



Zápis z jednání Metodické rady ČSOS

konaného 10.11.2025 ve večerních hodinách online přes platformu ZOOM

Přítomni: Adéla Finstrlová, Radim Hošek, Pavel Košárek, Jana Kubátová, Alena Picková, Martin Štoudek, Veronika Valešová

Hosté: Jan Pícek

Jednání řídil předseda Metodické rady Martin Štoudek

Jednání rady spočívalo v kontrole úkolů a řešení aktuálních problematik týkajících se připravovaných vzdělávacích akcí a běžících projektů.

1. Průběžná a aktuální agenda

- Metodické listy pravidelně vychází.
- Soutěž O žakovskou trať roku 2025 (pořádá OMK sekce OB) - R. Hošek informoval o aktuálním stavu, počtu nominovaných závodů a přípravě podkladů pro hodnocení porotou.
- Témata VŠ kvalifikačních prací garantovaných ČSOS - M. Štoudek informoval o zveřejnění aktualizovaného seznamu na Metodickém portále ve formě Google dokumentu, případné aktualizace budou prováděny přímo do něj.
- Byl rozeslán hromadný e-mail všem držitelům trenérských licencí s informacemi o zimních vzdělávacích akcích, zdrojích využitelných pro zimní přípravu, a také dalších aktualitách.
- Na webu ČSOS byl zveřejněn článek propagující zimní vzdělávací akce pro trenéry i pořadatele.
- Byl vytvořen materiál s návodem pro generování jednoduchých map z platformy Open Street Map, probíhá korektura materiálu.

2. Vzdělávací akce

- 25.-29. října proběhl v Jeseníkách 4. ročník akce YO!Camp pro mladé zájemce o trenérství či pořádání závodů. Zúčastnilo se 13 osob ve věku 15-18 let, akci lektorsky zajistili M. Štoudek, J. Sabol, Š. Mareček, J. Pícek, A. Picková a Z. Rajnošek. Ohlasy na letošní ročník akce byly pozitivní, konání dalšího ročníku se předpokládá v roce 2027 v jiné lokalitě.
- 28. října proběhl ve spolupráci s ČČK workshop Sport Coach+ (organizační zajištění J. Kubátová) zaměřený na témata duševního zdraví, posílení odolnosti a budování kolektivu ve sportu. Zúčastnilo se 17 osob.
- Pavel Košárek a Radim Hošek za OMK sekce OB informovali o stavu příprav Metodického semináře trenérů a rozhodčích (22. a 23. listopadu, Hradec Králové). Byla diskutována





podoba dvou doprovodných aktivit během semináře, které iniciovala Metodická rada - prodej tréninkových pomůcek a metodických materiálů v rámci O-bchůdku a mapový SWAP (burza starých map využitelných např. pro aktivity do tělocvičny).

- 29. listopadu se v Zábřehu uskuteční workshop pro trenéry “Nápady do tělocvičny”, lektorsky zajistí J. Tomeš (DKP) a M. Štoudek.
- 5. až 7. prosince proběhne ve Chvaleticích metodický seminář zaměřený na sprinty a sprintové mapy, který organizuje OMK sekce OB (R. Zbranek). Po dřívější diskuzi bylo rozhodnuto, že účastníků z řad trenérů (a stejně tak i rozhodčích) bude absolvováním semináře prodloužena platnost trenérské licence.
- 14. prosince se v Praze na Strahově uskuteční Workshop nástrojů pro stavbu tratí pro tréninky i závody (zaměření na OCAD resp. Purple Pen a OOMapper), organizační zajištění a koordinace J. Pícek, lektoři Š. Mareček, M. Štoudek, T. Vavřík, P. Košárek, P. Novák.
- 10. ledna bude ve spolupráci s Jihočeskou oblastí uspořádáno školení trenérů 3. třídy na Písecku, vedoucím školitelem bude Pavel Košárek.
- 24. ledna proběhne v Praze workshop pro organizátory závodů - Jan Pícek a Radim Hošek informovali o základních obrysech akce.
- Pro období od ledna do března 2026 jsou připravovány další workshopy nejen pro trenéry, informace budou postupně zveřejňovány:
 - workshop pro trenéry na témata fyzioterapie a stravy
 - workshop pro trenéry na témata sportovní psychologie
 - atletický workshop pro trenéry
 - workshop IT zpracování závodů v SW QuickEvent, pravděpodobně v Plzni

3. Metodické středy

- Během zimního období (½ listopadu až ½ března) budou ve dvoutýdenním intervalu probíhat večerní livestreamy série Metodických střed na YouTube kanále ČSOS.
- Proběhlo předání know-how a potřebných údajů související s výměnou osoby zajišťující technickou stránku přenosů.
- 19. listopadu zahájí sérii přednáška J. Pícka “*Jak získat další finance pro svůj klub*”, pokračovat bude 3. prosince tématem “*Spojte síly! Pořádání velkých závodů ve spolupráci více klubů*” (R. Hošek et al.).
- Témata dalších přenosů budou postupně zveřejňována informačními kanály ČSOS a Metodické rady.

4. Tréninkové pomůcky pro prodej

- Pracovní listy PRO-CVIČ - Probíhá finální korektura pracovních listů PRO-CVIČ před tiskem. Vytisknuté sady pracovních listů budou k prodeji na Metodickém semináři v Hradci Králové a následně na e-shopu (v prodeji balíček 5 vytištěných sad za 999 Kč), kde bude možné pořídit i PDF verzi letošních pracovních listů za 799 Kč k volnému kopírování v rámci oddílu.
- Bylo naskladněno pexeso s mapovými značkami a piktogramy v nové vizuální identitě ČSOS.





- Obrmapa II - v přípravě nová metodická pomůcka, z jedné strany kolečka s izolovanými mapovými značkami, z druhé strany velký hrací plán pro “člověče nezlob se”. Byl diskutován systém prodeje pomůcky.

Rada bude i nadále průběžně pracovat na projektech s využitím systému Freelo. Další společné setkání rady je plánováno na začátek prosince.

Zapsal: Martin Štoudek

