

DO TOHO!



3x
FINÁLE
SPORTOVNÍ
LIGY

BADMINTONOVÁ
PREMIÉRA

Hvězda na golfovém nebi
KLÁRA SPILKOVÁ



SPORTUJ VE ŠKOLE



VYHODNOCENÍ

Velké soutěže videoklipů

na hymnu AŠSK

„Sportuj ve škole“

1.místo: Gymnázium Petra Bezruče, Frýdek – Místek

2.místo: Základní škola Velvary

3.místo: Gymnázium Jaroslava Heyrovského, Praha

Všem zúčastněným školám
děkujeme za příspěvky
a originalitu

Vážené čtenářky a vážení čtenáři,



předkládáme vám „kulaté“ 20. vydání tohoto magazínu, který v březnu 2014 nahradil tehdejší zpravodaj Zrcadlo školního sportu.

Na jeho stránkách jsme za tu dobu přinesli mnoho informací ze školního sportování pod široce roztaženými křídly AŠSK, od vrcholných akcí včetně světových šampionátů, až po soutěže na jednotlivých školách.

V nově zařazené pravidelné hlavní rubrice jsme začali představovat české hvězdy z různých sportovních odvětví a disciplín, které v ní přibližují nejen svoji kariéru, ale

také rády vzpomínají na svoje sportovní začátky a doby, kdy samy usedaly do školních lavic.

Se svými názory na školní sport a zkušenostmi z organizování akcí pro děti vás seznamují v rozhovorech na jiné pravidelné dvoustraně kolegové z řad pedagogů. Nechybějí ani další informace a zprávy ze školního sportovního života, prostě v každém čísle časopisu bylo toho ke čtení i prohlížení vždy dosti.

A stejně je tomu i v případě tohoto aktuálního vydání. Kromě hvězdné golfistky Kláry Spilkové, která hovoří o svých začátcích i současnosti, si také počtete o dvou světových školských šampionátech a čtyřech domácích republikových finále. Jen fotbal v něm nenajdete...

Ne, že by se v něm nic podstatného nekopal, naopak, květen a červen mu bývají měsíce zaslíbené. Především se v Praze konalo fotbalové Mistrovství světa škol ISF 2017, na dalších domácích trávnicích pak vyvrcholila finálovými turnaji většina celoročních školských soutěží. Vše podstatné se ale dozvíte až v tradičním, už čtvrtém fotbalovém speciálu, který teprve vyjde.

Nad závěrečnou větou tohoto úvodníku ani není třeba moc přemýšlet, stačí si vypůjčit název magazínu. Takže, vážení a milí aktéři a příznivci českého školního sportu, ať se vám ve všem daří a – DO TOHO!

Petr Kocek

šéfredaktor magazínu

- 4** Letem školním sportovním světem
informace, zajímavosti
- 6** Hvězda Klára Spilková
rozhovor o sportu a o životě



- 9** Badminton středních škol
republikové finále v Českém Těšíně
- 10** Sportovní liga základních škol
finále basketbalu v Pardubicích
- 12** Sportovní liga základních škol
finále volejbalu v Liberci
- 14** Sportovní gymnastika ZŠ a SŠ
finále atletiky na Kladně
- 16** MS ISF v orientačním běhu
světový šampionát škol v Itálii
- 18** MS ISF v basketbalu
světový šampionát škol v Chorvatsku
- 20** Rozhovor s pedagogem
Dagmar Hubáčková
- 22** První pomoc
třetí pokračování seriálu

FOTO NA OBÁLCE
ZDENĚK SLUKA / www.klaspilkova.cz

**Chcete, aby se psalo o vaší škole a vašem sportování?
Pořádáte nějakou akci, nebo jste se jiné zúčastnili?
Tak se nám ozvěte! Dáme o tom vědět ostatním.**

www.assk.cz



DO TOHO!, Magazín školního sportu. Číslo: 3 / 2017, zdarma. Vydává: **Asociace školních sportovních klubů ČR, z.s.**, José Martího 269/31, 162 52 Praha 6 – Veleslavín, IČ: **45773688**, vychází 6x ročně (aktuální vydání 15. 6. 2017). **Redakce:** šéfredaktor Petr Kocek, koordinátorka Dana Soukupová, grafika Otto Šleger. **Redakční rada:** Blanka Ježková, Drahomíra Jiráková, Petr Kocek, Ladislav Petera, Svatava Ságnerová, Dana Soukupová. **Kontakt na redakci:** soukupova@assk.cz **Registrace:** MK ČR E 22660



AŠSK ČR na Facebooku
Staňte se fanouškem této stránky!

facebook.com/asskcr

Hlavní partneři



Mediální partneři



Partneři

LETEM ŠKOLNÍM SPORTOVNÍM SVĚTEM

U VYSOKÉ SÍTĚ

Krajské kolo ve volejbalu SLZŠ proběhlo ve Zlínském kraji opět v tradiční volejbalové baště – ZŠ TGM Bojkovice přivítala devět družstev dívek a hochů, která se utkala o postup do kvalifikace. Zatímco v chlapecké kategorii bylo po třech vítězných zápasech rozhodnuto o prvenství družstva ZŠ Okružní Zlín, o triumfu celku děvčat ze stejné školy rozhodl pouhý bod. K vidění byly napínavé zápasy a úroveň řady z nich měla kvalitu. Za velmi dobrou organizaci soutěže zaslouží poděkování domácí tým organizátorů v čele s Vlastimilem Ogrodníkem, za férový přístup a předvedené výkony patří díky všem účastníkům turnaje, jejich učitelům i trenérům.

Svatava Ságnerová



BEZVA NÁPAD

Vlastní diplomy na závody si navrhly a pak nakreslily děti ze ZŠ náměstí Svobody ve Šternberku. Na bedně 17. ročníku atletického odpoledne pak každý dostal svůj vlastní výtvar. Prostě malující sportovci. Nebo sportující malíři? Každopádně šikulové! Bezva nápad a taky tip pro ostatní, kteří chtějí mít originální diplom a hezkou vzpomínku na své školní sportování.

www.facebook.com/AtletikaProDeti/



SE ŠTAFETOVÝM KOLÍKEM

Podruhé za sebou hostila republikové finále Štafetového poháru středočeská Čáslav, ve 4. ročníku se radovali školáci z Tábora. Vše proběhlo pod dohledem legend českých středních tratí Ludmily Formanové, Jarmily Kratochvílové a Heleny Fuchsové. Mistryně světa na 800 m a patronka soutěže Lída Formanová uvedla: „Jsem moc ráda, že se mohu tohoto projektu zúčastnit, protože když vidíte sportovat tolik nadšených dětí, tak je to radost. Atletika je pro mě základem všech sportů a věřím, že Štafetový pohár bude pokračovat úspěšně i nadále. Panuje zde úžasná atmosféra. Všichni se navzájem povzbuzují. I já jsem začínala na podobných školních závodech a doufám, že aspoň některé z dětí, které tady závodí, u atletiky zůstanou.“

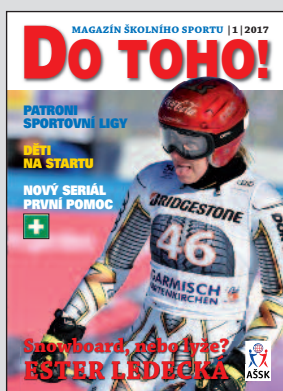
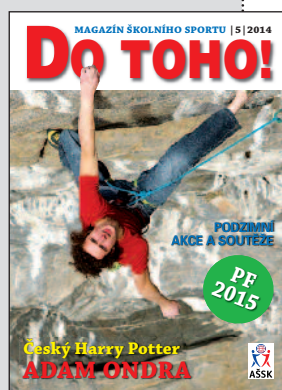
www.stafetovypohar.cz



„BRAMBORA“ S POCHVALOU

AŠSK pověřila Střední školu stavebních řemesel z brněnských Bosonoh pořádáním Středoškolských her 2017 v nohejbalu. Na domácí nakonec zbyla nepopulární bramborová medaile, ale za výbornou organizaci turnaje si vysloužili zlato. Konečné pořadí: 1. Gymnázium Křenová, Brno, 2. Střední škola technická a ekonomická Olomoucká, Brno – „A“ tým, 3. Střední škola technická a ekonomická Olomoucká, Brno – „B“ tým, 4. Střední škola stavebních řemesel Brno-Bosonohy, 5. Střední škola polytechnická Jílová, Brno.

www.facebook.com/SkolaBosonohy



MAGAZÍNOVÁ DVACÍTKA

Toto číslo Magazínu školního sportu DO TOHO!, který v březnu 2014 nahradil předcházející zpravodaj ZRCADLO školního sportu, je už „kulaté“ dvacáté v pořadí. Kdo se chce podívat, jak šel tři roky čas tohoto titulu, tak může navštívit jeho archiv: www.assk.cz/pr-media/casopis-do-toho/. Tam jsou všechna doposud vydaná čísla k dispozici jak v „listovacím“ elektronickém eBooku, tak ve verzi PDF pro vytisknutí.

(red)

GOLF, LÁSKA NA PRVNÍ POHLED

Lepší hráčka v Česku nikdy nebyla. Její hvězda stoupá na golfovém nebi výš a výš. Před pár týdny triumfovala **Klára Spilková** na turnaji Ladies European Tour v marockém Rabatu.



Obrovský úspěch, na který dřela od svých čtyř let. S holí ji to na greenu nejen sluší, ale co je hlavní – skvěle hraje. Skloubit golf se školou nebylo občas jednoduché, ale povedlo se. I když před maturitou byla nervóznější než na turnaji. A jednou z ní možná bude i vysokoškolačka.

Kláro, jak jste se propracovala ke golfu? Šlo o váš první sport?

Byly mi čtyři roky, když naši hledali sport pro mého staršího bratra. Tenkrát jsme bydleli kousek od golfového hřiště, a tak začal chodit na tréninky. Jednou jsem jela s rodiči bráchu vyzvednout, vzala jsem si do ruky golfovou hůl a zkusila odpálit. Dodnes se živě pamatuji, jak se mi líbilo, že ty míčky lítají... Byla to láska na první pohled.

Je těžké se připravit na sezonu? Jak trénujete?

Je to individuální. Před letošní sezonou jsem si dala poměrně dlouhý odpočinek,

„**Nejsem typ, který něco vzdává**“

protože jsem potřebovala po loňském náročném roce vypnout. Tím těžší a intenzivnější byl pak začátek přípravy. Trénovala jsem i golf, ale byla tuhá zima a venku na drivingu to šlo taky ztuhá. Nejvíce času jsem trávila v tělocvičně. Objevila jsem také box jako skvělou součást přípravy. Pak jsem jela do tepla do Thajska, kde byl hlavní právě golf.

Kromě golfového talentu máte ještě nějaký jiný? Co vám jde?

Nevím, jestli mi to jde, ale moc ráda lyžuji a plavu. V tomhle mám zimu ráda. V poslední

době jsem objevila lukostřelbu a taky mě moc baví ji zkoušet.

Netíhnete k umění jako váš bratr?

Do galerií chodím ráda, také mám ráda architekturu. Takže něco málo tam asi bude, ale spíš jsem přes ten sport.

Nechtěla jste někdy s golfem praštit? Nemáte asi čas na zábavu, které se věnují vaši vrstevníci...

Nemohu říct, že když se mi zrovna nedařilo, bylo to jednoduché. Ale láska ke sportu a k tomu, co dělám, stále převládá. Nejsem typ, který něco vzdává.

Co vás ve škole nejvíce bavilo?

Na střední jsem měla individuální program, takže jsem si té klasické školní docházky moc neužila. Ale bavil mě dějepis, biologie a český jazyk.

Existoval předmět, na který jste se nedokázala naučit?

Těžká pro mě byla matematika, před maturitou jsem chodila i na doučování. Už jsem byla ročník, který měl matematiku povinnou.

Sbírala jste jen jedničky, nebo i pětky?

Asi tak jako všichni. Občas se i ta horší známka našla, ale nebylo jich moc. Střední školu jsem úspěšně dokončila a kdo ví, třeba se do školních lavic ještě někdy vrátím.

Četla jste si někdy pod lavicí, šla za školu, nebo usnula při vyučování?

Jak jsem už říkala, na střední škole mě moc v lavici profesori neviděli. A když už jsem přišla, moc jsem si to užívala. Bylo fajn trávit čas se spolužáky.

Prostě, dostala jste poznámku, divočila jste?

Tím, že jsem od mala trénovala, později na základní škole i dvou fázově, na divočení už mi nezbývala energie.

Co spolužáci, fandili?

Spolužáci byli moc fajn, pomáhali mi a fandili. Dodnes se s pár z nich osobně stýkám.

Nosili mi poznámky z vyučování a tak podobně.

Měla jste čas na randění?

Tak na ten se čas vždycky najde, jsem stále normální holka.

Jaká byla maturita - dějiny umění, zeměpis, společenské vědy, čeština a angličtina...

Musím říct, že jsem před maturitou byla daleko víc nervózní než na jakémkoliv golfovém turnaji. Pamatuji si to dodnes a jsem ráda, že to mám úspěšně za sebou. Během zkoušení to ze mě samozřejmě spadlo, věděla jsem, že jsem se učila a umím to. Ale ten začátek byl strašný. Doučování jsem měla z němčiny a matematiky, těch jsem se bála asi nejvíc.

Co další studium? Když ne vysoká, tak jazyky?

Chodila jsem rok do jazykové školy, a to bylo moc fajn, ale bohužel s kalendářem a ostatními aktivitami to jde dost těžko skloubit. Loňský rok byl náročný po všech směrech. Byla tam olympiáda, moc se mi nedařilo, tak jsem byla ráda, že jsem nakonec na žádnou vysokou nešla. Nyní jsem spokojená, ale kdo ví, třeba v budoucnu se někde ještě podívám. Stále mě láká obor mezinárodní vztahy.

Dá se vůbec spočítat, kolikrát jste trefila míček?

Asi bambilionkrát. (smích)

Jak moc je golf těžký na psychiku?

Velmi náročný. Na hřišti pořád zapínáte a zase vypínáte hlavu, protože udržet koncentraci nějakých pět hodin není možné. A musíte se vyrovnat s tím, že ne každá rána se povede na sto procent.

Golfisté vedou kočovný život, kde jste opravdu doma? Kam se nejraději vracíte?

Můj domov bude vždy v Praze. Nyní jsem se odstěhovala od rodičů. Máme s přítelem byt a jsem moc šťastná. To je opravdu můj domov, kam se velmi ráda vracím.

Jak dlouho vám trvá balení? Nemáte strach o hole? Je komplikované je převážet?

Nikdy jsem si to nestopovala, ale moc dlouho ne. Ráda mám zabaleno už den před odjez-

dem, abych se nestresovala. O hole trochu strach mám, když vám nedorazí nebo přijedou zlamané, není to jednoduché nahradit. Komplikované je to hlavně finančně, většině leteckých společností je musíte platit předem jako extra zavazadlo.

Které hřiště vám sedí, kde to máte ráda? V které zemi je vám příjemně? Možná Skotsko, kde to všechno vlastně začalo...

Nejraději mám hřiště domácí, ale kdybych si měla vybrat v zahraničí, tak mám velmi ráda slovenské hřiště na Tálích, Grey Bear, nebo mé velmi oblíbené hřiště je v Dubaji, Emirates Golf Club. Tam to mám opravdu velmi ráda. Ve Skotsku jsem hrála hodně hřišť, i St Andrews Old Course během Ricoh Women's British Open a to byl opravdu zážitek. Jsou to krásná hřiště, a tak úplně jinak dýchají, ale pokud se neskamarádíte s větrem, dokážou být velmi nepříjemná.

Co prožíváte, když vezmete putter do ruky a jdete k míčku?

Myslím na to, jak ho na jednu ránu dostat do jamky. (smích)

Čím se na greenu uklidňujete?

Pokud už je potřeba se uklidnit, dělám si různá dechová cvičení.

Hodně lidí si myslí, že se jen tak procházejí. Býváte po 18ti jamkách hodně utahaná? Bolí vás ruce, nohy?

Na to mohu odpovědět jen to, aby ti, co si to myslí, si to šli vyzkoušet. Námaha není jen fyzická, ale i psychická. Občas jsem unavená víc, někdy zase míň, záleží, co je to za turnaj, jak vypadá hřiště a jak moc dobře hraji.



>>>



KLÁRA SPILKOVÁ

Narozena: 15. prosince 1994 v Praze

Klub: Golf Club Erpet Praha, od 1. 1. 2010 členka České profesionální golfové asociace PGAC

Handicap: při přestupu k profesionálům + 4

Vybavení: hole Titleist, míče Titleist PRO V1

Záliby: golf, lyžování, zimní i letní bruslení, čtení, hudba a tanec

Úspěchy: 2017 vítězství na turnaji Ladies European Tour v marockém Rabatu; 2016 Terre Blanche Ladies Open – 9. místo (LETAccess), Omega Dubai Ladies Masters – 14. místo; 2015 kvalifikace na The Evian Championship – 2. místo, Aberdeen Asset Management Ladies Scottish Open – 4. místo, Lacosta Ladies Open de France – 7. místo; 2014 Turkish Airlines Ladies Open – 6. místo, Allianz Ladies Slovak Open – 5. místo, Ladies German Open presented by Marriot – 9. místo, Omega Dubai Ladies Masters – 10. místo; 2013 Lalla Meryem Cup – 8. místo, Allianz Ladies Slovak Open Presented by Respect – 7. místo, ISPS Handa Ladies European Masters – 6. místo; 2011 Lalla Meryem Cup – 7. místo, La Nivelle Ladies Open (LETAS) – 3. místo, Raiffeisen Bank Prague Masters – 9. místo.

Amatérský golf: členka evropského týmu Junior Ryder Cupu 2010, členka evropského týmu Junior Solheim Cupu 2009, golfistka roku 2009, 2010, Mezinárodní mistrovství ČR 2009, 2010, MČR na jamky 2009, MČR dorostenek 2007, vítězka European Young Masters 2009, dorostenecká mistryně Německa 2009, 2010.

LPGA Tour je vrcholná soutěž golfistek – jak moc těžké je dostat se tam a udržet se?

Na to vám odpovím, až se na ni přihlásím a budu tam hrát. Letos, pokud se budu cítit dobře, bych ráda kvalifikační školu zkusila.

Poznáte hned po první ráně, že dneska by to šlo?

Nenechávám se ovlivňovat první ranou, to bych mohla jít rovnou domů. (smích)

Snažíte se být veskrze pozitivní. Ale přece, už jste někdy dostala na turnaji pokutu za vztekání?

Myslím si, že jsem v celku pozitivní člověk, neříkám, že bych si někdy na golfu nezavztekala. Občas ty emoce musí jít ven, ale na pokutu to rozhodně nikdy nebylo.

Jaké je prostředí na okruhu? Jste rivalky nebo kamarádky?

Prostředí na tour je přátelské. Hodně záleží, z jaké země taky jste. Třeba Francouzky a Angličanky stojí hodně při sobě. Já tam nikoho od nás nemám, ani Slovenku Zuzanu Kamasovou už ne, nicméně po mém prvním vítězství se opravdu potvrdilo, že si tam držíme palce navzájem. Holky to se mnou oslavily, čekaly na dohrání posledního flightu jestli vyhraju a pak mě polily vodou. Plno z nich, co mě neviděly, mi ještě na dalším turnaji gratulovaly a oslovovaly mě jako »šampionka«. Bylo to moc milé.

Proč by měly děti podle vás sportovat? Co jim může sport nabídnout? Co dal vám?

Zvlášť v dnešní době si myslím, je jakýkoliv sport přínosný pro všechny. Nejen ze zdravotního hlediska. Je to důležité ale i pro život jako takový. Učíte se zodpovědnosti, překonávat své hranice, že pokud něco chcete, musíte si zatím jít. I prohra je velmi důležitá, naučit se s ní pracovat. Mně toho dal sport

hodně a jsem ráda, že mě k němu rodiče vedli.

Věříte, že vaše úspěchy zvednou zájem o golf?

Přála bych si to, ale čas nám ukáže.

Čím je pro děti přínosný?

Pro děti je přínosný hlavně v tom, že je mohou hrát jak se svými rodiči, tak prarodiči. Zároveň i se svými vrstevníky, myslím si, že není takový sport, kde by mohli všichni bez problému trávit čas, sportovat a užívat si spolu.

Loni jste jela na olympiádu v Riu. Čím vás překvapila?

To, jak vypadala olympijská vesnice a jak tam všichni bydleli pospolu. Bylo tam úplně všechno tak, aby člověk vůbec nemusel ven, včetně fastfoodu a samozřejmě také fitka. Také jsem nečekala, že mě tolik zasáhne olympijská atmosféra. To se nedá popsat, to se musí zažít.

Máte z Ria nějaký selfie úlovek? S Boltem, americkými basketbálisty?

V Riu jsem se soustředila hlavně na svůj výkon, ale pár selfiček samozřejmě mám. Kromě českých sportovců mám fotku s golfisty Garym Playerem, Martinem Kaymerem a Justinem Roseem.

Můžete jet ještě na další olympiády, máte to v plánu?

Pokud vím, tak olympiáda pro golf byla domluvena ještě na Japonsko 2020 a zatím to v plánu mám.

Poznávají vás lidé? Zvlášť teď, po turnajové výhře, po olympiádě?

Neřekla bych, že je to příliš velký rozdíl. Jak kdy a jak kde. **D**

TEXT JAN UHLÍK FOTO www.klaraspilkova.eu

>>> V čem je pro vás nejdůležitější caddie (nosič „kedík“ nehrající pomocník, který nosí bag s holemi hráči, smí mu radit při výběru hole a strategie)?

Kromě klasické práce caddie, je pro mě nejdůležitější, abychom si sedli a aby dokázal vycítit, jak se v daný moment zachovat.

Čím je výjimečný turnaj major?

Kromě nejlepšího obsazení startovního pole má tento turnaj úplně jinou atmosféru než všechny ostatní. Diváci chodí již od cvičných kol, o hráčky a jejich tým a doprovod je maximálně postaráno. Je to moc fajn.





VYDAŘENÁ PREMIÉRA

Český Těšín byl dějištěm **Republikového finále v badmintonu středních škol**, které se uskutečnilo poprvé v historii působení AŠSK.



Badmintonovou soutěž na celostátní úrovni pořádal ve dnech 26. – 27. dubna školní sportovní klub Polského gymnázia Juliusza Słowackiego v Českém Těšíně ve spolupráci s oddílem badmintonu TJ Slavoj Český Těšín.

Finále se odehrálo pod záštitou náměstka hejtmána Moravskoslezského kraje pro školství za finanční podpory Moravskoslezského kraje. Sportovními osobnostmi finále byli Adam a Tomasz Mendrekovi. Tomasz, náš první olympionik v historii ČR, je absolventem pořádající školy a odchovancem těšínského badmintonu.

Turnaj podpořilo město Český Těšín pozorností každému účastníkovi finále, Český badmintonový svaz cenami pro první tři družstva na stupních vítězů – školní bad-

mintonový set, firma Babolat věnovala školní badmintonové sety ostatním účastníkům finále. Intersport věnoval vítězným školám sportovní poukázky pro výběr a doplnění sportovních potřeb dle vlastního uvážení, místní firmy zajistily pitný a stravovací režim v průběhu celého turnaje.

Společenskou stránku podtrhli svoji přítomností na turnaji místostarostka města Český Těšín, náměstek hejtmána Moravskoslezského kraje pro školství a generální konzul Polské republiky

Ve finále startovala vítězná družstva krajských finále z Jihomoravského kraje – Gymnázium Židlochovice, Olomouckého kraje – Gymnázium Hejčín, Severomoravského kraje – Gymnázium Olgy Havlové Ostrava a zástupci hlavního města Prahy z Obchodní akademie Kubelíkova Praha 3

a Obchodní akademie Heroldovy sady Praha 10. Pořádající Polské gymnázium Juliusza Słowackiego využilo právo pořadatele a přihlásilo do finále vlastní tým.

Systém utkání kopíroval propozice světového finále, které se v badmintonu pravidelně v rámci ISF pořádá. Dva půldny se hrálo ve sportovní hale Activity4fun na Svojsíkové ulici, kterou znají mnozí badmintonisté ze svazových soutěží. K vidění byla obrovská bojovnost, rozhodoval díky hracímu systému doslova každý míček. Diváci žasli nad tím, jaké míčky hráči zahráli, k jaké výkonnosti je posouvala bojovnost, nasazení a snaha uhrát míček i v beznadějně situaci. Zasloužené pozornosti se těšili nejen vítězové, ale i poražení.

Republikové finále poháru AŠSK družstev středních škol vyhlášením výsledků přešlo do historie. Potvrdilo, že badminton patří mezi sporty, které se na školách provozují, a je tam o ně i zájem. Může obohatit nabídku sportů nejen ve výuce, ale i ve volnočasových aktivitách škol. Organizátoři doufají v kontinuitu badmintonových soutěží v příštích letech nejen na středních školách, ale i její rozšíření na školy základní. **D**

Konečné pořadí

1. Gymnázium Olgy Havlové, Ostrava
2. Obchodní akademie Heroldovy sady, Praha
3. Polské gymnázium J. Słowackiego, Č. Těšín
4. Obchodní akademie Kubelíkova, Praha
5. Gymnázium Hejčín, Olomouc
6. Gymnázium Židlochovice





VÍTĚZOVÉ VSADILI NA OBRANU A BOJOVNOST

Třetí ročník **Sportovní ligy základních škol o Pohár ministryně školství** pokračoval finálovými turnaji v basketbale.



Závěrečný turnaj, který se uskutečnil ve dnech 26. a 27. dubna v Pardubicích, nakonec ovládli chlapci z „domácího“ družstva ZŠ Pardubice-Studánka a dívky ze ZŠ Žďár nad Sázavou.

Zaplněná hala na Dukle se otřásala ryčným skandováním fanoušků a pozornou diváckou rozhodujícího střetnutí byla také česká reprezentanta a hráčka sedminásobného českého šampiona ZVVZ USK Praha Alena Hanušová. Ta nejúspěšnějším týmům přivezla dárek od České basketbalové federace – vstupenky na úvodní duel týmu Česka na mistrovství Evropy žen s Ukrajinou (16. června v Hradci Králové), které předal předseda ČBF Miroslav Jansta (viz foto).

D



TEXT a FOTO IMA PRODUCTION



All Star Game

Na aktéry závěrečného turnaje však nečekaly pouze bitvy na palubovce. Po skončení hracího pořadu úvodního dne pro ně organizátoři připravili interaktivní program za účasti basketbalového patrona SLŽŠ Radka Nečase a dalších hráčů BK JIP Pardubice, semifinalistů Kooperativa NBL. V rámci tzv. All Star Game společně absolvovali exhibici, modelový trénink, soutěže, rozhovory i autogramiádu za účasti youtubera Jirky Krále.



Atmosféra finálových zápasů byla fantastická, diváci báječně povzbuzovali, odměnou jim byl vynikající basketbal



Dívky

1. ZŠ Žďár nad Sázavou
2. ZŠ a MŠ Vodárenská, Kladno
3. ZŠ Javorník
4. ZŠ Npor. Eliáše, Pardubice-Polabiny
5. Gymnázium J. Vrchlického, Klatovy
6. Gymnázium J. Gutha-Jarkovského, Praha

Chlapci

1. ZŠ Pardubice-Studánka
2. ZŠ Sirotkova, Brno
3. Gymnázium B. Hrabala, Nymburk
4. ZŠ Ohradní, Praha
5. ZŠ Dr. Horáka, Prostějov
6. ZŠ Čapkova, Klatovy



POD VYSOKOU SÍTÍ SE RADOVALI STŘEDOČEŠI

Šampiony **Sportovní ligy základních škol o Pohár ministryně školství ve volejbale** se stali chlapci ze ZŠ Vítězslava Háška z Odoleny Vody a děvčata ze ZŠ Pod svatou Horou z Příbrami.



O vítězích se rozhodlo ve dvoudenním turnaji 1. a 2. června v libereckých halách Dukly a Technické univerzity, jehož se zúčastnila nejlepší školní družstva z Česka v kategorii staršího žactva. Tradičně vysokou úroveň republikového finále umocnily i výborné výkony jednotlivých účastníků a záznam přenosu obou finálových duelů na kanálu ČT sport.

„Stihnul jsem pouze finále chlapců, ale jeho úroveň, nasazení hráčů i divácká atmosféra se mi velice líbily. Sportovní liga je výborný projekt. Osobně za hlavní přínos školních soutěží nepovažuji až tolik samotnou herní či sportovní kvalitu, ale beru je především jako příležitost k vzájemnému měření sil mezi žáky, prožívání zápasů ve společném kolektivu i reprezentace své školy. Je to pro ně ideální motivace, jak se dostat k pravidelnému sportování,“ ocenil význam SLZŠ předseda Českého volejbalového svazu Marek Pakosta (viz foto). **D**

TEXT a FOTO IMA PRODUCTION





All Star Game

Na závěr prvního dne se účastníci republikového finále mohli tradičně zapojit do All Star Game. Pod vedením volejbalového patrona SLZŠ Lubomíra Staňka a za účasti hráčů Dukly Liberec sledovali ukázky rozcvičení či nácvičů jednotlivých volejbalových dovedností. Poté si dva vybraní členové každého týmu vyzkoušeli své schopnosti v různých soutěžích. Hosty večera byli také bývalý český reprezentant, hráč VK Karlovarská a loňský patron Sportovní ligy Ondřej Hudeček, a také kapitán letošních překvapivých mistrů Evropy do 19 let, nahrávač liberecké Dukly Ondřej Piskáček.



Dívky

1. ZŠ Pod svatou Horou, Příbram
2. Gymnázium Lanškroun
3. Gymnázium Frýdlant nad Ostravicí
4. ZŠ Javornická, Rychnov nad Kněžnou
5. ZŠ Brdičkova, Praha
6. ZŠ Ještědská, Liberec

Chlapci

1. ZŠ V. Hála, Odolena Voda
2. ZŠ Kmochova, Kolín
3. Gymnázium Kojetín
4. ZŠ Brdičkova, Praha
5. Gymnázium Česká Třebová
6. Gymnázium a SOŠPg Liberec



ATLETIKA VE ZNAMENÍ ŠPIČKOVÝCH VÝKONŮ

Kladno se 6. června stalo přívětivým hostitelem dvou republikových finále – 49. ročníku Poháru rozhlasu s Českou spořitelnou a 3. ročníku **Sportovní ligy základních škol o Pohár ministryně školství v atletice.**



Ačkoliv tartanovou dráhu i jednotlivé sektory kladenského Městského sportovního stadionu Sletišť občas pokryly deštové

kapky, pranic neubraly na nasazení, bojovnosti ani na vynikajících výkonech více než čtyř stovek mladých vyznavačů královny sportu. Ti reprezentovali třiatřicet nejlep-

ších školních družstev z celého Česka v kategoriích mladšího a staršího žactva. **D**

TEXT a FOTO IMA PRODUCTION

Hvězdy v akci

Důležitými aktéry vrcholné mládežnické soutěže byli také atletičtí patroni SLZŠ. A v Kladně se sešli hned tři z řad skvělých českých atletů: letošní – čtvrtkař Pavel Maslák, loňský – mílař Jakub Holuša a předloňský – desetibojař Adam Sebastian Helcelet. Společně s talentovanou sprinterkou Nikolou Bendovou, bronzovou medailistkou z mistrovství Evropy do 17 let, je před hlavní tribunou čekala autogramiáda, nezbytné fotografování a Pavla Masláka i dva dvěstěmetrové úseky, coby vodiče běžců na 1 500 metrů!





Dívky (mladší + starší)

1. ZŠ Sportovní, Uherské Hradiště
2. ZŠ Porubská, Ostrava
3. ZŠ Školní, Příbram

1. ZŠ Englišova, Opava
2. ZŠ Josefa Hlávky, Přeštice
3. ZŠ Liberecká, Jablonec nad Nisou

Chlapci (mladší + starší)

1. ZŠ Englišova, Opava
2. ZŠ Krátká, Klášterec nad Ohří
3. ZŠ Jeseniova, Praha

1. ZŠ Englišova, Opava
2. ZŠ Heyrovského, Olomouc
3. ZŠ Opava-Kylešovice



ORIENTAČNÍ BĚH V TERÉNU S BUZOLOU A MAPOU

Studenecká škola se již potřetí zúčastnila **Mistrovství světa ISF v orientačním běhu**, které se konalo od 22. do 28. dubna v okolí italského Palerma na Sicílii.



Znárodních a pro Středoevropany nezvyklých terénů si studenečtí orientační běžci odvezli celkem pět medailí s tou nejceněnější v kategorii chlapeckých týmů. Navíc při účasti 27 zemí a 800 závodníků vyhráli i hodnocení národů základních škol v počtu získaných cenných kovů.

MINULOST...

Orientační běh má ve studenecké škole dlouhou tradici a již v roce 2000 tato škola pořádala krajské finále škol Královéhradeckého kraje, v němž zvítězili pozdější mistři světa v juniorských kategoriích Pavel Kubát a Jan Beneš. Od tohoto roku se ZŠ a MŠ Studenec pravidelně zúčastňovala jednotlivých postupových

kol a získala nespočet okresních i krajských titulů a postupně přidala i pět celostátních.

...A SOUČASNOST

Na základě těchto výsledků reprezentovali Česko žáci ZŠ a MŠ Studenec již v roce 2011 v Itálii a o dva roky později v Portugalsku

DO TOHO!



(1. místo Dominika Kalenská, 2. místo dívčí týmy základních škol). V letošním roce vyrazila na Sicílii početnější výprava a obsadili jsme obě týmové soutěže základních škol. V téměř letním počasí se studeneckým závodníkům podařilo získat celkem pět medailí, a to chlapecký tým (Vítek Štefan, Lukáš Link, Dominik Urban, Vladislav Synek) zlatou medailí a titul Mistra světa škol, Tereza Chrástová dvě bronzové medaile (klasika, krátká trať), Vítek Štefan stříbrnou (klasika) a Lukáš Link bronzovou (klasika). Dívčí tým (Tereza Chrástová, Ivana Hrnčířová, Veronika Bergerová, Linda Zahradníková) obsadil 9. místo a od bronzu je dělila jedna chybná kontrola na klasice.

MIMO SOUTĚŽ

Součástí programu šampionátu byly i nesoutěžní smíšené štafety, do kterých byli naložováni sportovci z různých zemí. Každá trojice měla za úkol posbírat 50 kontrol v historickém Palermu. Všichni si tak mohli vyzkoušet nejen své jazykové dovednosti, ale i orientační a strategické schopnosti.

V průběhu celého týdne se účastníci jednotlivých výprav sblížovali, společně si užívali nádherného počasí, tančili na chytlavé italské písničky a jazykové bariéry byly tou poslední překážkou.

NOVÁ PŘÁTELSTVÍ

Je zajímavé, že česká výprava si našla nejbližší přátele z těch nejvzdálenějších, a to ve výpravě z Nové Zélandu. A úplnou spokojenost a pocity štěstí završily vzájemné výměny dresů, a tak na dalších závodech v orientačním běhu v Česku můžeme vidět studenecké závodníky ve švédských, finských, novozélandských, anglických či izraelských dresech.

Domů se nikomu moc nechtělo, i proto, že každý byl „přetížen“ spoustou zážitků, kulturních, historických a společenských poznatků a především nových přátelství. A to je možná nakonec nejdůležitější. **D**

TEXT PETR JUNEK FOTO RENATA BOROVIČKOVÁ



BASKETBAL



S JEDNOU PROHROU DEVÁTÉ

Letošní ročník **Mistrovství světa ISF v basketbalu** se uskutečnil v chorvatském městě Poreč, šampionát se konal od 29. dubna do 7. května.





Přibližujeme dění pohledem zástupkyně družstva českých dívek z brněnského Sportovního gymnázia Luďvíka Daňka.

Šampionátu jsme se zúčastnily společně s chlapci z Pardubic. Do Poreče jsme jely s cílem umístit se v nejlepší světové desítce, a to se nám také povedlo. Po vyhrané základní skupině, kde jsme si poradily nejdříve s Anglií, poté s Francií a nakonec s domácím Chorvatskem, nás čekal čtvrtý a zároveň nejdůležitější zápas proti Řecku.

Při tomto zápase se na nás neusmálo štěstí, a proto jsme hrály o 9. až 16. místo. Byla to naše jediná prohra, Řekyně se probojovaly až do finále, kde podlehly Srbsku. V dalších zápasech nás čekalo Slovensko, Čínská Tchaj-pej a v posledním zápase jsme se potkaly opět s Francií. S jednou prohrou jsme se tak umístily na 9. místě z celkových 28 týmů.

Byla to velice dobrá a zajímavá zkušenost. Holky si vyzkoušely jaké je to hrát proti různým stylům světového basketbalu a myslím, že můžou být právem hrdé na to, co dokázaly. Zpátky do Česka si všichni odvážíme krásné společné zážitky, nová přátelství a spoustu sportovních momentů, na které budeme v budoucnu rády vzpomínat.

Jsmo velice vděčné, že jsme mohly být součástí takové akce a děkujeme škole a AŠSK, že nám tuto příležitost poskytla. **D**

TEXT BARBORA TOMANCOVÁ FOTO archiv AŠSK





AŠSK, OPRAVDU JEN ČTYŘI PÍSMENA?

V seriálu rozhovorů s výraznými osobnostmi Asociace školních sportovních klubů ČR představujeme kolegyni **Dagmar Hubáčkovou**, která pracuje jako učitelka tělesné výchovy a angličtiny na ZŠ Velvary.

Jak to bylo s Centrem sportu u vás ve škole při vašem nástupu před osmi lety?

Centrum sportu jsem pomáhala zakládat já společně s velkou podporou vedení školy. Organizujeme sportovní kroužky ve volném čase dětí a pořádáme sportovní akce pro okolní školy. Některé sportovní organizace si nás samy vyhledávají se zájmem o spolupráci. Od září u nás rozjíždíme fotbalovou akademii s Bohemians Praha a s golfovým areálem v Beřovicích.

Od kdy působíte ve školství, kdy a proč jste vstoupila do AŠSK?

Ve školství pracuji dlouho, od roku 1987. A již v minulé škole jsem díky sportovním soutěžím poznala AŠSK. Možnost užší spolupráce se mi ale naskytla až v posledních letech.

Jakých největších úspěchů jste dosáhli?

Za největší úspěch považuji, že se u nás děti hýbou rády. Sportovní kroužky jsou plné, jejich počet se každým rokem zvyšuje, o akce, které pořádáme ve Velvarech je zájem. Podporuje nás město Velvary i okolní obce a podniky. Měřitelné úspěchy máme u florbalu – několikrát jsme vyhráli

Regionální školní florbalovou ligu v Kralupích, v soutěži OVOV jsme byli v celorepublikovém finále v Praze. Fotbalisté přivezli 6. místo z Francie (Vertou, Haute Goulaine) z mezinárodního fotbalového turnaje, kde bylo 32 týmů z celé Evropy, pravidelně stojíme na bedně v atletických závodech.

Kdo je největším sportovním talentem pocházejícím z vaší školy?

Asi nejznámějším absolventem naší školy je hokejista Jiří Tlustý, který to dohláhl až do české reprezentace i zámořské NHL.

Co považujete za pozitiva činnosti asociace?

Velké plus je práce s dětmi, které se chtějí nějaké činnosti aktivněji věnovat. Oceňuji také možnost setkávání s lidmi z celé republiky, kteří se sportu a dětem věnují, vyměňují si zkušenosti. AŠSK také umožňuje pořádat akce vlastní. Je možné získat podporu, dotace, sportovní vybavení.

Jaké příležitosti by měla AŠSK více využít?

Více spolupracovat s ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy, více AŠSK medializovat.

Říkala jste, že se snažíte věci „dělat to trochu jinak“?

Stává se mi, že ne vždy se mi organizace sportovních soutěží zamlouvá. Kritizovat ale umí každý. Snažím se proto pořádat akce



„ S úsměvem jde všechno líp “

ve Velvarech a ukázat, že to jde jinak a lépe. Zapojujeme techniku, chceme být spravedliví a hrát fair play. Spojujeme malé školy a soutěžíme ve smíšených týmech, aby i děti z vesnických škol zažily soutěžní atmosféru.

Jak u vás probíhaly Hry třetího tisíciletí?

HTT naše centrum sportu pořádalo po-

šesté. Děti ze čtyř a pěti škol se sjedou na jednom místě a tři dny sportují a soutěží v týmu, který si vylosují. Letos jsme opět jeli do historicky známé Peruce. Přes Oldřicha a Boženu, únos Jitky jejich synem Břetislavem, jsme se letos dostali k jejich pěti synům rytířům. Je zde každým rokem úžasná atmosféra. Spolupracuji s dospěláky, u kterých je záruka kvality, pohody a pracovitosti. Jedny hry jsou za námi a my už připravujeme další, setkáváme se i během roku. HTT je úžasný projekt, kde děti mají možnost ukázat svůj sportovní, výtvarný, divadelní, ale především lidský a kamarádský um.

Můžete popsat vaši zkušenost ze setkání Center sportu v Rabacu?

Setkávání v chorvatském Rabacu jsou jedinečná a unikátní. Zástupci Center sportu, většinou tělocvikaři z celé ČR, mají možnost si vyměňovat zkušenosti ze své práce, aktivně si vyzkoušet sportování, podílet se na práci AŠSK. Asociace má zpětnou vazbu jak to kde funguje, co v jednotlivých klubech potřebují, co je trápí.

V čem je asociace přínosná pro práci Centra sportu, učitelů a pro školy, žáky a rodiče?

Přínos asociace je od možnosti sportování velkého množství dětí, školení pro lidi, které baví práce s dětmi, rodiče, obce, pořádání soutěží a sportovních akcí.

Už jste se zmínila o potřebě větší medializace AŠSK. Jaká média by měla pro svou propagaci asociace více využívat?

Média jsou mocná. Každý ŠSK si jistě svoje aktivity medializuje ve svém regionu. AŠSK by se více měla prosazovat, protože mnohdy si široká veřejnost spojuje a přisuzuje naši práci pouze školám.

Otázka na závěr: Jaké je vaše životní krédo?

S úsměvem jde všechno líp. Ráda se obklopuji pohodovými lidmi a blbce neřeším. **D**



PRVNÍ POMOC III.



V předcházejícím dílu jsme si zopakovali, kdy a jak aktivovat záchranný systém. Dnes si povíme o stavech, které nás mohou bezprostředně ohrozit na životě. Jedná se o **bezvědomí, poruchy dechu a masivní krvácení**.

Bezvědomí

Bezvědomí je projevem poruchy činnosti centrální nervové soustavy.

Příčiny bezvědomí: poranění hlavy, interní nebo neurologické onemocnění, otravy, úrazy elektrickým proudem, tonutí... Ochabnutím svalstva při bezvědomí, i toho, které nám udržuje volné dýchací cesty, je postižený ohrožen udušením.

Bezvědomý člověk zaujímá zhroucenou polohu, nereaguje na oslovení. Pokud má zachovalé dýchání, uveďte jej do zotavovací polohy a sledujte základní životní funkce do příjezdu záchranářů. Pokud nedýchá normálně, musíte zahájit kardiopulmonální resuscitaci. Podrobný postup jsme si vysvětlili v minulém čísle tohoto časopisu.

Poruchy dechu

Dýchání pro nás znamená život. Nedostatečné dýchání nebo úplná zástava dechu mohou vést k nezvratným změnám. Obstrukce dýchacích cest může být až příčinou smrti. Dochází k ní nejčastěji při jídle a pití, ale také i alergickou reakcí. Když je pacient při vědomí, je schopen odpovědět na naše otázky a kašle, nejedná se o závažný stav. Podporujte ho ke kašli, který ho zbaví překážky.

Není zapotřebí žádné intervence z naší strany, naopak, ta by mohla vést k tomu, že těleso posunete dál a způsobíte zhoršení stavu. Když ale kašlací úsilí ustává, pacient není schopen se nadechnout, začíná měnit barvu, jedná se o závažný stav. Jestliže je pacient stále při vědomí, proveďte údery mezi lopatky nebo stlačování nadbříšku (pozor, NE u dětí do jednoho roku!). Můžete kombinovat – 5 úderů, 5 stlačení. Zhodnoťte stav, jestli došlo k vypuzení tělesa, když ne, pokračujte v manévrech a přivolejte odbornou pomoc. **NEPOUŠTĚJTE PACIENTA.**

V případě, že je postižený v bezvědomí, nebo do něj upadá, položte jej na pevnou podložku (zem) a prohlédněte dutinu ústní. Pokud vidíte překážku, jedním prstem se jí pokuste odstranit. Nikdy nepátřejte naslepo! Když není vidět, zakloňte hlavu a zahajte resuscitaci.

V případě bezdeší zkontrolujte i stav vědomí, zahajte oživovací pokusy, po minutě (u dětí) volejte záchrannou službu.

Krvácení

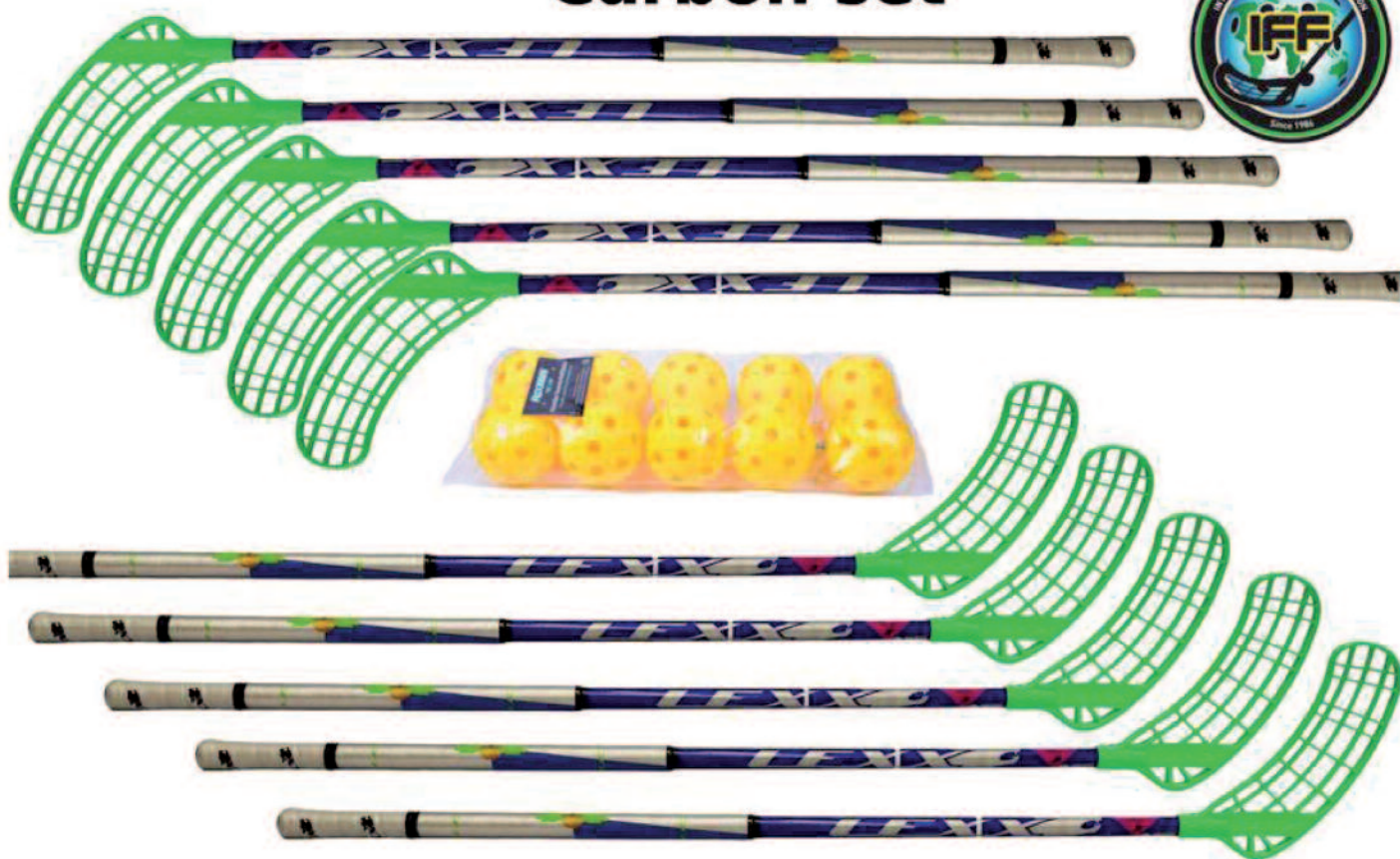
K němu dochází poškozením cévy. Krev se dostává mimo cévní řečiště. Může být poškozena kapilára, žíla, tepna. Může být vidět, nebo být skrytý (vnitřní). U odřenin je nejúčinnější pořádné vyčištění kartáčkem a tekoucí vodou. U masivního krvácení na končetinách je okamžitým opatřením přímý tlak v ránu. Zapomeňte na tlakové body! Přiložte tlakový obvaz.

Pokud rána krvácí dále, můžete sací vrstvu přidat. Celkem až do tří vrstev. Jestli se ránu nepodařilo ani tak zastavit, je nutné přiložit škrtidlo. U ztrátových poranění je to nutné. Pro bezpečné a hlavně účinné použití je nutný nácvik. Ráda bych zdůraznila, že **z důvodu vlastní bezpečnosti je nutné při ošetřování krvácení použít rukavice.** **D**



TEXT LUDMILA LEŠKOVÁ FOTO archiv autorky

eFlorbal Carbon set



LEXX 10 x Carbon LEXX Set florbalek s míčky

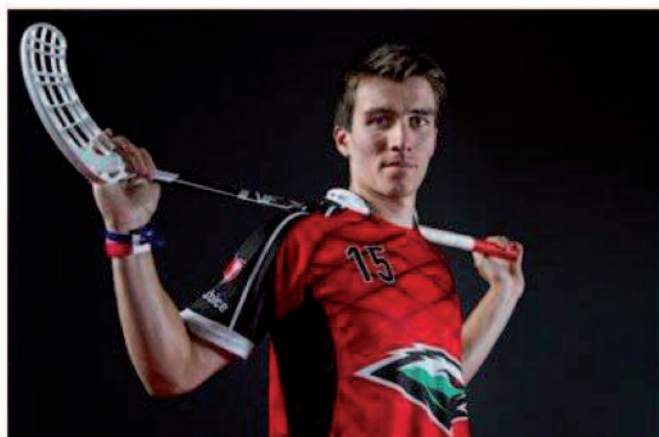
Běžná cena: 20 000,-

Ušetříte: 12 610,-

Cena po slevě: 7 390,- a další sety od 1600 Kč



Přidat do
košík



S hokejkami LEXX se stal nejlepším
střelcem nejvyšší české ligy v sezóně
2013/2014 Martin Zozulák.



Bývalý kapitán švýcarské
reprezentace, Mathias Hofbauer,
hraje s hokejkami LEXX.



www.eFlorbal.cz

Partner:

FLOORBEE



Ubytování pro dětské tábory, sportovní soustředění, školní pobyty, školní výlety, firemní a soukromé akce v roce 2017.



Rekreační areál Pecka

- kouzelné místo u lesa s výhledem na hrad Pecka
- chatky a pokoje (sprcha, WC)
- 2 antukové kurty, beach volejbal, hřiště na kopanou
- vlastní tělocvična, koupaliště 300 m
- www.ubytovani-pecka.cz

Rekreační areál Stříbrný rybník

- ubytování ve vybavených chatách u Hradce Králové
- přírodní koupaliště s tobogánem zdarma
- lanové centrum, paintball, obří trampolína, dětské hřiště
- 13 km okruh pro in-line i cyklisty
- restaurace, sportovní rybaření, půjčovna sportovních potřeb
- www.stribrny-rybnik.cz



Rekreační areál Ostružno v Českém ráji

- v blízkosti se nacházejí Prachovské skály
- přírodní koupaliště a 2 bazény
- ubytování v chatkách, bohaté sportovní zázemí
- 2 antuková hřiště, beach volejbal
- sportovní rybaření v sousedícím rybníku
- www.sklar-ostruzno.cz

Rekreační areál Vysoká Srbská

- klidné místo v Broumovsku
- ubytování v chatkách a v pokojích ve zděné budově
- vlastní bazén
- antukový kurt, travnaté hřiště
- www.vysoka-srbska.cz
- pronájem skupinám s vlastním vařením

