

## **Kritéria pro zařazování a vyřazování sportovců do SCM v rychlostní kanoistice pro rok 2024**

**Systém výběru sportovců je dvoukolový:**

- 1 kolo - výběr podle úrovně speciální výkonnosti (výběr na základě výsledků dosažených v předcházející sezoně).
- 2 kolo - výběr podle úrovně obecné připravenosti (zúčastní se sportovci vybraní na základě výsledků prvního kola výběru).

**Pravidla pro výběr na základě speciální výkonnosti – 1. kolo:**

V 1.kole výběru do SCM 2024 budou započítány nejlepší výsledky ze všech závodů ČP 2023, přičemž se hodnotí celkový bodový zisk z nejlepších výsledků každého závodníka (součet nejvyšších bodových zisků) na K1, C1, K2, C2. ze stanovených závodů z ukončené sezóny, přičemž se započítává:

- pro žáky a dorost 1 výsledek z dl. tratí a 4 výsledky z kr. tratí (singly+debly)
- pro juniory 1 výsledek z dl. tratí a 5 výsledků z kr. tratí (singly+debly)
- pro kanoistky 1 výsledek z dlouhých tratí a 4 výsledky z kr. tratí (pouze C1)
  
- 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.
  - Posledním bodovaným místem je místo 18té při 18 a více startujících posádkách.
  - Je-li startujících méně než 18 získává poslední závodník jeden bod a celé bodování je příslušný počet bodů sníženo.
  
- 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.
  - Posledním bodovaným místem je místo 11té při 11 a více startujících posádkách.
  - Je-li startujících méně než 11 získává každý závodník poslední posádky jeden bod a celé bodování je příslušný počet bodů sníženo.

- V dané věkové skupině a lodní kategorii bude v prvním kole vybráno:
  - 13 kajakářů st. žáků (nar. 2009)
  - 7 kanoistů st. žáků (nar. 2009)
  - 12 kajakářek st. žákyň (nar. 2009)
  - 1 kanoistka st. žákyně (nar. 2009)
  - 7 kajakářů dorostenců prvním rokem (nar. 2008)
  - 6 kanoistů dorostenců prvním rokem (nar. 2008)
  - 9 kajakářek dorostenek prvním rokem (nar. 2008)
  - 3 kanoistky dorostenky prvním rokem (nar. 2008)
  - 10 kajakářů dorostenců druhým rokem (nar. 2007)
  - 6 kanoistů dorostenců druhým rokem (nar. 2007)
  - 4 kajakářky dorostenky druhým rokem (nar. 2007)
  - 6 kajakářů juniorů prvním rokem (nar. 2006)
  - 6 kanoistů juniorů prvním rokem (nar. 2006)
  - 7 kajakářek juniorek prvním rokem (nar. 2006)
  - 3 kanoistky juniorky prvním rokem (nar. 2006)

### **Pravidla pro výběr na základě obecné připravenosti – 2.kolo:**

- Nejpozději do 15.10.2023 zveřejní vedoucí SCM konečný seznam sportovců vybraných na základě prvního kola a oznámí kanoistickým oddílům a klubům přesné termíny a místa konání druhého kola výběru do SCM. Termín testů je plánován na 11.11. nebo 12.11.2023. Druhého kola se účastní pouze sportovci vybraní v prvním kole.
- Pro výběr je zvolena následující testovací baterie:
  - test pohyblivosti – 3 cviky – vzpažení zády ke zdi, - hodnotí se rozsah pohybu, dřep s tyčkou - hodnotí se technické zvládnutí pohybu, rotace v sedě - hodnotí se rozsah pohybu,
  - rychlostní test: běh na 50m, hodnotí se dosažený čas
  - silový test tlak - bench s činkou podle aktuální hmotnosti závodníka. Dívky nar. 2007, 2008 60% hmotnosti, dívky nar. 2005, 2006 – 80% hmotnosti, chlapci nar. 2007, 2008 80% hmotnosti, chlapci nar. 2005, 2006 – 100% hmotnosti, započítává se počet správně provedených cviků.
  - silový test tah – shyby dívky vlastní vahou, chlapci nar. 2007, 2008 vlastní vahou, chlapci nar. 2005, 2006 – 125% hmotnosti. Započítává se počet správně provedených cviků.
  - test explozivní síly: hod medicinbalem od prsou zády ke zdi, skok do dálky snožmo. Hodnotí se vzdálenost hodů a vzdálenost skoku
  - anaerobně vytrvalostní test: běh 800m, plavání 100m, hodnotí se dosažený čas
- Rozhodování o správnosti provedení cviků je v kompetenci vedoucího trenéra SCM nebo jeho pověřeného zástupce.

- Bodové zisky odpovídající jednotlivým výkonům budou uvedeny v tabulkách vydaných v daném roce.
- U všech sportovců budou do celkového bodového zisku započteny všechny testované disciplíny
- Možnosti bodových zisků různých disciplín jsou různé (různá váha každé disciplíny)  
Bodovací tabulky jsou totožné jako v roce 2022/2023
- Pro zařazení do systému SCM musí závodník překročit předem stanovený limit celkového počtu získaných bodů. Limit pro rok 2024 je 160 bodů
- Pro kandidáty, kteří se nemohli v řádném termínu obecných testů zúčastnit nebo v řádném termínu druhým kolem výběru neprošli bude vypsán náhradní termín testování.
- Cestovné na testování v řádném termínu bude sportovcům hrazeno z rozpočtu SCM.

## **Metodické podmínky obecného testování**

### **Pohybové minimum**

Pomůcky k testu: Tyč o průměru 25mm s minimální délkou 150cm, tvrdá podložka o tloušťce 25mm, podložka s vyznačením úhlových výsečí, vysoká lavice, masážní hladký válec a tyčka o délce cca 30cm a průměru 25mm.

### **Flexe ramen**

#### **ZÁKLADNÍ POLOHA**

- Sportovec ve stoji zády ke zdi
- Chodidla jsou na šířku kyčlí ve vzdálenosti půl stopy od zdi
- Hlava, lopatky a hýždě jsou v kontaktu se zdí
- Paže jsou volně svěšeny podél těla
- V oblasti bederní páteře sportovec drží tyč, kterou tlačí zády oproti zdi
- Tyč je umístěna zhruba ve výši loktů (paže jsou svěšeny)

#### **TEST**

- Sportovec pomalým pohybem obou paží postupně vzpažuje. Paže neustále natažené
- V průběhu pohybu paží sledujeme zda udrží tyč stále ve stejné poloze. Tyč tedy promítá polohu bederní páteře vůči zdi

#### **HODNOCENÍ**

- 2 body - sportovec provede celý pohyb do polohy kdy jsou lokty i zápěstí v kontaktu se zdí
- 1 body - sportovec provede téměř celý pohyb, ale nedokáže přitisknout lokty a zápěstí ke zdi bez toho aniž by nedošlo k vypadnutí tyče
- 0 bodů - sportovec neudrží základní polohu a tyč mu padá ještě před dosažením nadloktí do úrovně uší při vpažení

## **Dřep**

### **ZÁKLADNÍ POLOHA**

- Sportovec stojí s chodidly mírně od sebe v poloze širší než jsou jeho kyčle. Bez obuvi.
- Paže drží tyč vodorovně. Nastavit úchop tyče tak, aby paže byly natažené a tyč byla v úrovni kyčlí
- Vzpažit v nastaveném úchopu, aby pomyslná svislice od tyče dolů byla v úrovni mezi špičkou a patou chodidla

### **TEST**

- Postupný pohyb do polohy dřepu
- Sledujeme rozsah, polohu tyče v předozadní rovině vůči chodidlům a plynulost pohybu bez přepadnutí

### **HODNOCENÍ**

- 2 body - sportovec provede plný dřep, dostane úroveň hýždí pod úroveň kolen, nepřepadne a udrží tyč na úrovni chodidel po celou dobu pohybu.
- 1 bod - sportovec nedokáže provést pohyb na rovné podlaze dle výše popsaných bodů. Stejný pohyb provede s podložením pat o výšce podložky 25mm.
- 0 bodů - sportovec nedokáže provést pohyb ani s podložením pat. Nedosáhne potřebného rozsahu, neudrží tyč v potřebné rovině nebo přepadává vzad.

## **Mobilita páteře**

### **ZÁKLADNÍ POLOHA**

- Sportovec sedí na vysoké lavici, mezi kolena svírá válec postavený na výšku, nohy volně svěšeny dolů
- Spojením dlaní před hrudní kostí sevřít tyčku jejíž jeden konec je mírně zasunut do prohlubně nad hrudní kostí, druhý míří vpřed před tělo
- Tělo je napřímeno vzhůru

### **TEST**

- Snaha o maximální možnou rotaci bez pomocných, kmitavých pohybů a s dlaněmi pořád ve stejné poloze oproti hrudníku
- V krajní poloze krátká výdrž nutná k změření
- Provádíme na pravou i levou stranu

### **HODNOCENÍ**

- 2 body - dosažená rotace 45 a více stupňů
- 1 bod - dosažená rotace 35-44 stupňů
- 0 bodů - dosažená rotace pod 35 stupňů

## **Běh 50m**

- v atletickém hale ze startovních bloků, tretry výhodou
- startovní povely atletické

## **Skok do dálky snožmo**

- na tvrdém pórovitém povrchu
- z místa do písku
- hodnocena vzdálenost od čáry odrazu po dopad sportovce

### **Hod medicinbalem**

- hmotnost 3 kg
- z místa zády ke stěně, paty u stěny, bez odšlapu od stěny, bez pokrčení kolen
- hodnocena vzdálenost od stěny po dopad míče

### **Bench**

- hýždě musí být v neustálém kontaktu s lavicí
- činka musí být spouštěna až k hrudníku a zvedána až do natažených paží
- činka musí být zvedána v přibližně vodorovné poloze
- během testu není možné odložit činku

### **Shyby**

- test na doskočné hrazdě bez možnosti kontaktu se zemí, vzdálenost od stěny 50-80cm
- úchop nadhmatem, čelem ke stěně
- závaží 25% vlastní hmotnosti mezi kolena zavěšené na opasku (chlapci nar.2005, 2006)
- testovaný musí během všech opakování držet na nártách lať (smrkové dřevo 3 x 5 x 80 až 100cm), dotyková plocha protiskluzová - opatřena brusným papírem
- zdvih musí být při každém opakování zahájen z natažených paží
- při každém dokončení zdvihu se testovaný musí dotknout hlavou (čelem) balónku umístěného zhruba 10cm nad žerdí a 15cm před žerdí
- během testu není možné přerušit vis na hrazdě

### **Běh 800m**

- na atletické tartanové dráze dlouhé 200 až 400m,

### **Plavání 100m**

- libovolnou technikou v bazénu dlouhém 25m
- se skokem nebo bez, podle osobních dispozic

### **Přijetí člena SCM**

- Zařazení sportovců do systému SCM navrhuje Výboru SRK ČSK na základě posouzení výsledků obou kol výběru a splnění dalších podmínek vedoucí trenér SCM.
- Podmínkou přijetí je doporučení (lékařská prohlídka) k závodění v rychlostní kanoistice vystavené zařízením tělovýchovného lékařství ne starší než jeden rok vyznačené v registračním průkaze. Pro závodní sezónu 2024 musí být součástí lékařské prohlídky „zátěžové“ EKG - bude požadována lékařská zpráva, která bude podmínkou zařazení do SCM. Sportovci, kteří absolvovali zátěžové EKG v předchozích letech a odevzdali lékařskou zprávu o vyšetření bez nálezu, už znovu zátěžové EKG absolvovat nemusí.

- Ve výjimečných případech je možno zařadit sportovce mimo systém na základě návrhu vedoucího trenéra SCM, souhlasu Rady SCM.
- Do systému nelze zařadit sportovce, kteří nemohou Českou republiku reprezentovat na oficiálních mezinárodních soutěžích.
- Konečné seznamy zařazených sportovců do SCM včetně jejich rozřazení do skupin podle výše přidělených finančních prostředků schvaluje na návrh Rady SCM Výbor SRK ČSK.
- Proti rozhodnutí o nezařazení, příp. vyřazení sportovce do, resp. ze systému SCM, se může kanoistický oddíl do 30 dnů od rozhodnutí odvolat k Výboru SRK ČSK.

### **Vyřazení člena SCM**

Sportovec může být ze systému SCM vyřazen v případě, že přesáhne stanovenou věkovou hranici, v případě nesplnění podmínek výběrového řízení pro následující kalendářní rok, v případě dlouhodobého onemocnění, při neplnění povinností zařazeného sportovce, případně z jiného vážného důvodu. V případě vyřazení sportovce z výše uvedených důvodů v průběhu kalendářního roku, zůstávají finanční prostředky na jeho přípravu pro daný kalendářní rok na detašovaném pracovišti, jehož byl tento sportovec členem. Toto ustanovení se nevztahuje na DP, kde tento sportovec byl jediným členem zařazeným do systému SCM.

### **Podmínky financování přípravy sportovců zařazených do systému SCM**

Výše finančního zabezpečení jednotlivých sportovců je závislá na výši státní dotace pro daný kalendářní rok, na počtu zařazených sportovců, kteří vyhověli výběrovým kritériím, na věku zařazených sportovců a jejich sportovních výsledcích v závodech ČP popř. MSJ, MEJ event. úrovni obecné připravenosti. Vzhledem k tomu, že finanční nároky na zabezpečení sportovní přípravy rostou s věkem a výkonnostní úrovní, budou finanční prostředky přiděleny dle následujícího klíče.

Sportovci budou na základě věku, pořadí v prvním kole výběru do SCM, sportovních výsledků na MEJ, MSJ event. bodového zisku v obecných testech rozděleni do tří skupin:

Skupina A – sportovci s vysokou úrovní výkonnosti na mezinárodní scéně (Mistrovství Evropy a světa juniorů)

Skupina B – sportovci staršího věku s nejvyšší úrovní výkonnosti na domácí scéně

Skupina C – sportovci mladšího věku a starší sportovci s vysokou, ne však nejvyšší úrovní výkonnosti na domácí scéně

Do skupiny A budou zařazeni všichni sportovci SCM, kteří dosáhli finálového umístění v olympijských disciplínách na vrcholných mezinárodních závodech (mistrovství světa juniorů, mistrovství Evropy juniorů).

Do skupiny B budou zařazeni sportovci SCM podle pořadí žebříčků 1.kola výběru:

- 1 kajakářka dorostenka prvním rokem (nar. 2008)
- 2 kajakáři dorostenci druhým rokem (nar. 2007)
- 2 kanoisté dorostenců druhým rokem (nar. 2007)
- 1 kajakářka dorostenka druhým rokem (nar. 2007)
- 2 kajakáři junioři prvním rokem (nar. 2006)
- 2 kanoisté junioři prvním rokem (nar. 2006)
- 2 kajakářky juniorky prvním rokem (nar. 2006)
- 1 kanoistka juniorka prvním rokem (nar. 2006)

Na závodníky zařazené do skupiny C dostane detašované pracoviště základní finanční dotaci (Kč/rok). Pro juniory je dotace o 10.000Kč / rok vyšší než pro dorost.

Na závodníky zařazené do skupiny B dostane detašované pracoviště mimo základní finanční dotaci navýšení o 40.000 Kč/rok.

Na závodníky zařazené do skupiny A dostane detašované pracoviště finanční dotaci ve výši skupiny B navýšenou o částku jejíž výše je závislá na umístění na MSJ či MEJ v olympijské disciplíně, podle následující tabulky, která uvádí umístění a částky v Kč :

#### Pro singlové disciplíny

Umíst.	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
MSJ	120000	80000	60000	40000	36000	32000	28000	24000	20000
MEJ	90000	60000	45000	30000	27000	24000	21000	18000	15000

#### Pro deblové disciplíny

Umíst.	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
MSJ	84000	56000	42000	28000	25000	22000	19000	16000	14000
MEJ	63000	42000	32000	21000	19000	17000	15000	12000	10000

#### Pro K4 500m

Umíst.	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.
MSJ	60000	40000	30000	20000	18000	16000	14000	12000	10000
MEJ	45000	30000	23000	15000	13000	12000	10000	9000	7000

Pro navýšení dotace se započítává pouze nejlepší dosažený mezinárodní výsledek v daném kalendářním roce.

Navýšení dotace je podmíněno umístěním v první polovině startovního pole.

Navýšení základní finanční dotace za mezinárodní výsledek se hlavnímu trenérovi DP nebo trenérovi DP, který závodníka připravoval přiznává i v případě, že sportovec nepokračuje v systému SCM (pouze část použitelná podle prováděcích pokynů na odměnu trenéra tzn. 60% z výše uvedené částky).

**Rozdělování financí v detašovaném pracovišti mezi členy SCM je plně v pravomoci daného oddílu / klubu.** Musí být dodržovány metodické pokyny MŠMT a prováděcí pokyny SCM.