

ProStředoškoláky | Středoškolák roku | Páteční Setkání
Konference Free Spirit | Mentoringový program AMIGO

Závěrečná zpráva

2024/2025

Organizace ProStředoškoláky podporuje mimoškolní vzdělávání

ProStředoškoláky je dobrovolnická nezisková organizace, která od roku 2013 podporuje aktivní středoškolské studenty v jejich osobnostním rozvoji a mimoškolních aktivitách. Věří, že osobní růst probíhá nejen ve školních lavicích, ale především skrze zkušenosti, samostatné objevování a sdílení s ostatními. Vytváří prostor, kde může každý student objevit a rozvíjet své silné stránky v prostředí, které respektuje jeho jedinečnost a pomáhá nalézat smysl i radost v cestě za vzděláním.

Organizaci založili Filip Ibl, Tomáš Zahradník a Robin Ibl během svého studia v maturitním ročníku na Gymnáziu Oty Pavla v Praze Radotíně. Impulsem k její činnosti byl blog, který vzbudil pozornost vzdělávacích institucí Scio a EDUin, a vedl ke vzniku katalogu mimoškolních aktivit a prvních vzdělávacích projektů. Již v roce 2014 se ProStředoškoláky dostalo mezi finalisty soutěže Eduína, která oceňuje inovace ve vzdělávání. V roce 2021 pak organizace obdržela Cenu Gratias Tibi, která je udělována mladým lidem za pozitivní přínos společnosti.

Od počátku se ProStředoškoláky věnuje mapování příležitostí pro mladé lidi, jejich zpřístupňování a podpoře těch, kteří hledají cestu za hranice školních osnov. Aktivity probíhají po celý rok a jsou realizovány dobrovolnickým týmem složeným ze středoškolských i vysokoškolských studentů. Vznikla tak mimo jiné soutěž Středoškolák roku, nejrozsáhlejší Databáze mimoškolních aktivit, mentoringový program AMIGO, Konference Free Spirit, newsletter, komunitní Páteční Setkání nebo Discord server.

Zájem o aktivity v roce 2025 dále rostl, což zároveň dokládá, že prostředí, které spojuje a podporuje, má skutečný význam, vytváří konkrétní přínosy a umožňuje studentům komplexně se rozvíjet vlastním tempem. Děkujeme všem studentům, mentorům a podporovatelům, kteří s námi tvoří tuto komunitu.



Organizační tým ProStředoškoláky

Soutěž Středoškolák roku ocenila aktivní studenty

Soutěž Středoškolák roku je nejznámější iniciativou organizace ProStředoškoláky, která každoročně oceňuje studenty za jejich nadstandardní mimoškolní aktivity a činnost s mimořádným společenským dopadem. Jedná se o největší soutěž v mimoškolních aktivitách v České republice, avšak v posledních letech je důraz kladen zejména na vytváření komunity a přátelských vztahů mezi aktivními studenty napříč republikou. Akce Středoškoláka roku jsou unikátním inspirativním prostředím, které spojuje neobvyklé talenty a rozmanité zájmy v podporující kolektiv.

Přihlašování do Středoškoláka roku probíhalo tradičně na jaře, po kterém následovalo dvoutýdenní hodnocení přihlášek. Porotu letos tvořilo dvacet členů z řad bývalých finalistů soutěže a organizačního týmu ProStředoškoláky. Na hodnocení také dohlíží odborná komise, která schvaluje finální pořadí účastníků. Letošní členové komise byli Jana Wittbergerová z Bakala Foundation v roli předsedkyně, dále Markéta Uhrová za Start it @ČSOB a Karel Klatovský ze společnosti Microsoft. Ze všech přihlášených studentů je vybráno TOP100 finalistů, kteří jsou pozváni na Vzdělávací Akademii Středoškoláka roku. Z této širší kategorie je vybráno i TOP25 finalistů, jimž je nabídnuta účast na Víkendovém Setkání. Kategorie TOP25 je vyhlášována v rámci Slavnostním Galavečeru, na kterém jsou finalistům předány hodnotné ceny. Nejužší kategorií je žebříček TOP10, který má jako jediný určené pořadí a představuje studenty zasluhující podle poroty mimořádné ocenění.

Vzdělávací Akademie

Akademie pro TOP100 nejaktivnějších středoškoláků se v roce 2025 uskutečnila ve dnech 19. a 20. června v prostorách centra Microsoft v Praze. Dvoudenní program byl věnován vzdělávání, inspiraci a v neposlední řadě propojování finalistů Středoškoláka roku. Akademie se opět stala místem sdílení nových myšlenek, kontaktů i místem, kde se mají studenti možnost učit od těch nejlepších z různých oborů.

Program prvního dne zahájila aktivita zaměřená na networking, která vytvořila prostor pro vzájemné seznámení účastníků, výměnu

zkušeností a rozvoj komunity napříč ročníky soutěže.

První přednášku vedl Tomáš Kvapilík, psycholog a psychoterapeut, který účastníkům přiblížil „Cestu k duševní stabilitě“. Ve své prezentaci se zaměřil na nástroje pro zvládnutí stresu, budování psychické odolnosti a zdravé sebereflexe. Hovořil o důležitosti duševní hygieny nejen v období dospívání, klíčové roli vztahů, jistot a opor v každodenním životě, a to vše zasadil do neurofyziologických souvislostí.

Následovala přednáška Bakala Foundation s názvem „Z Česka na světovou univerzitu: Co mi dal můj první rok v Londýně“. Stipendista Daniel Čtvrtečka mluvil o nástrahách i radostech, které jej potkaly v průběhu prvního roku studia na Imperial College London.

Program pokračoval přednáškou „Dřina se vyplácí“ od vítěze Středoškoláka roku 2023 Mojžíra Zálešáka a finalisty TOP25 2024 Martina Kylara, kteří vystoupili za spolek ECONET. Oba ukázali, jak lze propojit ekonomické znalosti s reálnou praxí a jak i v mladém věku pracovat na finanční gramotnosti a investičním uvažování. Po přednášce spolku ECONET následoval coffee break, během něhož byl pro účastníky nachystán raut.





Účastníci Vzdělávací Akademie

Následoval Jiří Burýšek, známý z YouTube jako „Jirka vysvětluje věci“, který se ve své přednášce zaměřil na popularizaci vědy a naučných témat. Účastníky provedl zákulisím tvorby edukativního obsahu a poukázal na důležitost srozumitelné komunikace v době zahlcené informacemi i dezinformacemi.

Program prvního dne uzavřel Hynek Medřický, odborník na světlo a jeho vliv na lidské zdraví. Ve své přednášce „Vliv světla na organismus“ přiblížil biologické procesy související s přirozeným i umělým osvětlením, jeho vliv na cirkadiánní rytmy i spánek a nabídl konkrétní doporučení pro zlepšení každodenního fungování.

Večerní část dne byla věnována neformálnímu setkání v parku Vyšehrad, kde účastníci pokračovali v diskuzích a sdílení zážitků i zkušeností.

Druhý den otevřel Vladimír Hruban z Microsoftu přednáškou „Od chatu k vědci: Evoluce umělé inteligence“. Účastníci se dozvěděli, jak AI transformuje různé oblasti lidské činnosti – od běžného uživatelského využití až po špičkový výzkum. Nechyběla praktická ukázka využití nástrojů, které se stávají běžnou součástí života studentů i profesionálů.

Následovala přednáška Markéty Uhrové, která vede program Start it @ČSOB. Její vystoupení

„Bacha na časté chyby při budování start-upu“ nabídlo praktický pohled na začátky podnikání a upozornilo na nejčastější úskalí, kterým se lze vyhnout díky dobré přípravě a otevřenosti k mentorství.

Odpolední blok patřil oblíbené aktivitě „Otevřené knihy“, kde bývalí finalisté soutěže sdíleli své příběhy, zkušenosti z akademického i pracovního života a odpovídali na otázky letošních účastníků. Tato část Akademie přirozeně propojuje současné a minulé účastníky a pomáhá tím vytvářet komunitu, která se dlouhodobě podporuje, sdílí zkušenosti a navzájem se inspiruje. Podobně jako předchozí den následoval coffee break s občerstvením pro všechny účastníky.

Celou Akademii zakončilo vyhlášení finalistů TOP100, předání ocenění a společná příprava na Slavnostní Galavečer, který tradičně uzavírá celou soutěž.



**STŘEDOŠKOLÁK
ROKU 2025**



Účastnice Vzdělávací Akademie během coffee breaku



Aktivita „Otevřené knihy“ s bývalými finalisty

Slavnostní Galavečer

Předávání cen finalistům vrcholí Slavnostním Galavečerem, během něhož jsou tradičně vyhlášováni finalisté kategorie TOP25. Stejně jako Vzdělávací Akademie se i letošní Galavečer uskutečnil v prostorách budovy Microsoft. Přítomné hosty tvořili účastníci soutěže, jejich blízcí, ředitelé škol i přátelé a partneři organizace ProStředoškoláky. Každý z hostů obdržel program večera a byl usazen do sálu „Praha“. Samotným večerem provedla diváky moderátorka Kateřina Adámková, bývalá účastnice soutěže Středoškolák roku.

Po úvodních slovech přišlo na vyhlášení finalistů kategorie TOP25, kterým byly předány hodnotné ceny. Každý z finalistů zároveň dostal možnost publiku představit své aktivity skrze krátký moderovaný rozhovor. Letošní mimořádností byly speciální ceny udělované partnery organizace ProStředoškoláky. První, nesoucí název Start up roku, byla udělována Start it @ČSOB a z rukou podnikatele Šimona Falty si ji převzal Ondřej Toman za inovativní start up Hope to see. Tento projekt vyvíjí 3D tištěné brýle pro osoby s postižením zraku. Druhou speciální cenu, Sportovec roku od usFutures, předala Kateřina

Kubínová mladé olympioničce Anežce Indráčkové za její mimořádné mezinárodní úspěchy ve skocích na lyžích. Následovala přestávka, během které osazenstvo Galavečera netrpělivě očekávalo vyhlášení vítěze soutěže. Po přestávce pokračovalo předávání cen. Svá ocenění si přebírali finalisté s mimořádnými úspěchy a dopadem, kteří byli vybráni do užšího žebříčku TOP10. Vyhlášení gradovalo až k medailovým pozicím. Třetí místo získal nadaný vědec Václav Verner s mezinárodními úspěchy v oblasti chemie. Na druhé příčce se umístil Nikolas Pippal, který se podílel na světově uznávaných vědeckých projektech. Vyvinul systém detekce nádorové tkáně, který je již využíván ve Fakultní nemocnici Olomouc. Vítězem soutěže Středoškolák roku 2025 se za obrovského potlesku stal Tomáš Čermák, mediálně známý vědec a popularizátor, který má vedle světových úspěchů na poli vědy také zásluhy za šíření osvěty ohledně poruch autistického spektra. Přehled všech finalistů kategorie TOP25 včetně medailonků kategorie TOP10 je k přečtení na [webových stránkách soutěže](#).



Finalisté TOP25 na Slavnostním Galavečeru



Tomáš Čermák přebírající cenu

Středoškolákem roku 2025 se stal Tomáš Čermák

Krom vítěze letošního ročníku Středoškoláka roku je Tomáš Čermák také mnohaletým účastníkem soutěže, a svou cestu k vrcholu doslova vystoupal během svých středoškolských let. Soutěž tak mapuje jeho cestu od roku 2023, kdy se Tomáš umístil jako finalista kategorie TOP100, přes rok 2024, kdy Tomáš obsadil čtvrtou příčku, až po jeho mimořádný rok 2025, který mu zajistil letošní vítězství. Tomáše Čermáka bylo možné v tomto roce zaznamenat v mnoha českých médiích, kde kromě svých vědeckých úspěchů otevřeně sdílí také příběh života s autismem. Předání ceny Středoškoláka roku 2025 během Slavnostního Galavečera zaslouženě doprovodil nekončící potlesk ve stoje od celého sálu a tento moment se tak stal velmi dojemným zakončením Tomášovy cesty soutěží. Tomáš Čermák je zakladatelem spolku STEM_HUB, jehož cílem je popularizace vědy mezi mladými lidmi, a aktivním členem vzdělávací iniciativy ProPedagog. Na stáži ve Fyzikálním ústavu AV ČR se věnoval výzkumu magnetických skyrmionů, jež by mohly přispět k vývoji neuromorfních počítačů.

Se svým ekologicky zaměřeným projektem PURA zvítězil v rámci česko-slovenské dvojice v celosvětové soutěži The Earth Prize. Přes 2 roky pracoval na výzkum AC korónového výboje s cílem odstranit z vody bakterie, léky a drogy, přičemž se stal nejmladším výzkumníkem Ústavu fyziky plazmatu v historii. Díky návrhu implementace zelených řas do energetické infrastruktury získal také 1. místo v Energetické olympiádě. Mimo jiné je držitelem prestižní Ceny Učené společnosti ČR, 2. místa v soutěži České hlavičky, ocenění TECH TALENT Česka a AP Perfect Score. Za svou osvětu v oblasti autismu získal také Cenu Národního ústavu pro autismus.

„Tahle soutěž, žebříček a především komunita v jednom mi neskutečně přirostla k srdci. Před pár lety, když jsem Středoškoláka roku objevil, tak jsem se poprvé necítil jako divnočlověk. Je to sto nejvíc inspirativních a odhodlaných lidí v této zemi, kteří chtějí měnit svět kolem sebe. S těmito lidmi se naše země ve světě neztratí. Patří jim jedno velké díky!“

– Tomáš Čermák

Nikolas Pippal

2. místo

Nikolas je student přijatý na obor Mathematics and Computer Science na University of Oxford, kde zároveň získal plné stipendium. Během středoškolského studia se účastní matematické a fyzikální olympiády, v nichž dosahuje vynikajících výsledků na krajské i celostátní úrovni. Vyvinul systém pro intraoperační detekci mozkových nádorů pomocí Ramanovy spektroskopie, zpracování dat a strojového učení, který se již využívá ve Fakultní nemocnici Olomouc. Za tento projekt získal Grand Award na světovém finále Regeneron ISEF a zvláštní cenu EIROforum Award na soutěži EUCYS. Ve svém dalším výzkumu se věnuje analýze vlivu zeleně na městské mikroklima pomocí satelitních dat, s nímž bude reprezentovat Česko na soutěži CASTIC v Číně. Své znalosti dále prohlubuje na odborné stáži ve výzkumném Institutu Laue-Langevin v Grenoblu. Je vítězem národní přehlídky SOČ, držitelem Ceny Jaroslava Heyrovského a vítězem Expo Science Amavet. Patří mezi vybrané kadety mise Zero-G a kromě vědy se věnuje i sportu jako hokejový rozhodčí.

Václav Verner

3. místo

Václav letos maturuje na střední škole, ale již má za sebou také první ročník vysokoškolského studia na VŠCHT. Vědecké nadšení a systematická práce ho dovedly až k publikaci v prestižním časopise Journal of Medicinal Chemistry, kde figuruje jako druhý autor. Nejde však o jeho první vědecký výstup — ten získal již během studia na Breck School v Minnesotě, kde vytvořil metodický návod pro výuku organické chemie na středních školách, publikovaný v Journal of the ABS Society. Na poli soutěžní chemie patří k české i mezinárodní špičce. Kromě toho, že je letošním vítězem národního kola Chemické olympiády a členem absolutně vítězného týmu na Evropské olympiádě experimentálních věd, tak je také dvojnásobným zlatým medailistou z Mezinárodní chemické olympiády. Letos ho čeká toto klání potřetí. Kromě chemie se věnuje i robotice a v rámci svého středoškolského studia v USA složil 3 AP zkoušky a doučoval znevýhodněné děti matematiku na Robinsdale Elementary School.



Václav Verner přebírající cenu



Finalisté TOP25



Skleněné trofeje vítězů



Účastníci Slavnostního Galavečera

Víkendové Setkání pro finalisty TOP25

Víkendové Setkání finalistů kategorie TOP25 je každoroční příležitostí, jak propojit dvacet pět mimořádně aktivních a inspirativních středoškoláků z celé České republiky. Tito studenti vynikají nejen ve svých mimoškolních aktivitách, ale zároveň reprezentují širokou škálu zájmů a talentů. Setkání jim dává příležitost navázat hlubší vztahy, sdílet zkušenosti a prožít společné chvíle, na které během školního roku obvykle nezbývá čas. Letos se akce konala od 6. do 8. června 2025 v Janských Lázních v Krkonoších.

Páteční program zahájila seznamovací aktivita formou speed-datingu, která finalistům umožnila v krátkém čase navázat první kontakty a zjistit, kolik toho mají společného navzdory rozmanitým zájmům. Večer následoval tradiční týmový víceboj s názvem „ProStředoškolácký dvaadvacetioboj“. Účastníci se ve smíšených týmech snažili splnit co nejvíce kreativních úkolů, mezi nimiž nechybělo například získání jízdního kola a projížďka na něm, nalezení „nejdivnějšího zvířete“, nebo vytvoření vlastního jazyka.

Sobotní dopoledne bylo věnováno prezentacím

vlastních mimoškolních aktivit. Účastníci měli pouze dvě minuty, což vytvořilo prostor pro výraznou kreativitu i osobní styl. Zazněly prezentace například ve formě slam poetry i detektivního příběhu.

V další týmové výzvě měli účastníci za úkol vytvořit sladký dárek, který není k jídlu. Výsledky byly důkazem obrovské kreativity všech zúčastněných. Jedním z nejpůsobivějších momentů byl vznik živého obrazu, do kterého finalisté zapojili děti z mateřské školky, jež byla rovněž ubytována v areálu. Každé řešení přineslo jiný úhel pohledu, sdílenou zábavu i prostor pro týmovou spolupráci.

Celý víkend se nesl ve znamení otevřenosti, sdílení a radosti z přítomnosti podobně naladěných lidí. V prostředí, kde nebylo třeba soutěžit, ale naopak si navzájem fandit, vznikly nové přátelské i profesní vazby, které často přetrvávají i dlouho po skončení soutěže. Setkání finalistů TOP25 ukázalo, že opravdová hodnota soutěže Středoškolák roku nespočívá pouze ve výsledném umístění, ale především v podporující komunitě, která kolem ní vzniká.

Více z atmosféry Víkendového Setkání je k vidění ve videoreportáži na našem [YouTube kanálu](#).



Účastníci Víkendového Setkání

KONFERENCE FREE SPIRIT

Konference Free Spirit letos oslavila 7. ročník a také rekordní účast. Událost se konala 12. dubna 2025 v Kampusu ČSOB v Praze, v jedné z nejekologičtějších budov v Evropě. Přibližně 80 posluchačů z řad nejen středoškoláků, ale i vysokoškoláků, se přišlo inspirovat dnem plným přednášek a networkingu. Po úvodním slovu, respektive scéně moderátora a člena organizačního týmu Metoděje Svobody, přišli diváci pozdravit partneri organizace ProStředoškoláky, Denisa Maková za Bakala Foundation a Arben Prenaj za Start it @ČSOB. Během samotné Konference Free Spirit pak vystoupilo celkem sedm speakerů, bývalých účastníků soutěže Středoškolák roku, kteří nadchli publikum svými myšlenkami a projevem. Hovořili mimo jiné o své cestě aktivního studenta, možnostech mimoškolního vzdělávání či jednotlivých odborných tématech. Podobně jako ostatní eventy od ProStředoškoláky se i Free Spirit soustředí na propojování mladých talentů, a tak konference poskytla i mnoho prostoru pro seznamování, a to například skrze skvělý raut či networkingové aktivity.

Po zahájení celé konference se jako první ujala slova Johana Valová, která se v soutěži Středoškolák roku umístila na 7. místě v roce 2023. Johana je studentkou 1. ročníku na 1. lékařské fakultě UK v Praze, která se od střední školy aktivně věnuje hudbě a umění. Zahrála si na Nové scéně Národního divadla v rámci projektu ND Young, účastnila se mezinárodních klavírních soutěží a aktuálně se nejvíce věnuje zpěvu a skládání vlastní hudby. Je také mistr světa v psaní na klávesnici. Johany přednáška nesla název S všestranností k balancu? Sama ji uvedla: „Pocit, že si v poměrně nízkém věku musíme vybrat obor, jemuž se chceme věnovat, může být poměrně svazující. Je ideálním řešením všestrannost?“ Z reakcí účastníků bylo zřejmé, že se Johaně toto téma podařilo odkomunikovat úspěšně.



Na Johanu plynule navázal Antonín Svoboda, který se ve Středoškolákově roku umístil jako finalista TOP100 v loňském roce a je nyní členem organizačního týmu. Tonda spolu se svým bratrem, a moderátorem Free Spirit, Metodějem patří k mistrům prezentačních dovedností, a tak byla očekávání vysoká. Tonda má za sebou první semestr na 1. LF UK v oboru Adiktologie a to, co doteď ve škole a mimo ni zjistil, se snaží použít, jak sám říká: „aby mohl efektivně žít (a byla trochu sranda).“ Dva roky po sobě vyhrál s bratrem národní kolo prezentační soutěže Prezentiáda, založil a vedl Diskuzní kroužek a také aktivně přednáší nebo vede workshopy na akademiích a v Kampusu Hyberská.

Jako téma přednášky si vybral Efektivní žití – šťastně teď a tady. Snažil se nalézt odpovědi na otázky jako „Jsem dost? A dělám to co dělám z vlastní vůle? Jak dlouho to vydržím?“ Tonda zaujal nejen tématem, ale také projevem a hlavní myšlenkou. Přesvědčil nás, že soutěž Prezentiáda nevyhráli náhodou.

Antonínova přednáška sklídila velký potlesk a po krátké pauze a networkingu zasvětil Tadeáš Vylita, další bývalý TOP25 Středoškoláka roku a člen organizačního týmu, posluchače z řad středoškoláků napříč celou ČR do tématu zálohování nápojových obalů. Tadeáš jako stážista v Mattoni 1873 má na starosti vzdělávací

projekty – připravuje kapitoly o minerálních vodách a biodiverzitě do nových učebnic prvouky pro 1. stupeň ZŠ a vede projekt Cirkulujme. Zároveň je ambasadorem Zálohujme, kde tvoří videa o zálohování na sociální sítě. Závodně hraje a trénuje volejbal a od května 2025 je také učitelem na základní škole.

Svou přednášku zahájil, jak je jeho zvykem, naprosto originálně. Postavil všechny účastníky do kolečka, pustil písničku „Kolo, kolo mlýnský“ a všichni si společně na známý refrén zatančili. Kolo mělo přesah, znázorňovalo dopravní prostředek, bez kterého by se Tadeáš neobešel, ale také značí koloběh vody v přírodě a cirkularitu (opětovné využívání materiálu), na kterou je Tadeáš, co se týká nápojového průmyslu, expert. Přednáška sice narozdíl od ostatních na letošním konferenci byla odborná a náročná, ale sklídila velký úspěch. Tadeáš dokázal tímto tématem nadchnout.

Na Konferenci Free Spirit mimo pestrou nabídku přednášejících a rozebraných témat se organizace ProStředoškoláky snaží propojovat mladé a aktivní lidi mezi sebou. A tak mezi přednáškou Tadeáše Vylity a navazující Elišky Konečné, TOP25 z roku 2024, byla hodinová pauza, kterou účastníci využili k seznámení se mezi sebou. Tato pauza byla zpestřena skvěle nachystaným cateringem.

Publikum na Konferenci Free Spirit





Publikum na Konferenci Free Spirit

Po hodinové pauze následovala přednáška již zmíněné Elišky Konečné. Eliška studuje prvním rokem bioinformatiku na MU. Je obrovským milovníkem sportu, takže od povinností často doslova utíká. Kromě atletiky, v rámci které si vyzkoušela trénovat i mladší, se na SŠ věnovala výzkumu zabývajícím se značením protilátek nanočásticemi a jejich využitím v analýze biologických vzorků. S tímto projektem soutěžila ve Středoškolské odborné činnosti a následně reprezentovala ČR i na zahraniční soutěži BYSCC v Pekingu a ISEF v LA.

Svou přednášku ovšem pojala z jiného konce: zvolila název „Jak je to s ‚vše se děje z nějakého důvodu?‘“ Svůj talk uvedla: „Když k reflektování vlastních zážitků a zkušeností využijeme místo galerie s fotkami svoje poznámky v telefonu, můžeme narazit na spoustu (de)motivace, (ne)důležitostí nebo i citací více či méně známých lidí.“ Mezi Eliščinými řádky bylo nalezeno, co si odnesla z nejednoho kurzu či akce, jak nás taková akce či zkušenost může jednoduše dostat k další a mezi nové lidi, a musí být citáty vždycky ezo? Eliška svým tématem a poznámkami v telefonu publikum přímo okouzila a sklídila bouřlivý potlesk.

Na Eliščinu téma jsme navázali bezprostředně dalším talkem, kde nám TOP25 z roku 2024 Martin Kylar poodhalil možnosti zapojení se

do ekonomických soutěží a organizací již na střední. Martin je prvákem na Institutu ekonomických studií Univerzity Karlovy. K tomu pracuje jako juniorní analytik v J&T IB and Capital Markets. Publikoval a stále publikuje své ekonomicky laděné články v Hospodářských novinách, Roklen24 a jiných médiích. V minulosti vyhrál SOČ s prací zaměřenou na měnovou politiku. Spoluzaložil investiční soutěž Investománii, která je dílem spolku ECONET, v němž působí jako místopředseda. Stále aktivně hraje fotbal, nyní za Meteor Kačerov.

Po dvou přednáškách nás čekala další, tentokrát již poslední pauza, po níž na pódiu se svým „Kurzem základního biohackingu“ vystoupila TOP7 Středoškolačka roku 2024 Magdaléna Musilová. Majda studuje fyzioterapii a nutriční terapii, protože věří v propojení pohybu, zdraví a vědomé péče o tělo v souvislosti ovlivnění našeho výkonu. Vrcholově se věnuje tanečnímu sportu na úrovni mistrovství světa a zároveň se podílí na organizaci několika projektů. Její cesta začala ve světě vědy, v rámci které během střední školy uspěla na několika vědeckých konferencích. Věřící, že všechno se děje z nějakého důvodu a každý krok nás posouvá blíž k naplnění našeho potenciálu.

Majda ve svém Kurzu základního biohackingu posluchačům Konference představila, co dělat, když cítí, že na nic nemají energii, nechtějí se vydávat přes své limity, ale zároveň nechtějí nic vypustit. Posluchači se také dozvěděli, jak efektivněji plánovat, prioritizovat a zároveň proč klást důraz na eliminaci, i přestože nechtějí obětovat své cíle. Ukázala, jak využít jednoduché nástroje k dosažení maximální efektivity, co všechno může být biohack a jak lépe vnímat své tělo. Je možné skloubit dvě vysoké školy, sport, práci i organizaci projektů, ale je třeba myslet na to, že nejsme stroje.

Jako poslední si svůj talk na letošním ročníku Konference Free Spirit připravil TOP25 soutěž Středoškolák roku 2024 Sebastian Matoušek. Sebastian se od dětství věnuje robotům a elektronice a nyní se hlásí na elektrotechnické obory na univerzitách v USA. Se svým projektem humanoidního robota zvítězil na mezinárodní soutěži v Číně a představil ho i na Taiwanu.

Své technické znalosti rád předává dál – organizuje letní robotické tábory a pomáhá seniorům s technologiemi. Kromě toho se věnuje i jazykům, sportu a všemu, co se naskytne. Sebastian jako téma své přednášky zvolil „Rady babky robotářky“ a přednášku uvedl: „Jako malý jsem chtěl stavět roboty a soutěžit s nimi. Věci okolo mě moc nezajímaly. Dnes je ale (bohužel?) potřeba jít věcem hodně naproti.“ Poradil, jak se dostat k dobrým projektům, co neopomenout při práci na projektu a posluchačům sdělil, co ho zaskočilo na soutěžích.

Po poslední přednášce, mnoha dotazech a volně pokračujícím networkingu jsme se rozloučili s prostory ČSOB v Radlicích a přesunuli se na tradiční afterparty, která se konala v jednom z pražských bowlingových center. Celá akce se nesla v přátelském, motivujícím, otevřeném a středoškolském duchu a celý 7. ročník Konference Free Spirit se zdál být obzvláště vydařený.



Magdaléna Musilová na Konferenci Free Spirit

Databáze mimoškolních aktivit

Databáze mimoškolních aktivit od organizace ProStředoškoláky je největší svého druhu v České republice. V současné době čítá přes 400 aktivit, do kterých se mohou středoškoláci zapojit, a to od předmětových olympiád po nabídky odborných stáží. Databáze umožňuje filtrovat nabídku dle oboru zájmu či typu aktivity, ať už se jedná o konferenci nebo soutěž. Zároveň je neustále aktualizována a přispívat do ní mohou samotní uživatelé. Výběry, tipy a novinky z databáze pak organizace Prostředoškoláky pravidelně sdílí na svých sociálních sítích.

Mentoringový program AMIGO

AMIGO je mentoringový program organizace ProStředoškoláky, který každoročně běží od podzimu do jara. Je určen studentům středních škol a nabízí jim možnost získat bezplatný mentoring od bývalých finalistů soutěže Středoškolák roku.

Každý účastník si vybírá mentora podle svého zájmu a preferencí – z pestré skupiny inspirativních vysokoškoláků, kteří mají zkušenosti nejen s akademickým prostředím, ale i s mimoškolními aktivitami. Spojuje je chuť předávat dál to, co sami na střední škole ocenili nejvíc: podporu a směřování.

Během programu řeší středoškoláci se svými mentory mimo jiné témata jako studium v zahraničí, odborné stáže nebo přípravu na soutěže a přijímací řízení.

Letos se do programu přihlásilo 39 studentů, které provázelo 20 mentorů. Většina schůzek probíhala online, ale program byl zahájen a zakončen osobními setkáními v prostorech Student Hubu Bakala Foundation v Praze – zde měli účastníci možnost se více seznámit mezi sebou.

Organizační tým se mohl po konci programu těšit ze zpětných vazeb, jako byla tato:

„Na mentorovi jsem nejvíce oceňoval jeho neuvěřitelně lidský přístup a otevřenost. Před prvním setkáním mě napadlo, jestli konverzace nebude spíš strojená. Během prvních pěti minut ale tato obava úplně zmizela. Bylo skvělé, že můj mentor stavěl své rady a doporučení na vlastních zkušenostech, zároveň však neváhal přiznat, když si s něčím nebyl jistý, a propojil mě s někým, kdo mohl nabídnout odpověď. Kdykoliv jsem se na něj s čímkoliv obrátil, ochotně mi poradil a pomohl.“

– účastník programu AMIGO

AMIGO



**PŘIHLAŠOVÁNÍ
ZAHÁJENO!**



vybírej z **21**
zkušených mentorů



Páteční Setkání: neformálně a tematicky

I v průběhu tohoto školního roku probíhala pravidelná Páteční Setkání. V novém kabátě, ale stejně tak inspirativní a nabitá oduševněnými konverzacemi jako předchozí roky. Páteční Setkání jsou příležitostí pro setkávání nejen účastníků soutěže Středoškolák roku, ale také všech nadšených a aktivních studentů, kteří chtějí sdílet své zážitky, nápady a myšlenky. Díky těmto večerům se komunita neformálně setkává i mimo vzdělávací akce, což upevňuje vzájemné vztahy mezi organizátory, účastníky a alumní. Na setkáních se, jak už je zvykem, „networkuje“, dumá a diskutuje nad teplým čajem, sušenkami a domácími dobrotami. Letos navíc bylo každé setkání tematicky ukotveno pro daný měsíc.

V září přišlo První Páteční Setkání, které nabídlo aktivním studentům možnost znovu se potkat po prázdninách. V říjnu se uskutečnilo Podzimní Páteční Setkání laděné do klidnějšího ducha a poskytlo prostor pro odpočinek a hlubší rozhovory. V listopadu se připravilo připomínkové Předsametové Páteční Setkání ve spojení se startem programu AMIGO, během

kterého se poprvé setkali mentoři a mentees. Prosinec poskytl prostor pro Předvánoční Páteční Setkání s ochutnávkou cukroví. V lednu se probíraly plány a předsevzetí na Prvoročním Pátečním Setkání. Únorové Páteční Setkání se konalo přímo na Svatého Valentýna, a proto dostalo název Platonické. Březen Posledním Pátečním Setkáním tuto sérii ukončil.

V tomto školním roce proběhlo tedy sedm tematických Pátečních Setkání. Pro každé z nich, stejně jako v letech minulých, poskytla příjemné prostory nadace Bakala Foundation ve svém Student Hubu na Praze 1.



Prvoroční Páteční Setkání

Medializace zvýšila povědomí o aktivních studentech

Mediální ohlas letošního ročníku soutěže Středoškolák roku 2025 potvrdil rostoucí zájem veřejnosti o mladé talenty a jejich aktivity. Jedním z nejvýznamnějších mediálních výstupů letošního ročníku byla [reportáž České televize](#), která byla odvysílána v rámci zpravodajského vysílání a vznikla přímo na místě během Slavnostního Galavečera. Tento výstup výrazně přispěl ke zvýšení povědomí o soutěži i o jednotlivých oceněných studentech. Pro Českou televizi poskytl rozhovor vedoucí organizace ProStředoškoláky Adam Holda a vítěz Středoškoláka roku 2025 Tomáš Čermák. Mediálním partnerem soutěže se stal iROZHLAS, který zprostředkoval a zveřejnil rozhovory s finalisty kategorie TOP25. V průběhu přihlašování o soutěži informovaly také regionální redakce [Deník.cz](#).

Také v tomto roce se finalisté soutěže Středoškolák roku 2025 pravidelně objevovali v médiích, což pomohlo zvýšit viditelnost jejich příběhů a podpořilo povědomí o možnostech mimoškolního vzdělávání a aktivit v širší veřejnosti. Reportáže a rozhovory se objevily v prestižních médiích, jako jsou Forbes, Český rozhlas, DTVV či Seznam zprávy. Vítěz soutěže Tomáš Čermák se krátce po ukončení ročníku objevil například v [podcastu Hyde Park Civilizace](#) či [podcastu Českého rozhlasu Věda Plus](#). Mediální partner Roklen24 napsal: „Napětí to klaplo. Letošní Středoškolák roku Tomáš Čermák sbírá evropská a globální ocenění.“ Povědomí o soutěži zvyšují i samotní účastníci pomocí četných příspěvků na sociálních sítích. Jedním z nich je například reakce Matěje Šicnera na síti LinkedIn.



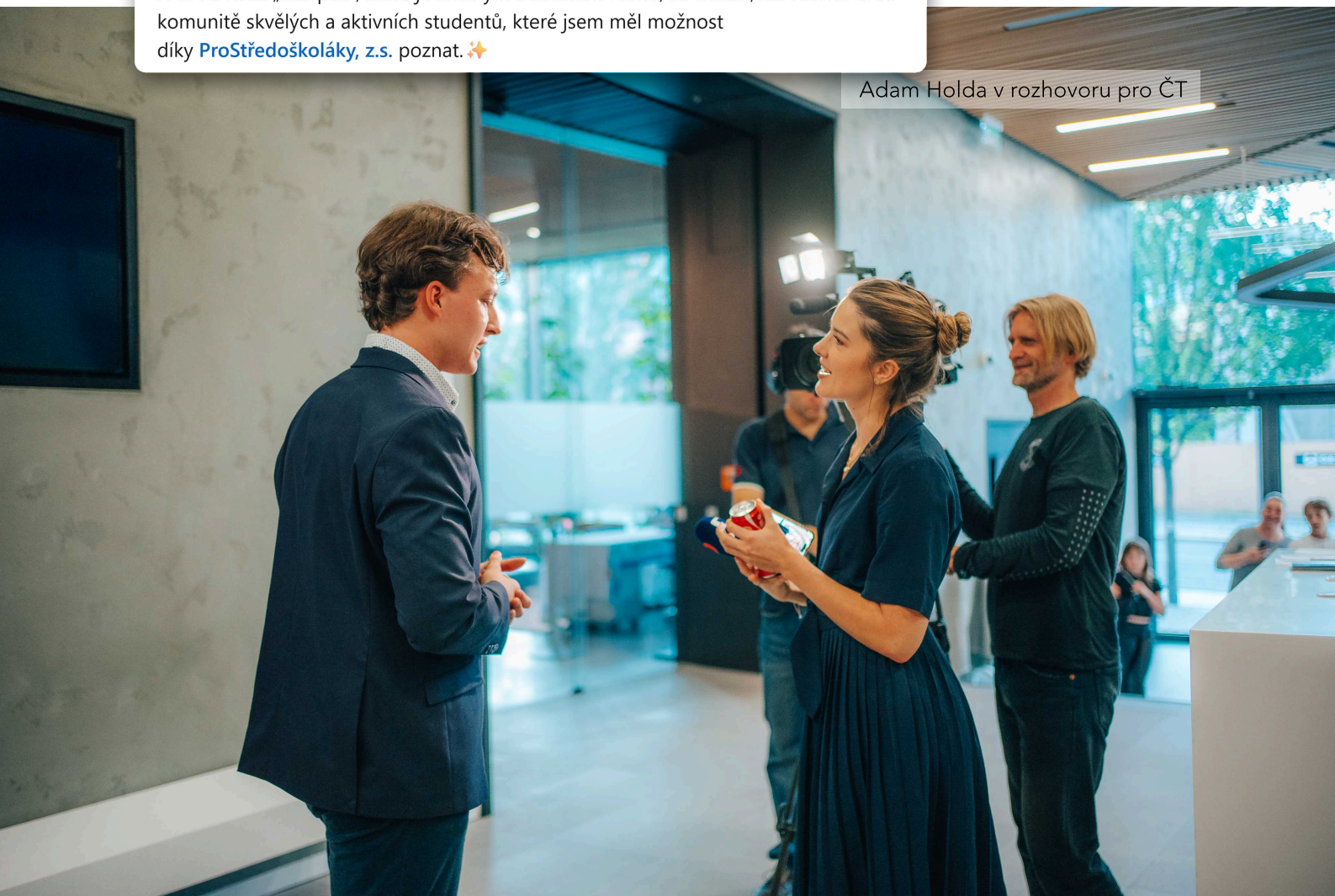
Matěj Šicner · 1.

Student | Quantum Computing, Fluid Dynamics, Biophysics, Bioinformatics
1 týden · 🌐

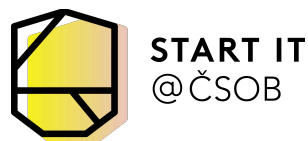
👉 Jestli si nějakého ocenění opravdu cením, tak je to právě toto. 👉

A to ne kvůli „nálepce“, která je krásným oceněním všeho, co dělám, ale hlavně kvůli komunitě skvělých a aktivních studentů, které jsem měl možnost díky [ProStředoškoláky, z.s.](#) poznat. ✨

Adam Holda v rozhovoru pro ČT



Hlavní partneři



Pod záštitou



Partneři





Závěrečná zpráva organizace ProStředoškoláky za rok 2024/2025

Autoři textu:

Magdaléna Musilová, Tadeáš Vylita, Kateřina Marešová, Metoděj Svoboda,
Leona Wagnerová, Pavlína Skudová

Grafické zpracování:

Kateřina Marešová

Korektura textu:

Adam Holda

ProStředoškoláky, z. s.

IČO: 02655047

Adresa: Kolová 1480/32, Praha 5 Radotín

info@prostredoskolaky.cz