



Martin Fuksa
Zlatá medaile
C1 1000 m

Olympijské hry
Paříž 2024

Josef Dostál
Zlatá medaile
K1 1000 m

Financování mládeže a reprezentace ČR

Ing. Jakub Zavřel

System výběru talentů

30.11.2024

Metodická podpora a monitoring přípravy reprezentantů

Ing. Jakub Zavřel: o mě

- Bývalý závodník na krátké tratě (2015 – 2024)
- Trenérská licence A pro rychlostní kanoistiku
- Člen metodické skupiny a vedoucí vzdělávání trenérů SRK ČSK
- Civilním zaměstnáním R&D pracovník v oblasti difrakční optiky



Financování kanoistiky

- Ve velké většině ze státního rozpočtu přes různé druhy dotací
- Většinu dotací uděluje národní sportovní agentura



ČESKÝ
OLYMPIJSKÝ
VÝBOR



NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA

Zdroje financí pro klub

- **Státní dotace:**
 - Pro svaz z NSA na činnost, na péči o talentovanou mládež, na zajištění státní reprezentace – část přerozděluje do klubů
 - Přímé dotace do klubů
- **Regionální dotace – kraje, města,...**
- **Oddílové příspěvky, vlastní ekonomická činnost (např. pronájmy), sponzoring**



Přerozdělování dotací pro kluby svazem

- Výpočet výše podpory na činnost závisí na:
 - Počtu startujících závodníků v mládežnických kategoriích (10 – 18 let) na závodech Českého poháru v předchozím roce
 - Celkový počet startujících závodníků mládeže starší 15 let
 - Dojezdová vzdálenost na závody ČP



Závody Českého poháru

- 5 závodních víkendů pro kategorie žáků – juniorů (13-18 let)

- 1. ČP vytrvalost: letos 2 km intervalově (sobota) a 4 km hromadně (neděle)
- 2. ČP krátké tratě
- 3. ČP krátké tratě a NZ juniorů
- 4. ČP krátké tratě a MČR (+ benjamínci)
- 5. ČP MČR 5 km (+ benjamínci)



- Benjamínci mají regionální závody, které se počítají do jejich ČP

- Celkem 10 závodů po celé ČR

Sportovní střediska (SpS)

- Určeno pro kluby na podporu benjamínků a mladších žáků (10 – 13 let)
- Bod za účast a klasifikaci v závodě (vystartoval – dojel) => nehodnotí se výkonnost!
- **Potřeba alespoň 4 body pro:**
 - Účast na MČR v krátkých tratích – kromě MČR 5 km jsou všechny závody na jaře
 - Započítání do žebříčku SpS



Sportovní centrum mládeže (SCM)

- Finanční podpora talentované mládeže, pro zajištění jejich přípravy
- Finance dostávají kluby, které s nimi nakládají podle jejich uvážení
- Systém SCM funguje od roku 2006 v současné podobě, všichni aktuální reprezentanti jím prošli
- Dvoukolový systém výběru sportovců:
 - První kolo: specializovaná výkonnost
 - Druhé kolo: testy obecné připravenosti



Sportovní centrum mládeže (SCM)

- Výše podpory je závislá na výši dotace (celkové množství přerozdělovaných peněz) na daný kalendářní rok, počtech sportovců zařazených v SCM a jejich výkonnosti a věku
- 3 výkonnostní skupiny sportovců:
 - Skupina A: sportovci s vysokou mezinárodní výkonností (MEJ a MSJ), tj. finále v OH disciplínách
 - Skupina B: starší sportovci s nejvyšší domácí výkonností
 - Skupina C: ostatní



Sportovní centrum mládeže (SCM)

- Jsou organizována celostátní soustředění primárně pro členy SCM
- Účast je dobrovolná, prolíná se s akcemi RDJ
- V posledních letech se pořádá podzimní soustředění na vodě, dvě zimní soustředění na běžkách v Livignu a dvě jarní soustředění na vodě na Slapech



První kolo SCM

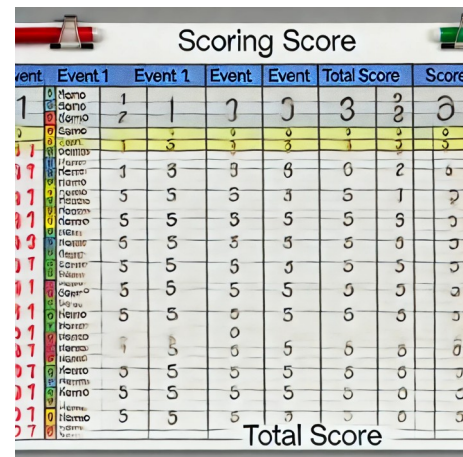
- Jsou bodovány výsledky ze závodů ČP, započítávají se největší bodové zisky, bodují se kategorie K1, C1 a K2, C2:
 - pro žáky a dorost 1 výsledek z dl. tratí a 4 výsledky z kr. tratí (singly + maximálně 1x debl)
 - pro juniory 1 výsledek z dl. tratí a 5 výsledků z kr. tratí (singly+ max. 2x debl)
 - pro kanoistky 1 výsledek z dlouhých tratí a 4 výsledky z kr. tratí (pouze C1)



První kolo SCM

- Kategorie jednotlivců se bodují podle bodovacího klíče:
 - 1 místo 25 bodů
 - 2 místo 21 bodů
 - 3 místo 17 bodů
 - 4 místo 15 bodů
 - 5 místo a každé následující vždy o jeden bod méně

- Kategorie dvojic se bodují podle bodovacího klíče:
 - 1 místo 16 bodů (každý z dvojice)
 - 2 místo 13 bodů
 - 3 místo 10 bodů
 - 4 místo 8 bodů
 - 5 místo a každé následující vždy o jeden bod méně



Event	Event 1	Event 2	Total Score	Score
1	1	1	2	0
2	2	1	3	0
3	3	2	5	0
4	4	3	7	0
5	5	4	9	0
6	6	5	11	0
7	7	6	13	0
8	8	7	15	0
9	9	8	17	0
10	10	9	19	0
11	11	10	21	0
12	12	11	23	0
13	13	12	25	0
14	14	13	27	0
15	15	14	29	0
16	16	15	31	0
17	17	16	33	0
18	18	17	35	0
19	19	18	37	0
20	20	19	39	0
21	21	20	41	0
22	22	21	43	0
23	23	22	45	0
24	24	23	47	0
25	25	24	49	0
26	26	25	51	0
27	27	26	53	0
28	28	27	55	0
29	29	28	57	0
30	30	29	59	0
31	31	30	61	0
32	32	31	63	0
33	33	32	65	0
34	34	33	67	0
35	35	34	69	0
36	36	35	71	0
37	37	36	73	0
38	38	37	75	0
39	39	38	77	0
40	40	39	79	0
41	41	40	81	0
42	42	41	83	0
43	43	42	85	0
44	44	43	87	0
45	45	44	89	0
46	46	45	91	0
47	47	46	93	0
48	48	47	95	0
49	49	48	97	0
50	50	49	99	0
51	51	50	101	0
52	52	51	103	0
53	53	52	105	0
54	54	53	107	0
55	55	54	109	0
56	56	55	111	0
57	57	56	113	0
58	58	57	115	0
59	59	58	117	0
60	60	59	119	0
61	61	60	121	0
62	62	61	123	0
63	63	62	125	0
64	64	63	127	0
65	65	64	129	0
66	66	65	131	0
67	67	66	133	0
68	68	67	135	0
69	69	68	137	0
70	70	69	139	0
71	71	70	141	0
72	72	71	143	0
73	73	72	145	0
74	74	73	147	0
75	75	74	149	0
76	76	75	151	0
77	77	76	153	0
78	78	77	155	0
79	79	78	157	0
80	80	79	159	0
81	81	80	161	0
82	82	81	163	0
83	83	82	165	0
84	84	83	167	0
85	85	84	169	0
86	86	85	171	0
87	87	86	173	0
88	88	87	175	0
89	89	88	177	0
90	90	89	179	0
91	91	90	181	0
92	92	91	183	0
93	93	92	185	0
94	94	93	187	0
95	95	94	189	0
96	96	95	191	0
97	97	96	193	0
98	98	97	195	0
99	99	98	197	0
100	100	99	199	0

První kolo SCM



- **Počet vybraných závodníků do SCM se liší podle kategorie**

- Určuje jej mimo jiné počet závodníků v daném ročníku, s věkem se snižuje
- Ročník 2010 (v roce 2024 starší žáci)
- Ročník 2007 (v roce 2024 mladší junioři)

- 13 kajakářů
- 10 kanoistů
- 11 kajakářek
- 3 kanoistky



- 7 kajakářů
- 5 kanoistů
- 4 kajakářky
- 0 kanoistek



Druhé kolo SCM

- **Testy obecné připravenosti**
 - Cílem testů je donutit oddíly k všeobecné přípravě závodníků, aby pouze nepádlovali
 - Pro většinu závodníků nebývá problém splnit bodové hranice
- **Do druhého kola jsou pozváni sportovci na základě výběru v prvním kole**
- **Termín testů bývá obvykle na začátku listopadu, v případě neúspěchu nebo neúčasti je určen náhradní termín, obvykle v prosinci**



Druhé kolo SCM

- **Do roku 2020 se obecné testy skládaly z disciplín:**

- Bench press a bench pull s polovinou hmotnosti závodníka (zaokrouhlováno po 2,5 kg) na 2 min
- Běh na 1500 m pro chlapce, běh na 800 m pro dívky
- Plavání na 200 m

- **V roce 2021 došlo ke změně testovací baterie z důvodů:**

- Testy neodpovídaly aktuálním trendům ve sportovním tréninku
- Změna OH disciplín (opouštění 1000 m a příklon k 500 m)



Druhé kolo SCM

- **Testovací baterie od roku 2021:**
 - **Test pohyblivosti:** vzpažení zády ke zdi, dřep s tyčkou, rotace v sedě
 - **Rychlostní test:** běh na 50 m
 - **Silový test:**
 - **Bench press:** dívky dorostenky 60% hmotnosti, dívky juniorky a chlapci dorostenci 80 % hmotnosti a chlapci junioři 100 % hmotnosti
 - **Shyb:** dívky a chlapci dorostenci s vlastní vahou, chlapci junioři 125 % hmotnosti
 - **Test explozivní síly:** hod medicinbalem od prsou zády ke zdi, skok do dálky snožmo
 - **Anaerobně vytrvalostní test:** běh 800m, plavání 100m



Reprezentační družstvo juniorů (RDJ)

- Zajišťuje státní reprezentaci, především účast na MEJ a MSJ
- Pro mladší závodníky účast na závodech OH nadějí
- Společná soustředění před vrcholnými akcemi
- Velká provázanost s SCM



Mgr. Pavel Hottmar
Vedoucí SCM, RDJ, RDS

Reprezentační družstvo juniorů (RDJ)

- Společné zimní testování (leden a únor) pro monitorování obecné přípravy závodníků
 - Testy se stejnou náplní jako testy SCM
 - Bez testu mobility
 - Plus test maximální síly (1 RPM) na bench press a bench pull



System resortních sportovních center (RSC)

- V ČR jsou 3 resortní centra zajišťující přípravu vrcholových sportovců
- Při přechodu mládeže do kategorie dospělých jsou vždy nejlepší z ročníku navrženi svazem k zařazení do jednoho z RSC



System resortních sportovních center (RSC)

- Úkolem RSC je kompletně zabezpečovat přípravu sportovců
- V zásadě dvě možnosti zařazení:
 - Nejlepší závodníci se stávají zaměstnanci RSC a pobírají plat
 - Výše úvazku a platu se odvíjí od výsledků na mezinárodní scéně
 - Zařazení do RSC bez pracovní smlouvy
 - Závodníci dostanou možnost přípravy s profesionálním trenérem v jeho tréninkové skupině, mohou využívat zázemí RSC včetně např. rehabilitace
 - Podle výkonnosti a financí RSC jsou jim placena soustředění



System resortních sportovních center (RSC)

- Svaz podle aktuálních možností pomáhá RSC s rozpočtem např. doplácením soustředění
- Pro nejlepší závodníky zajišťuje nadstandardní služby, na které by v rozpočtu jednotlivých RSC chyběly peníze
- Příprava závodníků probíhá pod vedením osobních trenérů ve spolupráci s vedoucím RSC a vedením RDS
- Svaz nemá na RSC přímý vliv, mohou vznikat spory

Reprezentační družstvo seniorů (RDS)

- Cílem je úspěšná reprezentace ČR na mezinárodních soutěžích, především OH, MS a ME
- Úkoly:
 - Zajišťovat výjezdy na mezinárodní akce
 - Vytvořit systém výběru reprezentantů na mezinárodní akce
 - Ve spolupráci s RSC koordinovat přípravu reprezentantů

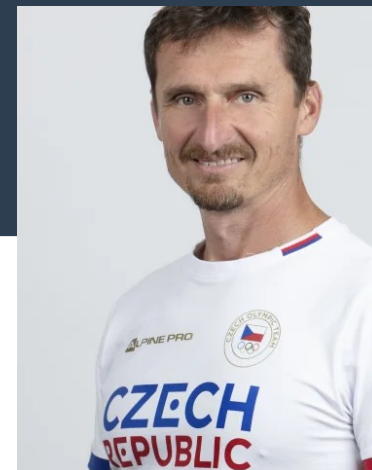


Mgr. Jan Štěrba
Vedoucí přípravy K4
Člen metodické skupiny SRK ČSK



RDM

- Cílem je úspěšná reprezentace ČR na mezinárodních soutěžích, především WG, MSM a MEM
- Je vyčleněna z RDS, má svého vedoucího, nominační kritéria, rozpočet
 - Společné pro juniory, U23 i dospělé
 - Omezený rozpočet



Mgr. Tomáš Ježek
Vedoucí RDM
Vedoucí VICTORIA VSC



Český pohár v maratonu



- **Pro podporu maratonu v ČR**
 - Určen pro kategorii juniorů, ale především dospělých – na rozdíl od ČP
- **V programu závody i mimo ČR v krátké dojezdové vzdálenosti, 2024:**
 - Orlický m., Vídeňský m., Slapy-Praha, MČR v m., Zvíkovský m., Krumlovský m.
- **Nejlepší závodník v kategorii, který se zúčastnil alespoň 5ti závodů má následující rok nárok finanční podporu na účast na zahraničním závodě podle výběru (např. SP, tradiční mezinárodní maraton)**

Podpora od ČOV

- ČOV podporuje přípravu nejlepších sportovců v rámci olympijských sportů:
 - Formou vědecké, lékařské a metodické podpory
 - Nejlepší sportovci s předpokladem zisku olympijské medaile mají další přímou finanční podporu, případně možnost účasti na např. regeneračních mimo sezonních kempech



Metodická podpora české reprezentace

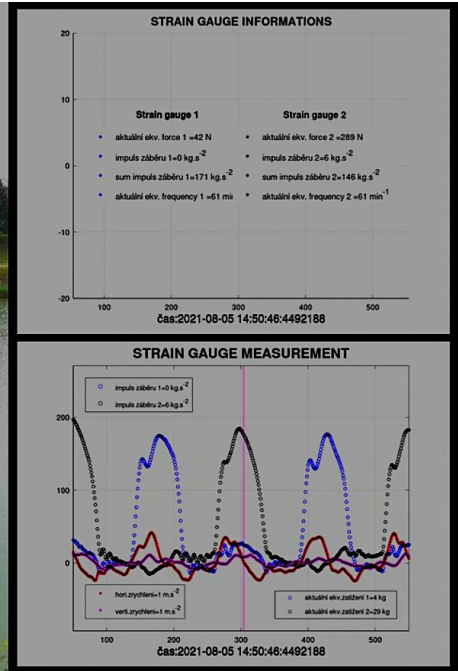
- Sportovci v RSC mají povinnost účastnit se pravidelného testování monitorujícího jejich přípravu
- Testy jsou rozložené v průběhu roku:
 - 1x Preventivní lékařská prohlídka
 - 2x Schodovitý zátěžový test na vodě (laktátová křivka)
 - 2x Wingate test na rumpálu (anaerobní schopnosti)
 - 1x Výkonnostní testy RDS (síla, běh, plavání)
 - 1x Test VO₂ max na pásu, trenažéru/běhátku (aerobní schopnosti), analýza krve a složení těla



Metodická podpora české reprezentace

- **Další testy:**
 - Častější krevní odběry např. kvůli monitoringu vysokohorské přípravy
 - Tenzometrie
 - Máme vyvinutý systém pro tenzometrii provázaný s videem
 - Používá se pro analýzu techniky
 - Pro část reprezentace v některých letech povinná (pomocné kritérium pro skládání K4)
 - U mladších závodníků může být proměnná (ještě nezafixovaná technika a možnost korekcí), u starších závodníků podle našich zkušeností stabilní

Tenzometrie



Metodická podpora české reprezentace

- Na konci sezony dává metodická skupina zhodnocení připravenosti každého sportovce a doporučení pro trénink na další sezonu (mimo průběžných zpráv a konzultací) s ohledem na:
 - Výkonnost v daném roce
 - Provedená vyšetření
 - Absolvování obecných testů
 - Znalosti závodníků, např. průběhů tratí, somatotypů



Evidence tréninku

- **Sportovci mají povinnost vést si tréninkové deníky**
 - Členové SCM fasují papírové deníky na každou sezonu (sezona končí přelom září-říjen)
 - Musí evidovat týdenní součty na stránkách kanoe.cz
 - Kontroly deníků na testech, společných soustředěních, závodech
 - Členové RSC vyplňují tréninkový deník Yarmill v předepsaném rozsahu, kontroluje pravidelně metodická skupina



Evidence tréninku

SKUTEČNOST PLÁN ANALYTIKA DOCHÁZKA SOUBORY OSTATNÍ NASTAVENÍ

Týden Motiv < 25. 11. - 01. 12. 2024 > ↓

48. Týden

ráno

dopoledne

Voda-7km (2x1' pv, 1'rv, 30" tt, 8x50m tt)
Voda-12km (4x(3'pv, 3'pv, 3' rv i1')


odpoledne

Voda-8km
Posilování-60' (švihadlo, jednoručky, benč a přítah, břicha a dřepy)

tepová frekvence

ráno večer

aktivity ze sporttesteru

Jiné v 8:51 

	po 25. 11.	út 26. 11.	st 27. 11.	čt 28. 11.	pá 29. 11.	so 30. 11.	ne 1. 12.	Celkem
DZ	1							1
JZ	2							2
HZ	04:30							04:30
REG								
ZD								
DN								
DZO								
HC								
STA								
VC	27							27
RT								
TT	0,5							0,5
RV	2,6							2,6
PV	5,2							5,2
POS	01:00							01:00
SPOS								
PB/E								
RT								

Metodická podpora české reprezentace

- Spolupráce s předními českými odborníky z medicínského prostředí na další metodické podpoře reprezentantů
- V gesci osobních trenérů



Prof. MUDr. Libor Vítek, PhD, MBA
Sportovní výživa



MUDr. Jiří Dostal
Sportovní lékařství,
vysokohorská příprava

Děkuji za pozornost