výjezdy na lyže (zasněžovaný okruh Vejsplachy, Vrchlábí)	20 + 4
	Březen 2017	Vyšetření u sportovního lékaře (vybraní DH 14)	7
	10. - 12. 3. 2017	Víkendové, mapové soustředění (Kopidlno)	53 + 9
	Jaro-podzim 2017	Mapové výjezdy	60 + 9
	Červenec, srpen 2017	Vícedenní závody (HSH. Vysočina cup, Rumcajsovy míle, Pěkné prázdniny, Cena východních Čech)	26 + 5
	Listopad 2017	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.	Vyhodnocení jednotlivých akcí
	<u>Leden – únor 2017 (Vrchlábí, Vejsplachy)</u> Výjezdy na uměle zasněžovaný běžecký okruh ve Vrchlábí (Vejsplachy). Doprava oddílovými

	<p>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. Vzhledem k příhodným sněhovým podmínkám, jsme v lednu trénovali na běžkách i v okolí Jičina.</p> <p><u>Březen 2017</u> Vyšetření vybraných závodníků (výkonnostně zdatnějších, licence A) u sportovního lékaře ve Fakultní nemocnici v Hradci Králové a Jilemnici (spiroergometrické vyšetření).</p> <p><u>10. – 12. března 2017 (Kopidlno)</u> Víkendové soustředění zaměřené na mapové techniky, příprava na novou závodní sezónu, základní orientační dovednosti (6 tréninků na různých mapách – Češov – koridory, Kopidlno - bodovačka, Bílsko - švýcárna, Unětice – vrstevnice, Ledkov - noční, Ledkov - linie). Ubytování a stravování Střední škola zahradnická Kopidlno.</p> <p><u>Březen – říjen 2017</u> Pravidelné úterní mapové tréninky v rozmanitých terénech Podkrkonošské oblasti (Mostek, Tábor, Brusnice, Horní Javoří, Dřevěnice, Nová Paka, Brada, Jinolice, Kumburský Újezd, Holovousy, Chloumek, Martinice). Tréninky 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). Sedm závodů Podkrkonošské ligy žactva (Pecka -Nová Paka; Nové Dvory - Trutnov; sportovní areál Vejsplachy - Vrchlabí; Prachov - Jičín; Dachovy - Hořice; Pecka kemp - Jilemnice; Studenec - Studenec). Žebříčkový závod pro závodníky v kategoriích HD 10, HD 12 a HD 14.</p> <p><u>Červenec – srpen 2017</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>2. listopadu 2017 (Studenec)</u> Závěrečná schůzka trenérů SCD. Zhodnocena činnost, výsledky a průběh naplánovaných akcí v letošním roce. Byl projednán kalendář akcí na rok 2018 a zařazení svěřenců jednotlivých oddílů do SCD Podkrkonošské oblasti.</p>
--	--

10.	Vyhodnocení plnění hlavních cílů projektu
	<p>Hlavní cíl: 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 bez výhrad <i>Pořádali jsme pravidelné mapové tréninky v rozmanitých terénech, uspořádali jsme dvě kvalitní mapové soustředění, talentovaným dětem byla umožněna lékařská prohlídka. Výsledky členů v žebříčkových soutěžích ukazují, že u řady z nich došlo k výraznému výkonnostnímu růstu a aktivity SCD pomáhají jejich rozvoji.</i>

Dílčí cíle:

- 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 rozborů 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.
- získávat zkušenost v zajímavých tuzemských terénech a tím zlepšovat mapovou dovednost závodníků
- **cíl splněn**, různorodé terény Podkrkonošské oblasti (mapa Opička, mapa Pecka, mapa Česovské valy, mapa Přivýšina, mapa Zámecký les, mapa Jezírko pod Tábořem, mapa Chlum, mapa Rozkoš, mapa Javorek aj.) využíváme při pravidelných úterních mapových trénincích. Jarní mapové soustředění probíhalo v rychlých mírně zvlněných terénech, s hustou sítí nevýrazných komunikací.
- podporovat vybrané závodníky na celostátních soutěžích
- **cíl splněn**, řada členů SCD se zúčastnila závodů žebříčku B i jednotlivých mistrovství. Členové SCD a SCM se rovněž úspěšně zapojili do školního orientačního běhu. V dresu ZŠ a MŠ Studenec a Gymnázia Jilemnice obsadili první dvě místa v krajském finále škol Libereckého kraje a v dresu vrchlabského gymnázia vybojovali první místo v krajském finále Královéhradeckého kraje. ZŠ Studenec pak již po šesté ovládl celostátní finále v Čechách pod Kosířem a na stupních vítězů studeneckou školu doplnilo druhým místem Gymnázium Jilemnice. Velkého úspěchu dosáhli i členové SCD a SCM v barvách studenecké školy na Mistrovství světa škol v orientačním běhu v okolí Palerma na Sicílii. Mezi jednotlivci získala dvě bronzové medaile Tereza Chrástová, další bronzovou přidal Lukáš Link a bilanci doplnil stříbrnou medailí Vítek Štefan. Největšího úspěchu však dosáhli chlapci v soutěži týmů v podobě zlaté medaile.
- udržovat a rozšiřovat základnu dětí a mládeže
- **cíl splněn částečně**, v průběhu roku 7 členů SCD ukončilo svou sportovní činnost, ale podařilo se získat nové zájemce.
- zvýšit počet A i B licencí
- **cíl splněn částečně**, počty licencí se sice zvýšily - o 2 licence A, o 10 licencí B, ale 6 závodníků o licenci B přišlo.
- 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 9 zástupců.
- usnadnit přestup do dorosteneckých kategorií
- **cíl splněn**, 2 závodníci přecházející do kategorie DH 16 získalo licenci A. V průběhu roku absolvovali i starty ve vyšší kategorii, především při štafetových závodech či na

	<i>jednotlivých mistrovstvích.</i>
--	------------------------------------

11.	Hodnocení projektu dle daných kritérií
	<ul style="list-style-type: none"> • sportovní výsledky závodníků zařazených do SCD v roce 2017, především získání licencí A a B - kritérium splněno, žáci se umísťovali na předních místech v oblastních soutěžích, v žebříčku B si vyběhli dvě A licence a ve východočeském žebříčku 28 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 9 zástupců, přičemž někteří z nich patřili k oporám týmu a na republikových závodech oblastních výběrů svými výkony přispěli k hodnotným umístěním. • uspořádaná soustředění i samotné tréninky včetně účasti na nich - kritérium splněno, uspořádali jsme mapové soustředění, 17 pravidelných mapových tréninků a 7 závodů Podkrkonošské ligy žactva. Účast na trénincích byla početná a většina dětí se zúčastnila jarního mapového soustředění. • naplnění věcné části projektu SCD v roce 2017 - 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
	Vyšetření u sportovního lékaře (vybraní DH 14)	6	6
	Víkendové, mapové soustředění (Kopidlno)	35	20
	Mapové výjezdy	40	20
	Vícedenní závody	10	0
	Závěrečná schůzka	0	0

	Režijní náklady SCD	2	0
	Celkem	95	46

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 jsou 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 28. 11. 2017

Mgr. Radka Janků

Sportovní výsledky členů SCD v oblastních a celostátních soutěžích 2017

Jméno	Kat.	Registrace	VČP jaro	VČP podzim	Mistrovství oblasti			ŽB Čechy	Družstvo MČR	Licence	
					spr.	kt.	klas.			2017	2018
Kristýna Kosinová	D14	SJC0453	28	38		25	18			B	C
Radim Vitvar	H14	SJC0404	37	26	29	22	21			B	C
Štěpán Janků	H12	SJC0501	10	7	13	28			13	B	B
Zdeněk Tesař	H14	SJC0401	34	28	34	31	29			B	C
Jan Růžička	H14	SJC0406	33	31		34	26			B	C
Matěj Choutka	H14	NPA0402	21	14	18	20	18	46		B	B
Stanislav Novák	H14	NPA0404	17	9	7	8	11	53		B	B
Tomáš Typlt	H14	NPA0406	22	22	24	32		70		B	B
Filip Fajfer	H14	NPA0401	30	18	30	23		72		B	B
Matěj Pavelec	H12	NPA0501	13	10	11	24	15			B	B
Vanda Vávrová	D14	HOR0352	22	10						B	B
Emma Gottsteinová	D14	JIL0451	6	6	3	4	7	29	18	B	B
Šárka Matěásková	D12	JIL0551	8	3	13	9	7		13	B	B
Ivana Hrnčířová	D14	STH0351	33	19			13			B	B
Markéta Štefanová	D12	STH0550	2	1	1	2	5		1	B	B
Magdaléna Chrástová	D12	STH0551	4	7	3	3	6		8	B	B
Natálie Pilná	D14	VRL0351	8	29	5	16	16	19	13	B	A
Adéla Randáková	D14	VRL0452	7	5	4	12	7	26	13	B	A
Kateřina Hanušová	D14	VRL0455	11	12	6	14	9	24		B	B
Tereza Suková	D14	VRL0454	24	37			15			B	C
Matyáš Štrigl	H14	VRL0301	3	36	2	3	2	8	8	A	A
Jan Čivrný	H12	VRL0501	26	8			16			B	B
Filip Hanuš	H12	VRL0604	3	3	4	4	3		8	B	B
Štěpánka Licková	D14	LTU0452	17	14	15	17	21			B	B
Pavel Šedivka	H14	LTU0401	31	27	32	26	23			B	C
Vojtěch Pirožek	H14	LTU0400	29	19	22	16	31			B	B
Eliška Růžičková	D14	SJC0452	31	32	25	24	28			C	C
Gábina Gurinová	D12	SJC0557	27	19	25	19	27			C	B
Adam Tměj	H14	SJC04	32		28	27	30	přerušil činnost		C	C
Radka Kejvalová	D12	SJC05	30	41			24			C	C
Nela Malínská	D12	SJC06	20	27	7	22	20			C	B
Jakub Dlabola	H12	SJC06	32	22						C	C
Rafael Filsak	H14	SJC0301	35	29		28	28			C	C
Vendula Bolechová	D14	HOR0351	ukončila činnost								
Richard Schneidewind	H14	HOR0404	36	30	31	30	30			C	C
Vojtěch Kolátor	H14	HOR0402	23		15		26			C	B
Antonín Holman	H14	HOR0405	42	35	25					C	C
Jáchym Nečesaný	H14	HOR0406	ukončil činnost								
Jan Čihák	H12	HOR0601	1/D	5	18	1/	1/			C	B
Mikuláš Merhulík	H14	NPA0401	30			25				C	C
Zuzana Kuřiková	D14	JIL0353	23	41	19		24			C	C

Jiřina Kynčlová	D14	JIL0354	27	28	21	28				C	C
Tomáš Sucharda	H12	JIL0502	25	28	5	5				C	C
Michal Votoček	H12	JIL0601	27	13		14	9			C	B
Lucie Pitrmucová	D12	JIL0651	19	20	23	16				C	B
Jan Štefan	H12	STH0500	34	33						C	C
Martin Jiříčka	H12	STH0503	7/D							C	C
Dominik Horáček	H12	STH0600	5/D	5/D						C	C
Martin Planík	H12	STH0601	13/ D	10/D						C	C
Ivo Mühlbach	H14	STH0401	8/D	16/D						C	C
Erik Pfeifer	H12	STH0502	ukončil činnost								
Karolína Huřťáková	D12	STH0558	ukončila činnost								
Linda Zahradníková	D14	STH0352	ukončila činnost								
Lucie Messnerová	D14	VRL0456	26	15	14		17			C	B
Matěj Hájek	H14	VRL0402	4/D	4/D	5/	2/	2/			C	C
Jakub Procingr	H14	VRL0305	16	13	11	10	15			C	B
Anna Junková	D14	LTU0453	30		26					C	C
Jan Lazák	H12	LTU0500	15	24	12	21	13			C	B
Katka Hošková	D14	LTU0451	18	18	19	19	20			C	B
Majka Suková	D14	LTU0400	35	31	23	27				C	C

Do výběru Východočeské oblasti bylo zařazeno 9 dětí (v tabulce zvýrazněni tučným písmem).

V podzimní části neobhájili pěkné výsledky z jara Matyáš Štrégl a Natálie Pilná, kteří však na podzim upřednostňovali závody MTBO.