



Koncepcia prípravy a nominačné kritériá Reprezentácie juniorov a seniorov SR v rádiovom orientačnom behu 2019



A) Ciele a filozofia

Naším prvoradým cieľom bude najmä motivovať nádejných reprezentantov k systematickému tréningu, prebudíť v nich chuť športovať, trénovať a férovo pretekať.

Len pri dlhodobom a pravidelnom tréningu môžeme pomýšľať na stanovenie si vysokých výkonnostných cieľov. Ak budú pretekári poctivo trénovať, výsledky prídu skôr či neskôr samé.

Cieľom nie je jednorazový náhodný úspech, ale udržanie si vysokej výkonnosti počas dlhého obdobia, kedy sú športovci v športe, akým ROB je, na výkonnostnom vrchole. Vtedy aj prostriedky a úsilie venované príprave môžu prinášať ovocie vo forme športových úspechov na vrcholných podujatiach, a to každoročne.

Dôležitým princípom, na ktorom chceme stavať, je Fair play. Jasné pravidlá a ich dôsledné dodržiavanie. A to rovnako zo strany pretekárov, ako aj trénerov, či vedenia ROB v rámci SZR.

Výkonnostné ciele pre ME 2019 aj MS 2020 stanovíme postupne, po rozhovoroch s jednotlivými adeptmi na členstvo v reprezentácii. Vyvrcholením nášho spoločného úsilia budú MS 2020, s medzivrcholom na ME 2019.

Naším cieľom bude vždy pripraviť jednoznačné, transparentné nominačné kritériá, na základe ktorých sa vrcholných podujatí zúčastnia vždy tí najlepší, bez umelého uprednostňovania „mladých nádejných“ alebo „starých skúsených“. S nomináciou nebude možné obchodovať, ani ju svojvoľne účelovo meniť. Pretekárom bez preukázaného občianstva SR nebude umožnené čerpať financie SZR na prípravu a štart na ME (MS).

V príprave budeme uplatňovať individuálny prístup, u niekoho vylepšením slabých stránok, u iného posilnením silných stránok, prípadne oboje súčasne ☺.

Nedá sa preto povedať, že budeme uprednostňovať napr. bežeckú, alebo všeobecnú telesnú prípravu, alebo technickú („rádiovú“ či orientačnú), taktickú, či psychickú prípravu – každý pretekár potrebuje vlastný mix. Samozrejme sme si vedomí rôznych nárokov kladených na pretekárov jednotlivými usporiadateľmi ME či MS, a tomu bude prispôsobený výber nominačných pretekov, nominačné kritériá, i formy prípravy v jednotlivých rokoch.

B) Plán činnosti

Tréningová činnosť v kluboch a individuálna

Základom tréningu nemôže byť príprava na úrovni reprezentačných výberov, táto môže byť nadstavbou na klubovej a individuálnej príprave. Z tohto dôvodu je nutná spolupráca s klubovými či osobnými trénermi, pri junioroch aj s rodičmi.

Evidencia pretekárskej a tréningovej činnosti

Tréningové denníky (pretekári)

Odporúčame dôkladnú evidenciu tréningovej činnosti, táto však nie je podmienkou nominácie.

Evidencia účasti a výsledkov na pretekoch, testoch, sústredeniach, spoločných tréningoch (tréneri)

Tréningová činnosť na sústredeniach a prípravných pretekoch

Činnosť na sústredeniach nemôže nahrádzať individuálnu prípravu a bude sa zameriavať na zdokonalenie technicko-orientačných návykov a na odstraňovanie konkrétnych chýb jednotlivých pretekárov. Takisto prehĺbenie teoretických znalostí a na budovanie taktického myslenia.

Zaradenie OB do prípravy – pre zvyšovanie orientačných aj kondičných schopností, ako nutná príprava na preteky vo foxoringu.

Súčasťou spoločnej tréningovej činnosti bude snaha o vytvorenie priateľskej klímy v celom reprezentačnom výbere.

Neoddeliteľnou súčasťou prípravných pretekov je technicko-taktická porada pred pretekmi (v predvečer) a dôkladný rozbor po pretekoch (analýza chýb, poučenie pre pretekára i trénera). Hľadanie a odstraňovanie najslabších miest vo výkonnosti pretekárov. Súčasťou rozboru je zaznamenanie postupov, chýb, archivácia máp, výsledkov.

Plán akcií 2019:

Uvedené akcie sú odporúčaný program pre reprezentantov, finančné príspevky zväzu budú diferencované podľa zaradenia do A alebo B výberu a podľa druhu akcie.

Pre pozvaných pretekárov budú všetky sústredenia a vybrané prípravné preteky s finančným príspevkom zväzu, výška prípadného spolufinancovania bude uvedená najneskôr v pozvánke. Rozpočet reprezentácie bude spracovaný až po tom, ako bude známa výška dotácie od MŠVVaŠ SR a následne Komisiou ROB dohodnuté jej rozdelenie. Preteky slovenského pohára a slovenské preteky v OB sú na náklady klubov / vlastné. Dolad'ovacie sústredenie a ME sú pre nominovaných plne hradené z prostriedkov SZR.

Podmienkou na finančné príspevky zo strany SZR je uhradený členský príspevok do SZR na príslušný rok.

Akcie do termínu ME:

6.-7.4.	M ČR NROB + DT	(kluby)
18.-22.4.	Technické sústr., Doksy ČR	3x preteky OB Velikonoce ve Skalách + tréningy ROB (repre)
27.-28.4.	Hrčavský Vlk Písek u J.	3 nom. preteky – 144 MHz, 3,5 MHz, šprint (kluby)
4.-5.5.	Martinský pohár	3 nom. preteky – 144 MHz, 3,5 MHz, šprint (kluby)
11.5.	Nominačný fox S Písek u J.	1 nom. preteky pre S – fox + tréningy OB 10.-12.5. (kluby)
18.(19.)5.	Nominačný fox J JM	1 nom. preteky pre J – fox + 3x preteky ROB (kluby)
23.-26.5.	ROB Dobrovnik SLO	3x preteky ROB (výjazd repre)
8.-9.6.	ROB ČR Bílovice	2 nom. preteky – 144 MHz, 3,5 MHz (kluby)
15.-16.6.	OB Žilina	2x preteky OB (kluby)
22.-23.6.	Kysucký pohár	(záložné nominačné preteky, náhrada za zrušené) (kluby)
30.6.-4.7.	WYAC Vinitsa UKR	(mladí junióri, v rézii žiackej reprezentácie)
10.6. (24.6.)	návrh nominácie na ME	
10.-15.7.	ROB Primorsko BUL	4x preteky ROB (výjazd repre ?)
10.-14.7.	OB Wawel Cup POL	5x preteky OB, alternatíva k BUL
24.-28.7.	OB OO Cup Bohinj SLO	5x preteky OB + tréningy šprint ROB) (výjazd repre)
31.7.-5.8.	ROB Truskavec UKR	4x preteky ROB (výjazd repre)
10.-11.8.	M POL ROB	2x preteky ROB (výjazd repre ?)
16.-18.8.	M severu Kongsberg NOR	2x preteky ROB (výjazd repre ?)
19.-23.8.	Dolad'ovacie sústredenie	termín a miesto upresníme (repre)
24.-25.8.	M SR ROB	2x preteky ROB (kluby)
2.-8.9.	ME ROB Rogla SLO	4x preteky ROB

Použité skratky:

ROB	rádiový orientačný beh
OB	orientačný beh
M	majstrovstvá
fox	foxoring
ME	Majstrovstvá ROB regionu 1 IARU
IARU	International Amateur Radio Union
WYAC	žiacke majstrovstvá sveta
NROB	nočný ROB
DT	preteky v ROB na dlhých tratiach
J.	Jablunkova
S	seniori
J	juniori
JM	južná Morava
POL, BUL, SLO, ČR, NOR	názvy krajín

C) Nominácia a reprezentačné výbery

Nominácia do reprezentačného družstva

1/ Reprezentačný výber B, bude stanovený na základe výkonov a výsledkov v uplynulých rokoch a po individuálnych rozhovoroch.

2/ Reprezentačný výber A. Pretekári s vysokým predpokladom úspešnej nominácie, s úspechmi na MS 2018.

3/ Zloženie oboch výberov bude zverejnené po individuálnych rozhovoroch, najneskôr 28.2.

4/ Reprezentačné družstvo juniorov a seniorov SR v ROB pre ME bude vytvorené po posledných nominačných pretekoch z pretekárov nominovaných (a Komisiou ROB schválených) na vrcholné podujatie. Ďalšia dolaďovacia príprava bude zameraná len na týchto pretekárov (prípadne náhradníkov).

Nominácia na vrcholné podujatia a nominačné kritériá

Nominačné kritériá musia byť dopredu dané, jasné, nemenné, musia povzbudzovať k tréningovému úsiliu a pretekárskemu nasadeniu a musia budiť dôveru. Nik nesmie po nominácii pociťovať nespravodlivosť.

Nominačné preteky sezóny 2019:

3,5 MHz	3x
144 MHz	3x
foxoring	1x
šprint	2x

Termíny a miesta vid' plán akcii.

V prípade zrušenia alebo neregulárnosti niektorého z pretekov budú náhradné nominačné preteky na KP (prioritne príslušný typ pretekov, náhradný/é disciplíny budú upresnené po pretekoch v Bíloviciach a po zverejnení pozícií Kysuckého pohára).

V prípade zrušenia alebo neregulárnosti záložných pretekov sa preteky rušia bez náhrady a do rebríčka za tieto preteky všetci zapíšu 0 bodov.

Každá kategória sa posudzuje osobitne, pre zrušenie musia byť ovplyvnené výsledky SK pretekárov.

Počet nominačných pretekov je 9, počet započítavaných pretekov je 6.

V prípade nemožnosti nominácie podľa tohto kľúča navrhuje nomináciu hlavný tréner, podľa vlastných kritérií. Rovnako pri špekulatívnom manipulovaní s regulérnosťou nominačných pretekov.

Bodovanie nominačných pretekov:

Do nominačného rebríčka získa najlepší slovenský pretekár 100 bodov, ostatní pretekári podľa % časovej straty. Pretekári s dvojnásobným a väčším časom a pretekári s menším počtom vysieláčov ako celkový (slovenský) víťaz pretekov získavajú 0 bodov. Zaokrúhlenie na 2 desatinné miesta.

Príklad:

		Čas	TX	Body do nominačného rebríčka
1.	Karel Fučík	55:00 min.	5	
2.	1. slovenský pretekár	60:00 min.	5	100,00 bodov
3.	2. slovenský pretekár	66:00 min.	5	90,00 bodov
10.	3. slovenský pretekár	90:00 min.	5	50,00 bodov
18.	x-tý slovenský pretekár	121:00 min.	5	0,00 bodov
19.	y-tý slovenský pretekár	70:00 min.	4	0,00 bodov

Nominačné kritériá:

1/ Prví traja pretekári s najvyšším bodovým súčtom 6 najvyšších hodnôt z nominačných pretekov sú nominovaní v poradí nominačného rebríčka.

2/ Pri rovnosti bodov rozhodujú postupne 7., 8., 9. nominačné preteky. Inak rozhodne tréner.

4/ V prípade značného výkonnostného odstupu tretieho nominovaného pretekára je možné redukovať počet nominovaných na 2.

5/ Pretekár má právo odmietnuť nomináciu, bez udania dôvodu, do 3 dní od jej zverejnenia, bez vzájomných finančných nárokov. V príprave na ďalšiu sezónu však takýto pretekár môže figurovať ako samoplátca.

6/ Náhradníci sú ďalší v poradí nom. rebríčka. Prípadný štart náhradníka je za rovnakých podmienok, ako riadne nominovaného.

D) Realizačný tím

Hlavný tréner: Jozef Král
Druhý tréner: Peter Jurčík
Doktor: Slavomír Nosál
Plus ad hoc pomocný technický personál, masér a pod.

E) Veteráni

Po zistení záujmu o štart na ME sa podľa dohody so zainteresovanými pripraví nominačný kľúč pre veteránske kategórie.

Pre rôzne poriadateľské povinnosti zainteresovaných navrhujem nominačné preteky v termíne 8.-9.6. v Bíloviciach, bodovanie ako u juniorov a seniorov, rozhoduje súčet oboch pretekov. Prípadne je možné doplniť tretie preteky na niektorom nominačnom foxoringu.

Pretekári veterárskych kategórií, ktorí sa zúčastnia vrcholného podujatia sezóny (ME), budú súčasťou spoločného tímu reprezentácie SR a budú mať zabezpečenú podporu od členov realizačného tímu slovenskej výpravy. Počas ME sú však povinní dodržiavať vnútorný poriadok reprezentácie (životosprávu) rovnako ako ostatní reprezentanti.

Náklady spojené s účasťou znášajú pretekári veterárskych kategórií sami, prípadný príspevok zo SZR je v kompetencii Prezídia SZR, resp. Komisie ROB pri SZR.

F) Komunikácia

Bude jasne stanovený hlavný informačný kanál (web), kde budú zverejnené všetky informácie týkajúce sa reprezentácie. Navyše všetci reprezentanti, realizačný tím, členovia Komisie ROB pri SZR a Prezident SZR budú vždy informovaní aj e-mailom.

V Žiline, Návrh 15.2.2019, schválená verzia 19.2.2109

Predkladá: Ing. Jozef Král, T5