

MAGAZÍN ŠKOLNÍHO SPORTU | 4 | 2018

DO TOHO!

**SOUTĚŽ
O CENY**

**PROJEKT
SPORTUJ VE ŠKOLE**

**CENY
FAIR PLAY**

**START
SPORTOVNÍ LIGY**

Matematicka pod vysokou sítí
KATEŘINA VALKOVÁ





O₂ arena

Praha 2018

MISTROVSTVÍ SVĚTA VE FLORBALE

Vstupenky v prodejní síti
Ticketportal a na Ticketportal.cz

ticketportal
VSTUPENKY NA DOSAH



 Matěj Jendříšák

1. - 9. 12. 2018

HLAVNÍ PARTNEŘI



ČESKÁ
POJIŠŤOVNA



IFF PARTNEŘI

SWERINK
PROFESSIONAL FLORBALL

Gerflor
theflooringgroup

CRBER

UNIHOČ

OFICIÁLNÍ PARTNEŘI

čeps

Tipstort



Volkswagen

ODDAVATEL

SH
SIVK HOTEL

INSTITUCIONÁLNÍ PARTNEŘI

CzechRepublic
Land of Stories
1818
100
2018

**PRAHA
PRAHA
PRAHA
PRAHA**

MT

MEDIÁLNÍ PARTNER

Česká televize

- 4** Letem školním sportovním světem momenty hledáčkem fotografů
- 6** Hvězda Kateřina Valková rozhovor o sportu a o životě

Milé čtenářky a milí čtenáři,



spolu s prvním zvoněním letošního školního roku se rozběhly také sportovní soutěže. Známe už dokonce i vítěze republikového finále v atletickém čtyřboji, které se uskutečnilo v Opavě. O vynikajících výkonech nadané Beaty Hromadové a dalších školáků a školáček se dočtete právě na stránkách tohoto čísla časopisu DO TOHO!

Dozvíte se v něm rovněž o celé řadě nesoutěžních aktivit: od začátku září jsme totiž odstartovali projekt Sportuj

ve škole, který rozhýbává kluky i holky v 350 školních družinách napříč Českou republikou.

Uskutečnili jsme vzdělávací seminář TĚLOPRAHA pro učitele i nepedagogické pracovníky, jenž byl plný výuky tradičních i netradičních sportů - díky článku o semináři si tak můžete ověřit své znalosti o zajímavých sportovních aktivitách.

Užitečné informace vám nepochybně přinese článek o programu Excellence, v rámci kterého Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy odměňuje soutěžně úspěšné školy a jejich učitele.

Začíst se můžete také do rozhovoru se středoškolačkou a nejmladším českým reprezentantem Filipem Langerem, jenž bojuje o místo v reprezentaci na prosincové mistrovství světa ve florbale v Praze.

Pohodové čtení přejí vám všem!

Svatava Ságnerová
viceprezidentka AŠSK ČR



- 9** Ceny Fair play ocenění za minulý školní rok
- 10** Sportuj ve škole projekt AŠSK
- 12** Atletický čtyřboj republikové finále v Opavě
- 14** Florbalové MS v Praze rozhovor s hráčem + soutěž
- 16** Sportovní liga škol rozšíření populární soutěže
- 18** Tělopraha 2018 seminář v areálu FTVS
- 20** Rozhovor AŠSK Jan Škrabal
- 22** Program Excellence podpora od MŠMT

FOTO NA OBÁLCE HKSEO

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



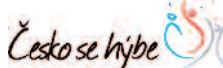
AŠSK ČR na Facebooku
Staňte se fanouškem této stránky!

facebook.com/asskcr



DO TOHO!, Magazín školního sportu. Číslo: 4 / 2018, 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 30. 10. 2018). **Redakce:** šéfredaktor Petr Kocek, koordinátor Tomáš Kolář, grafika Otto Šleger. **Redakční rada:** Ivana Červená, Petr Kocek, Tomáš Kolář, Kateřina Maršálová, Marie Moosová, Svatava Ságnerová, Katarína Železná. **Kontakt na redakci:** zelezna@assk.cz **Registrace:** MK ČR E 22660

VÝZNAMNÍ PARTNEŘI



LETEM ŠKOLNÍM SPORTOVNÍM SVĚTEM

MOMENTY ŠKOLNÍHO SPORTU HLEDÁČKEM FOTOGRAFŮ

SEMINÁŘ TĚLOPRAHA

29.–31. 8. 2018 Praha

Výuka slacklinu v areálu
Fakulty tělesné výchovy a sportu. ▼



▲ Bojovná lekce jiggeru pro tělocvikáře.

MS ŠKOL V BASKETBALU

23.–29. 6. 2018 Bělehrad, Srbsko



▲ Basketbalistky ze Sportovního gymnázia
Ludvíka Daňka vybojovaly sedmé místo na MS škol.



▲ Chlapci z prostějovského Gymnázia Jiřího Wolkra obsadili třináctou příčku.

► Český tým
předvádí polku
na Večeru národů.





▲ Zábavná výuka Kin-ballu.

SEMINÁŘ CENTER SPORTU

14.–19. 9. 2018 Rabac, Chorvatsko

Se školou na golf aneb ukázka školní golfové sady a jejího využití v hodinách tělocviku. ▼



ATLETICKÝ 4BOJ

10. 10. 2018 Opava

Beata Hromadová (ZŠ Malá strana, Týn nad Vltavou) si běží pro celkové individuální vítězství v atletickém 4boji. ▼



► Simona Ručová (ZŠ Benešovo nám, Pardubice) si zlepšila osobní rekordy ve sprintu i výšce, kdy jako jediná z dívek překonala laťku na úrovni 158 cm.



SPORTUJ VE ŠKOLE

Kreativní rozcvička v rámci projektu Sportuj ve škole na ZŠ Velvary. ▼



▲ Výuka ragby pro nejmenší na velvarské škole.

VOLEJBAL JE LÁSKA NA CELÝ ŽIVOT

„Rozhovor? Jasně, až přijedeme z turnaje ve Francii,“ slíbila volejbalistka Kateřina Valková. „Teď mám času dost,“ odtušila po příjezdu.

Na povídání dorazila o berlích, nešťastný doskok a přetržené křížové vazy jí udělaly na začátku sezony po přestupu do pražského Olympu čaru přes rozpočet. „Aspoň mám čas na bakalářku,“ rozesmála se a v modrých očích jí plály jiskřičky, šířila kolem sebe energii. Jen ta zatracená noha. Její jméno si ale určitě zapamatujte, tahle reprezentační nahrávačka má před sebou velkou budoucnost. V hale, a nepochybně i na písku. Hned, jak se dá dohromady.

Tvé jméno je pro mnohé oříšek. Jednou se to píše Valková...

(skáče do řeči) ...bez čárky – Valková. Je to můj celoživotní problém, všude to píšou špatně. V obci ale mám dobře.

Jméno bychom měli. Jsi z Plzně, což je město zaslíbené hokeji, fotbalu a házené. Jak jsi našla cestu k volejbalu? Byla klikatá?

Vůbec, byla naopak úplně jednoduchá. Moje starší sestra Bára hrála. Chodily jsme na stejnou základku, kde vlastně pak byl i klub. Navíc to máme asi osm minut od baru, takže to bylo v podstatě jednoduché. Ještě jsem hrála tenis, zkoušela víc sportů, ale volejbal byl jasnou volbou.

Když o něm mluvíš, rozzáříš se. Čím tě tak nadchnul?

To nedokážu říct. Není to tak, že když to hrála starší sestra, tak já budu taky. To asi ne. Sedli jsme si i s kolektivem, který tam tenkrát byl. Vlastně jsme spolu byly odmatička až po kadetky. Volejbal mě nadchnul pestrostí, variabilitou. A také krásou delších výměn, což je tedy především u ženského volejbalu. Pro mě je hlavní týmovost. Když jsme sedmkrát týdně na tréninku, trávíme spolu víc času než doma, to vznikne nová rodina. Já bych nemohla dělat individuální sport.

Je to láska na celý život?

Troufám si říct, že jo. Postupem jsem se do toho tak zažrala a zamilovala, že bez toho nemůžu být. Ten sport mám strašně ráda.



Máš doma volejbalový balon?

Samozřejmě, tak pět šest. Na písek i do haly. Ale ony mi je ségry kradou.

Synonymem pro volejbal jsou Dřevěnice, tradiční antukový turnaj...

Tam jsem nikdy nebyla.

Jak je to možné? Tam byl snad každý volejbalista.

Já ne. Přes léto jsem přece na písku. A ona nám ta antuka už nic neříká, jsme ty zhýčkaný hráčky. Ušpinily bychom se a odřely, neumíme tam padat, máme radši měkký písíček.

Kdy jsi začala zkoušet beach?

Měly jsme super trenéra v Plzni, který nás bral přes léto na písek. Usoudil, že když máme po sezoně, tak by byla škoda být

v hale, jestliže je venku hezky. Chodily jsme trénovat na písek, a tak nějak jsme začaly hrát. To byla šestá sedmá třída.

Bavil tě hned?

Neříkám, že úplně hned, protože začátky, než se v tom naučíš chodit, jsou hodně těžké. Ale tím, že to bylo trošku jiný než šestky, a ještě jsme byly venku, opálily se, nosily plavky, tak nás to chytlo. A když se od začátku začne relativně dařit, je to jedno-dušší. Jsem ráda, že nás do písku pustili. Někteří šestkoví trenéři to neradi vidí.

Akorát ten písek je...

...všude. Ještě v zimě ho vysypávám z tašek, nebo když mamka něco vypere, tak se ho hromádka vysype z kapsy.

Kam jsi to chtěla jako dítě dotáhnout? Plní se ti sny?

Myslím si, že pomalu ano. Vždycky jsem se chtěla volejbalem, dá se říct žít. Hráť na nejvyšší možné úrovni, dostat se do reprezentace. A ty sny se mi zatím daří plnit.

„Sport mi dal strašně moc.“

Ale ještě jeden zbývá...

Ano, olympiáda. Tokio 2020 už není reálné, to už bych musela na písku hrát olympijskou kvalifikaci. Jenže k tomu musí mít člověk nějaké body, aby mohl hrát ty nejvyšší turnaje. A co se týká šestkového, tam je konkurence ještě mnohem větší. Ale jednou bych se na olympiádu ráda podívala. Třeba do Paříže 2024, zahrát si tak na kurtu pod Eiffelovkou...

Olympiáda. Je to pro tebe velký sen?

Já byla na mládežnické olympiádě v Číně 2014 a tam nám sportovní ředitel ČOV Martin Doktor říkal, abychom si toho vážili. Už tehdy jsem si myslela, že podívat se na tu velkou musí být super. Myslím si, že by měl být pro každého sportovce ten největší sen.

Hraješ šestkový volejbal, ale mluvíš i o písku. Dá se to zvládnout obojí? Co je ti bližší?

To právě nedokážu říct. Je to náročný, nejdě hrát obojí na profi úrovni, to si dobře uvědomuju. Ale zatím mi to střídání relativně vycházelo. V květnu se dohrálo, a pokud nebyl národák, mohla jsem v květnu na písek.

Zkusme si povídat chvíli o škole. Stíhala jsi do ní chodit?

(smích) Bylo náročné skloubit učení a sport. Ale věděla jsem, že školu dodělat musím. A zvládla jsem to i díky našim, kteří mě docela tepali. Myslím si, že je to důležité, stačí jedny berle (smutně ukázala na své, odložené u stolu) a můžete mít i po sportu. Většina učitelů mi vycházela vstříc, v Ostravě jsem chodila na sportovní gymnázium a přitom hrála extraligu. I teď na té vejšce to jde.

Do Ostravy ses přesouvala hodně mladá, jak přestup brali rodiče? Obešlo se to bez řečí?

Šla jsem tam v sedmnácti, doma jsme o tom dost dlouho debatovali. Mamka tenkrát řekla: Je to tvé rozhodnutí, tvůj život. Já ti do toho nechci moc mluvit. Zakážu ti to a co potom? Budeš mi to celý život vyčítat. Taťka měl obavy o školu, tušil, že půjde na druhou kolej. Ale nějak jsme to vymysleli. Tím, že jsem první rok bydlela na intru, tak měli pocit, že je o mě postaráno. V konečném důsledku bylo rozhodnutí na mně.

Bylo to dobré rozhodnutí?

Bylo. Neměnila bych. Těch pět let v Ostravě mi dalo moc. Herně i lidsky.

Stýskalo se ti?

Moc. Bylo to těžký. A k tomu jsem měla přítele tady v Praze. Hodně se hrálo, takže na stýskání jsem neměla moc času. V Ostravě jsem měla partu až dvaceti lidí, kteří se vám vlastně stanou druhou rodinou, trávíte s nimi víc času než doma. I tohle začne chmury. Mívala jsem litostivé stavy, ale postavila jsem se na vlastní nohy.

Jak sis na internátu vařila a prala?

Já špinu vozila domů, později mi vypraly dresy a další oblečení holky, co měly byt. A vaření? Na intru jsem měla snídaneň a večeře, obědy ve škole, takže jsem řešila jen víkendy. Jídlo jsem řešila až další rok.

S přesunem jsi měnila i školu, navázala jsi v pohodě?

Víceméně ano. V Plzni jsem studovala španělský gympl, nemusela jsem dělat ani rozdílové zkoušky na to sportovní gymnázium, protože jsem měla dobré známky.

Uznali mi to. Dodělala jsem si asi dva předměty. Troufám si říct, že jsem na tom byla o trochu líp v matice. (smích)

>>>



KATEŘINA VALKOVÁ

Narozena: 6. února 1996 v Plzni

Výška/váha: 177 cm/59 kg

Volejbal: beach i šestkový

Herní post: nahrávačka

Kluby: SK 15. ZŠ Plzeň, TJ Ostrava, PVK OLYMP Praha

Úspěchy: za svůj největší v reprezentaci považuje 5. místo z beachvolejbalu na olympiádě mládeže YOG v Číně 2014. Z písku má i domácí tituly do 18 a 20 let.

>>>

Měla jsi ve škole nějaký oblíbený předmět?

Právě matematiku. Té se věnuju i teď na vysoké škole.

Znamená to, že jsi vedle skvělé volejbalistky i nadaná matematická?

(smích) Tak to úplně nevím. Ale tenhle směr mě bavil, takže jsem si vybrala vysokou školu tak, aby se dala zvládat s volejbalem.

Matfyz? Tedy Matematicko-fyzikální fakulta?

Ne, v Ostravě mám obor aplikovaná matematika.

Co si pod tím člověk má představit?

Všechno a nic. Uplatním se v jakémkoliv oboru, kde něco potřebují spočítat, programovat. Zalíbily se mi neuronové sítě a umělá inteligence. Chtěla bych se vydat tímhle směrem. Ale jak to půjde skloubit s volejbalem, to nikdo neví. Studuju na Ostravské univerzitě, jsem ve třetáku. Budu jezdit do školy třeba jednou za dva týdny, pak na zkoušky, odevzdám nějaké práce. Toho bakaláře dodělám.

Jak jsi vlastně zvládla maturitu?

To bylo vtipný. Týden před maturitou jsem byla s juniorským národním týmem na kvalifikaci na svět. V pondělí jsme přiletěly zpátky a ve středu šly před komisi. Bylo nás asi osm holek. Mezi zápasy jsme ležely v učebnicích, trenér byl úplně hotovej, že neodpočíváme, pořád se učíme a nervujeme se.

Ale zmáklý jste to, ne?

Všechny jsme to daly. Bála jsem se, to ano. Přiletěly jsme a já si říkala: Tak, a mám jeden den, abych se všechno naučila. Klasická panika. Nakonec vlastně docela pohoda.

V Ostravě jsi strávila, podle tvých slov, krásné roky. Proč jsi tedy přestoupila do pražského Olympu?

Už to bylo dlouho. Pět let. Cítila jsem, že potřebuji nějakou změnu. S trenérem jsme byli spolu i v národním týmu, takže jsme si od sebe neodpočinuli. Dělali jsme si srandu, že je s námi víc než s manželkou. Chtěla jsem zkusit něco jiného, původně jsem toužila jít ven. To nedopadlo a jsem v Praze.

Jaké je to na Olympu?

Super! Jenže teď tam kvůli zranění kolene, které jsem si přivodila na akci s klubem ve Francii, chvíli nebudu. To ale ke sportu patří. Jinak jsem v Olympu strašně spokojená, co se týká trenérů, zázemí, s holkama jsme si sedly. Já si zatím ten přestup chválím.

Je sport přirozenou součástí tvého života? Mělo by to tak být?

Sport mi dal strašně moc. I kamarádů, známostí. I když máme volno, tak se nějaký ten pohyb vždycky najde a jsem ráda, že nás k tomu doma vedli. Bonusem je, že jsem se podívala na místa, kam bych se jinak nedostala.

Vrcholový sport je hodně o cestování, jak ho zvládáš? Podívala ses i do zemí, o kterých se ti nezdálo?

Určitě, asi bych do Běloruska jen tak na výlet nejela. Jely jsme tam vlakem. Dvaadvacet hodin.

Cože?

Svaz nás tam poslal vlakem. To bylo fakt hrozný. Já tam byla na moji první Evropě na písku, to bylo do 18 let a poslali nás tím vlakem. Čekalo se, jestli nezlevní letenky... A pak už nebyly vůbec. Cestování k tomu patří. Co se týká letadel, tak to je dneska už komfortnější. A já jsem relativně malá, takže se do letadla nějak složím, oproti našim lodyhám...

Máš někdy líné dny, kdy aktivně nevznášš gaučing?

No jéje. Čím jsem starší, tím víc poznávám, jak jsou takové dny důležité a těším se na ně. (smích) Jenom si lehnu a nic nedělám. Ráda čtu, úplně to zbožňuju. Když mám narozeniny, tak jsem nejspokojenější, když dostanu hromadu knížek.

Jsi nahrávačka. Nemrzelo tě někdy, že jsi nevyrostla a nemůžeš smeči rozhodovat zápasy?

Na to se všichni ptají, ale mě to vůbec neštve. Nahrávač má celou hru v režii, můžu ji tvořit, hrát si se soupeřem. Zrychlit hru, zpomalit. Mě ta režie strašně baví, ten post mi vyhovuje.

Trenéři o tobě říkají, že dokážeš táhnout mužstvo. Kde se to v tobě bere? Byla jsi od mala vůdčí typ?

Asi jo. Nerada prohrávám, to v sobě člověk musí mít. A byly jsme tak i vychovávané, abychom si šly za tím, co chceme dokázat. I trenéři nás tak drželi. Hraje se do posledního balonu a nic se nesmí vypustit.

Jak sis vůbec zvykla v Praze?

To mi ani neříkej, já si tady ještě nezvykla. Na mě je tady moc lidí. V Plzni i v Ostravě to bylo dobré. V Ostravě jsem měla školu kousek od centra, chodila jsem tam pěšky deset minut. Teď přes Prahu jezdím kamkoliv pětadvacet minut. Tedy kromě Olympu, tam to mám pětadvacet. Už se orientuju, ale to množství lidí... Jsem ráda, že bydlím na Lhotce, kde je klid, je tady kousek i les, kam chodím běhat. **D**

TEXT JAN UHLÍK

FOTO archiv Kateřiny Valkové



ŠKOLNÍ SPORTOVNÍ RYTÍŘI



Slib účastníků RF v basketbalu

TEČ I PŘEŠLAP. A PAK? OCENĚNÍ!

Pokud by se nedoznali, následoval by ve všech případech stejný scénář – jejich tým by byl v republikovém finále školní sportovní soutěže zvýhodněn. Možná by získali bod, který by je přiblížil k vítězství. Možná by jim ubyl protihráč. Možná by doběhli na lepším místě. Přesto se všichni rozhodli stejně – zvedli ruku a řekli, co se stalo, či v rámci závodu zastavili a pomohli. Následek? Ocenění cenou Fair play!

HÁZENKÁŘSKÉ A BASKETBALOVÉ TEČE

V závěru napínavého zápasu o vítězství přiznala teč. Z republikového finále Sportovní ligy si za to Natálie Krejčová ze ZŠ Křiby Zlín odnesla ocenění Fair play. Podobně se zachoval i Jakub Weis ze ZŠ Kuncova Praha, který se při závěrečném basketbalovém turnaji za nepříznivého skóre přihlásil k dotyku, a jeho družstvo kvůli tomu ztratilo kontrolu nad míčem. Oba dva soutěžící tak sice své týmy znevýhodnili, přesto se zachovali, jak vyžadují nejen pravidla hry, ale především zásady čestného jednání.



Natálie Krejčová



Jakub Weis

FÉROVÁ VYBÍJENÁ

Už tradičně se nejvíce cen předalo na závěrečném turnaji ve vybíjené v Pece. V turnaji dívek bylo oceněno pět hráček, ve smíšené kategorii dalších osm sportovců. Ve všech případech se jednalo buď o přiznání k vybití, nebo k přešlapu. Za zmínku stojí počín Romana Radoucha ze ZŠ Zliv, který mohl vybit protihráče, jenž upadl. Přesto tuto situaci nezneužil. Jeho družstvo turnaj nakonec vyhrálo a odvezlo si i cenu Fair play za příkladné a kamarádské gesto.

HRDINSKÝ PŘESPOLÁK

Výjimečný čin fair play přinesla říjnová soutěž v přespolním běhu v Hradci Králové. V rámci atletického zápolení totiž na trati omdlela jedna z běžkyň. Hned čtyři děvčata – Barbora Petřeková z Gymnázia Fr. Palackého (Valašské Meziříčí), Petra Nohejlová z Gymnázia Cheb, Natálie Máchalová a Adéla Průchová ze SPŠ strojní a stavební Tábor – se u ní zastavila a poskytla jí pomoc. Hokejovou reprezentantku, která se den před závodem vrátila z hokejového soustředění, a tudíž incident pramenil pravděpodobně z přetrénování, se jim naštěstí podařilo rychle přivést ke vědomí. Všechny čtyři „zachránkyně“ tak sice přišly o možnost bojovat o kvalitní umístění v závodě, vysloužily si ale cenu Fair play od pořadatelů, také potlesk a uznání od soupeřek i diváků.



SPOLUPRÁCE AŠSK A ČKFP

Vzájemná spolupráce AŠSK a ČKFP trvá už od roku 2007. Ve školním roce 2018/2019 se budou předávat ceny na těchto republikových finále:

Sportovní liga ZŠ junior

Atletický 4boj – Opava (už proběhlo)

Přespolní běhu – Hradec Králové (už proběhlo)

Vybíjená – Pecka

Přehazovaná – Liberec

Atletický trojboj – Turnov

Florbal – Plzeň



ČESKÝ
KLUB
FAIR PLAY

Sportovní liga ZŠ

Házená – Velká Bystřice

TEXT KATARÍNA ŽELEZNÁ FOTO VÁCLAV POKORNÝ



Předsedkyně ČKFP Květa Jeriová-Pecková zdraví účastníky basketbalového finále SLZŠ

PROJEKT

UŽ 350 ŠKOL SPORTUJE S NÁMI



Ani jedno dítě při cvičení nestojí a nenudí se. Všichni sportují, všichni se společně baví. Popsaný sen tělocvikáře či trenéra? Kdepak, takhle probíhá projekt „Sportuj ve škole“ na více než 300 školách!

VELKÁ VÝZVA

Se začátkem nového školního roku jsme spustili projekt, který rozhýbává děti ve školních družinách napříč celou Českou republikou: vytvořili jsme databázi 350 přihlášených škol, uspořádali jsme vstupní seminář pro cvičitele v Praze a Holešově a cvičitelům jsme odeslali finanční odměny za měsíc září. Zájemci o projekt se na webových stránkách www.sportujveskole.cz dozví praktické informace o průběhu „Sportuj ve škole“; zároveň se ale také inspiřují hrami a cvičeními, které probíhají na dalších školách či si stáhnou užitečnou metodiku s radami, jak vést například hodiny basketbalu, volejbalu a fotbalu s těmi nejmenšími dětmi. To vše se nám podařilo zrealizovat za dva měsíce od chvíle, kdy jsme obdrželi dotaci od Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy. Realizaci letošního ročníku jsme několikrát projednali s vedením MŠMT, které projektu věnuje zvýšenou pozornost.

„Sportuj ve škole je pro nás nejen velkou výzvou, ale také návratem k původnímu poslání naší Asociace školních sportovních klubů. Jsem ráda, že se nám podařilo za podpory Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy rozběhnout projekt, který iniciuje pravidelný pohyb dětí v rámci mimoškolních sportovních aktivit. Věřím, že téměř 350 zapojených škol je pouze začátkem a že v budoucnu dokážeme rozhýbat všechny základní školy v České republice,“ říká vedoucí projektu a viceprezidentka AŠSK Svatava Ságenrová.

JAK NA ŠKOLÁCH?

Před či po skončení výuky cvičitelé učí děti základům oblíbených sportů, jakými jsou basketbal, volejbal či fotbal. Využívají u toho vyzkoušené metody navržené odborníky ze sportovních svazů. Zároveň také lektori baví školáky pomocí nejrůznějších her, opičích

drah a dalších zábavných sportovních aktivit.

Lekce „Sportuj ve škole“ probíhají jednu až tři hodiny týdně pro děti 1. až 5. ročníku základních škol a jsou realizovány v rámci pobytu ve školní družině zdarma. Vedou je zkušení a nadšení tělocvikáři, trenéři, aprobované učitelky 1. stupně ZŠ či vychovatelky školní družiny na základě Smlouvy mezi AŠSK a příslušnou školou – a všichni si užívají práci s dětmi. Školy zapojené do projektu získají materiální vybavení, cvičitelé obdrží při splnění stanovených podmínek hrubou mzdu ve výši 350 Kč za 45 minutovou lekci včetně přípravných hodin.

Projekt „Sportuj ve škole“ navazuje na pokusné ověřování programu s názvem „Hodina pohybu navíc“, které probíhalo dva roky pod hlavičkou Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy. Během druhého ročníku se do něj zapojilo na patnáct tisíc žáků z 343 škol, 15 tisíc žáků a 601 učitelů



DO TOHO!

i trenérů. Od 3. září 2018 projekt zajišťuje Asociace školních sportovních klubů, která už 26 let pomáhá bavit školáky sportem.

PROČ SE ZAPOJIT?

Zábava a pohyb pro školáky a školačky

Díky hrám a zábavným sportovním cvičením rozvíjejí žáci a žákyně své všestranné pohybové dovednosti. Nezáleží na talentu ani výkonnosti – nejdůležitější je chtít se bavit pohybem společně se spolužáky a kamarády. Zapojit se do aktivní činnosti může úplně každé dítě!

Sportovní vybavení pro školu

Každá škola zapojená do projektu získá vybrané sportovní vybavení, které může používat během hodin „Sportuj ve škole“ i v hodinách tělocviku. Celkově se tak díky projektu zlepšují podmínky pro školní sport.

Motivace a vzdělání pro cvičitele

I pro toho nejzkušenějšího cvičitele bude „Sportuj ve škole“ zábavnou výzvou: vést totiž bude hodiny s dětmi různého věku a s rozdílným pohybovým nadáním. Program každé lekce si bude vymýšlet a upravovat sám dle toho, co jeho malé „cvičence“ nejvíce baví. Inspiraci bude hledat v ověřené metodice a videích z hodin „Sportuj ve škole“. Zároveň může zdarma navštěvovat užitečná školení a praktické semináře.

Úspora času a služba pro rodiče

Rodiče už nemusí spěchat z práce, aby převzli své děti na sportovní kroužek: tato hodina sportu jejich ratolest bavi, navazuje na konec výuky ve škole a odehrává se v prostorách, které jsou pro dítě známé. O děti je po celou dobu cvičení postaráno a rodiče se nemusí uvolňovat ze zaměstnání či se strachovat, zda jejich syn či dcera sami zvládnou přesun na sportovní kroužek mimo školu. Navíc je projekt „Sportuj ve škole“ pro jejich děti realizován zcela zdarma.

NOVÝ WEB

Dozvědět se užitečné informace, stáhnout si praktickou metodiku či se inspirovat hrami a cvičeními. Právě to a mnohem víc můžete díky novým webovým stránkám projektu www.sportujveskole.cz. Zajděte na ně před hodinou s dětmi a načerpejte zajímavé náměty na sportovní aktivity.

A pokud jste cvičiteli „Sportuj ve škole“, zasílejte nám, prosím, na e-mailovou adresu zelezna@assk.cz fotografie či videa z vašich lekcí, rádi je na webu uveřejníme a inspiroveme tak díky nim další zapojené školy. **D**

TEXT KATARÍNA ŽELEZNÁ, SVATAVA SÁGNEROVÁ
FOTO DAGMAR HUBÁČKOVÁ, archiv AŠSK



VÍTĚZOVÉ Z KOPŘIVNICE A OPAVY



Atletický 4boj ovládli dívky z Kopřivnice a chlapci z Opavy. Letošní republikového finále v atletickém čtyřboji se odehrálo ve středu 10. října na opavském Tyršově stadionu.



SUVERÉNNÍ VÍTĚZKA...

Nezávodí za žádný atletický klub a královskému sportu se věnuje pouze v rámci kroužku ve škole. Přesto byly výkony Beaty Hromadové ozdobou republikového finále atletického čtyřboje v Opavě.

Hned na počátku mítinku opanovala obě úvodní disciplíny – sprint na 60 m i dálku. A po velmi slušném vrhu koulí si vítězství v závěrečném běhu na 800 m zkušene pohlíkala. Reprezentantka základní školy Týn nad Vltavou (Malá strana) nastřádala 2483 bodů a stala se nejlepší vícebojařkou republikového finále. Na druhém místě skončila Simona Ručová ze ZŠ Pardubice (Benešovo náměstí), která si zlepšila osobní rekordy ve sprintu i výšce, kdy jako jediná z dívek překonala laťku na úrovni 158 cm. Třetí skončila Tereza Ohnoutková z brněnské ZŠ Horníkova.

Díky vyrovnaným výkonům všech členek týmu braly celkové vítězství v soutěži

dívky z kopřivnické ZŠ Emila Zátopka (8545 b), které o 389 bodů porazily soupeřky ze ZŠ Pardubice (Benešovo náměstí). Bronz putoval do Brna zásluhou ZŠ Horníkova (7785 bodů).

...I SUVERÉNNÍ VÍTĚZ

Mezi chlapci zvítězil domácí atlet Richard Šenk ze ZŠ Englišova. Stejně jako jeho divčí kolegyně začal prvním místem ve sprintu, následný skok do výšky pak proměnil ve svou „one man show“. Za bouřlivé podpory publika se bleskově zlepšoval i poté, co jeho soupeři dávno vypadli. Zastavil se až pod hranici svého osobního maxima – na výkonu 178 cm. Celkové vítězství vydobyl ziskem 2605 bodů, když za sebou o 275 bodů nechal druhého Michala Krátkého ze ZŠ Třebíč (Horka – Domky). Třetí skončil další domácí závodník Pavel Halátek, který zaujal především

výkonem v dálce, kde dolétl na fantastických 632 cm.

TÝMOVÉ SOUTĚŽE

Díky vyrovnaným výkonům všech členek týmu braly celkové vítězství v soutěži dívky z kopřivnické ZŠ Emila Zátopka (8545 b), které o 389 bodů porazily soupeřky ze ZŠ Pardubice (Benešovo náměstí). Bronz putoval do Brna zásluhou ZŠ Horníkova (7785 bodů).

Zlato v kategorii chlapců zůstalo v Opavě zásluhou ZŠ Englišova, když se k výborným výkonům Richarda Šenka a Pavla Halátka přidal i zbytek týmu. Dohromady domácí družstvo nastřádalo 8458 bodů. Boj o další umístění byl velmi dramatický. Jednotlivé týmy dělil minimální počet bodů a rozhodovalo se až v závěrečných bězích. Nepolevit ani v posledních metrech se nejlépe dařilo mladoboleslavským reprezentantům

DO TOHO!



ze ZŠ Jilemnická, kteří si se ziskem 8006 bodů na krk pověsili stříbrné medaile. Bronz vybojovali chlapci z českozubějovické ZŠ L. Kuby.

JAK SE SOUTĚŽILO

Republikového finále na Tyršově stadionu v Opavě se účastnilo celkem 15 dívčích a 12 chlapeckých týmů, které tvořilo vždy pět závodníků. Postupně byly na pořadu sprinty na 60 m, skok daleký či vysoký, hod míčkem či vrh koulí i závěrečné běhy na 800 m dívek a 1000 m chlapců. Při skocích a vrzích se tým rozdělil na dvě části, z nichž každá absolvovala jednu disciplínu.

Kompletní výsledky najdete na webu assk.cz v odkazu soutěže.

TEXT TOMÁŠ MOJŽIŠ, KATARÍNA ŽELEZNÁ

FOTO TOMÁŠ MOJŽIŠ



VÝKONY NEJLEPŠÍCH JEDNOTLIVCŮ

Beata Hromadová

60 m	7,89 s
skok daleký	5,11 m
vrh koulí	10,04 m
800 m	2:48,39 min

Richard Šenk

60 m	7,35 s
skok vysoký	1,78 m
vrh koulí	12,89 m
1000 m	3:09,74 min



FLORBAL

VĚK JE JEN ČÍSLO

Českou republiku čeká na konci roku velká sportovní událost – v Praze se začátkem prosince uskuteční florbalové mistrovství světa.



V Česku se mužský šampionát konal už dvakrát, ani jednou si však domácí hráči na cenný kov nesáhli. Proto je cíl českých florbalistů jasný – vysněná medaile. O místo v reprezentaci bojuje také šestnáctiletý talent a středoškolák Filip Langer, který už má za sebou například zkušenost ze švédské nejvyšší soutěže.

„**Domácí florbalové mistrovství je pro mě sen.**“

Blíží se MS, jak se na něj ty osobně těšíš?

Opravdu moc doufám, že se dostanu do nominace. V reprezentaci je velká konkurence na každém postu. Ale dělám vše pro to, abych tam byl. Je to obrovský sen, vlastně si ani neumím představit, jaké by bylo si zahrát na šampionátu, navíc tenhle bude doma. Těším se na poblázněný národ

DO TOHO!



MS ve florbalu 2018

1. – 9. prosince 2018, Praha
16 nejlepších týmů světa
O2 arena, Arena Sparta Podvinný mlýn
Vstupenky v prodeji v síti Ticketportal
a na www.ticketportal.cz
www.Prague2018.cz



florbalem a na skvělou atmosféru, kterou tady fanoušci vytvoří.

Na co se mohou těšit právě fanoušci?

Hrozně moc chceme konečně doma výsledek. Lidi okolo florbalu a i my všichni v reprezentaci do toho dáváme všechno. Věřím, že fanoušky bude celý šampionát bavit a těšit se mohou také na ten nejlepší světový florbal, který se kdy hrál.

Hraješ mužskou Superligu, sbíráš starty za reprezentační Áčko, přestože ti je šestnáct let. Jak se vyrovnáváš s konkurencí starších hráčů?

Věk je jenom číslo. Stejně jako to říkají staří pardálové, kteří hrají ve čtyřiceti, nebo jako

Jarda Jágr v pětačtyřiceti. Nekoukám na to, snažím se pořád podávat co nejlepší výkon, protože ten rozhoduje na hřišti. Vím, že mě můj věk nijak neovlivňuje.

Na část minulé sezony jsi odešel do Švédska, kde sis vyzkoušel nejvyšší mužskou soutěž. Jak hodnotíš tuto svou misi?

Získal jsem hodně životních zkušeností, musel jsem se starat sám o sebe. Po florbalové stránce to bylo něco neuvěřitelného. Hrál jsem tam s nejlepšími hráči. I když jsem nenastoupil, mohl jsem je všechny sledovat. Viděl jsem, jak fungují týmy z nejvyšší soutěže. Dostal jsem díky tomu větší herní sebevědomí a zjistil jsem, v čem

se mám zlepšit a v čem jsem na dobré úrovni.

Pravidelně se účastníš i školních soutěží. Jaký je tvůj největší úspěch?

V roce 2016 jsem se svou školou skončil třetí v republikovém finále ve florbalu v Mladé Boleslavi. Jinak se školních soutěží účastním pravidelně kromě florbalu i ve volejbale a basketu. Baví mě to, je to skvělý koncept pro lidi, kteří třeba jinde šanci sportovat nemají. I tento rok bych se rád zúčastnil dalších soutěží, když na to budu mít čas.

D

TEXT JAKUB BOROVSKÝ

FOTO MARTIN FLOUSEK/Český florbal

Vyhrať voucher na unikátní kolekci florbalového MS!

Odpověz na jednoduchou otázku a vyhrať voucher v hodnotě 400, 600, nebo 700 Kč na nákup unikátní kolekce k florbalovému MS 2018 www.fanshop.ceskyflorbal.cz/, které se uskuteční na začátku prosince v Praze:

„Který den nastoupí čeští reprezentanti v základní skupině na letošním mistrovství světa ve florbalu v Praze proti tradičnímu rivalovi ze Švýcarska?“

- a) v sobotu 1. prosince
- b) v pondělí 3. prosince
- c) v úterý 4. prosince

Správnou odpověď zašli do 9. listopadu na e-mailovou adresu zelezna@assk.cz.

Nápovědu najdeš na oficiálním webu světového šampionátu www.ceskyflorbal.cz/ms2018. A pokud chceš zvýšit své šance, můžeš soutěžit také na Facebooku AŠSK ČR. Vylosujeme 5 soutěžících se správnými odpověďmi, kteří získají voucher v hodnotě 400 (3x), 600, nebo 700 Kč na nákup florbalové kolekce MS.



OBLÍBENÁ SOUΤĚŽ V NOVÉM BALENÍ

Od svého startu rozhýbala Sportovní liga základních škol na půl milionů dívek a chlapců napříč celým Českem. V aktuálním školním roce by oblíbená akce školní mládeže slavila 5. narozeniny. A tak jsme jí nadělili dárek a přidali k ní soutěže dalších kategorií!



Až doposud byl projekt zaměřen na 2. stupeň základních škol a účastnily se ho děti ve věku 12 až 16 let. Nyní se sportovní souboje rozšíří také na 1. stupně základních škol (tzv. Sportovní liga ZŠ junior) i střední školy a gymnázia (tzv. Sportovní liga středních škol). Akce pak ponese jednotný název – Sportovní liga škol.

„Chceme, aby se školáci i školačky postupně zapojili do všech třech částí Sportovní ligy škol. Pokud se totiž děti zúčastní soutěží už od začátku, zvyknou si na ně a my pak budeme schopni pro sportovní souboje více nadchnout i středoškoláky,“ říká Roman Kuběna, člen Výkonného výboru AŠSK.

V rámci projektu byly zároveň vybrány tři akce – florbal a házená Sportovní ligy ZŠ i volejbal Sportovní ligy SŠ, jejichž republikové finále bude zorganizováno po vzoru významných seniorských soutěží. Na atmosféru by tak měl na místě dohlížet profesionální moderátor a zvukař. O podporu týmů se u vybraných soutěží budou starat patroni jednotlivých sportů. V loňském roce mezi nimi byli například výškařka Michaela Hrubá, volejbalista Ondřej Hudeček či fotbalista Veliče Šumulikoski. Vedení AŠSK navíc znovu jedná s televizí o vysílání vybraných turnajů v přímém přenosu ČT sport.

CO VŠE PATŘÍ DO SPORTOVNÍ LIGY ŠKOL O POHÁR MŠMT?

Sportovní liga základních škol junior

Soutěže se odehrají v těchto sportech: přehazovaná, florbal, vybíjená, atletický trojboj a minifotbal. Vrcholem budou republiková finále v Turnově (atletický 3boj), Olomouci (minikopaná – McDonald's Cup), Pecce (vybíjená), Liberci (přehazovaná) a Plzni (florbal). Předpokládá se zapojení





více než 98 tisíc žáků a žákyň z téměř osmi tisíc družstev v 300 okrskových, 588 okresních a 98 krajských finále.

Sportovní liga základních škol

Stejně jak tomu bylo v rámci 4. ročníku Sportovní ligy základních škol, se odehrají soutěže v těchto sportech: florbal, basketbal, volejbal, minikopaná, házená a atletika. Vrcholem budou republiková finále v Plzni (atletický Pohár rozhlasu), Chomutově (minikopaná), Žďáru nad Sázavou (volejbal), Otrokovicích (florbal), Karlových Varech (basketbal) a Velké Bystřici (házená). Předpokládá se zapojení téměř 148 tisíc školáků a školáček z více než 11 tisíc družstev na 100 okrskových, 200 okresních a 50 krajských finále.

Sportovní liga středních škol a gymnázií

Postupové soutěže se organizují přes okrsková kola, okresní a krajská finále až do republikového finále v těchto sportech: florbal, basketbal, volejbal, fotbal, házená a atletika. Vrcholem budou republiková finále v Ostravě (Středoškolský atletický pohár), Praze (fotbal), Jindřichově Hradci (volejbal a florbal), Karlových Varech (basketbal), Ivančicích a Lovosicích (házená). Předpokládá se zapojení téměř 51 tisíc středoškoláků a středoškolaček z téměř čtyř tisíc družstev na 20 okrskových, 168 okresních a 50 krajských finále. **D**

TEXT KATARÍNA ŽELEZNÁ

FOTO MICHAL KRÉNEK, VÁCLAV POKORNÝ

Kde a kdy se uskuteční republiková finále?

Sportovní liga ZŠ junior

Atletický trojboj – Turnov, 19. 6. 2019

McDonald's Cup (minikopaná)

– Olomouc, 4. a 5. 6. 2019

Vybíjená – Pecka, 10. až 12. 6. 2019

Přehazovaná – Liberec, 28. 3. 2019

Florbal – Plzeň

Sportovní liga ZŠ

Pohár rozhlasu (atletika) – Plzeň, 11. 6. 2019

Minikopaná – Chomutov, 23. a 24. 5. 2019

Volejbal – Žďár nad Sázavou,

30. a 31. 5. 2019

Florbal – Otrokovice, 21. a 22. 3. 2019

Basketbal – Karlovy Vary, 24. a 25. 4. 2019

Házená – Velká Bystřice, 16. a 17. 4. 2019

Sportovní liga SŠ

Středoškolský atletický pohár

– Ostrava, 11. 12. 2018

Fotbal – Praha, 29. a 30. 5. 2019

Volejbal – Jindřichův Hradec, 2. a 3. 4. 2019

Florbal – Jindřichův Hradec, 15. a 16. 4. 2019

Basketbal – Karlovy Vary, 16. a 17. 1. 2019

Házená – Lovosice, 3. a 4. 4. 2019 (chlapci)

Ivančice – 16. a 17. 4. 2019 (dívky)

Atletický 3boj s hvězdou

Řadu let v něm děti soutěžily v nejrůznějších okresech a krajích. Teď se atletický 3boj dočká svého prvního republikového finále. Soutěžit budou čtyřčlenná družstva (dva chlapci a dvě dívky) ve třech disciplínách – sprint na 50 m, skok do dálky s měřením od místa odrazu a hod míčkem. Soutěž bude vždy zakončena smíšenou štafetou na 4 x 60 m.

Tváří projektu je desetibojařský mistr Evropy z Turína Adam Sebastian Helcelet. V červnu se tak v rámci republikového finále soutěže vrátí do rodného Turnova, kde s atletikou i díky 3boji začínal. Okresní kola proběhnou do 29. 4. 2019, v krajských finále se bude bojovat ještě měsíc poté. Veškeré informace o projektu, včetně počítačového programu, který pořadatelům vytvoří startovní listiny, oboduje výkony a spočítá výsledky, naleznete na internetových stránkách www.atleticky3boj.webnode.cz





NETRADIČNÍ SPORTY

Přednáška mentálního kouče Mariána Jelínka, který spolupracoval deset let s nejlepším českým hokejistou Jaromírem Jágrem či lekce slacklinu, juggeru, spikeballu a vietnamského badmintonu! I tak vypadal seminář TĚLOPRAHA 2018, který jsme na konci srpna uspořádali na Fakultě tělesné výchovy a sportu UK v Praze.



KANJAM

V rámci tří denní akce byly mimo jiné představeny netradiční sportovní aktivity. Znáte některé z nich?

KANJAM

– freesbee s košem

Kanjam je nekontaktní sportovní hra s létajícím talířem a dvěma plastovými koši, které jsou od sebe vzdáleny 15 metrů. Proti sobě hrají dva dvoučlenné týmy, cílem je hodit létající talíř od jednoho koše a zasáhnout druhý koš. Hráč hází na koš, kde je připraven jeho spoluhráč, který může frisbee tečovat, a tím ho do koše umístit. Tým, který jako první dosáhne 21 bodů, vyhrává.

CROSSMINTON

– sport mezi badmintonem a squaschem

Tato netradiční sportovní hra pochází z Německa a kombinuje prvky tenisu, squashe a badmintonu. Má jednoduchá



CROSSMINTON

Do TOHO!

pravidla a díky jedinečným vlastnostem košíku (Speederu) se dá hrát kdekoliv – v tělocvičně, na trávě i betonu či třeba v písku na pláži.

JUGGER

– pro fanoušky šermu a fotbalu

Jugger je rychlý týmový sport, při kterém proti sobě stojí dva týmy a každý se snaží získat co nejvíc bodů tím, že umístí míč do soupeřovy „branky“. Týmy svádí souboje polstrovanými holemi a snaží se uvolnit cestu k bráně jedinému spoluhráči, který může nosit míč po hřišti a skórovat. Pouze letmý dotyk polstrované juggerové hole stačí k tomu, aby si zasažený hráč na několik vteřin klekl a nezasahoval tak do hry. Sport vyžaduje soustředěnost, rychlost a vysoké nasazení hráčů.

SPIKEBALL

– dynamická hra s trampolínkou a míčkem

Spikeball se hraje s míčkem a speciální síťovou trampolínkou. Hráči odehrávají míček rukou – povoleny mají maximálně tři doteky, poté se míček musí dotknout trampolínky. Při variantě dva na dva se hráči v trefování míčku rukou střídají. Tým získává bod, pokud soupeř trefí míčkem obrouček sítě, úderem se dotkne sítě dvakrát nebo pokud soupeřům spadne míč na zem.

VIETNAMSKÝ BADMINTON

– odbíjená vlastním tělem

Vietnamský badminton je jednoduchá a akční streetová hra, která je zajímavou alternativou rozcvíček, icebreakerů a týmových her. Kombinuje možnosti haky-sáku a vlastnosti badmintonového míčku. Cílem je míček, který je vyroben z plastového tlumiče a kachního peří, udržet co nejdéle ve vzduchu bez dopadu na zem. Lze jej odbít jakoukoli částí těla. Vietnamský badminton lze hrát téměř kdekoliv – na plácku, ulici, louce, pláži, sněhu i uvnitř.

KORFBAL

– společný míčový sport pro holky i kluky

V této míčové kolektivní hře, která byla vynalezena nizozemským učitelem na počátku 20. století, nastupují společně muži i ženy. Hraje se na hřišti s dvěma polovinami. Účelem hry je prohodit míč košem bez odrazové desky, který stojí na tyčovém stojanu uvnitř každé z hracích polovin a je vysoký 3,5 m. Korfbal je jediný smíšený týmový míčový sport na světě. **D**



JUGGER



SPIKEBALL



VIETNAMSKÝ BADMINTON

TEXT KATARÍNA ŽELEZNÁ
FOTO MARTIN GRÁF

SPORT JE SKVĚLOU PŘÍPRAVOU NA ŽIVOT

Jestli některá škola v Opavě žije sportem, je to rozhodně ZŠ Englišova. Žáci i žákyně 8. a 9. tříd tu mají dokonce dvě hodiny tělocviku denně. Ředitelem je totiž tělocvikář a atletický trenér Jan Škrabal.



Jak sám ale říká, jeho nadšení do sportu není hlavním důvodem rozsáhlejší pohybové výuky. „U nás se potvrzuje, že sportovní děti dosahují lepších školních výsledků. Umí se rychleji adaptovat a umí i reagovat na ztížené podmínky, jelikož po závodech musí učení rychle dohnat. Je to skvělá příprava na život,“ vysvětluje zakládající člen AŠSK.

Na druhém stupni vaší ZŠ Englišova mají děti dvě hodiny tělocviku denně. Je právě to klíč k úspěchu na školních sportovních soutěžích?

Je to především prací a tím, že mám na škole opravdu hodně šikovné tělocvikáře. Jsou to lidé, kteří nehlídají na svůj vlastní

čas. Neřeší, zda to mají zaplacené. Škole se to ale vrací – úspěchy jí dělají jméno. I díky tomu jsme nejpočetnější škola široko daleko.

Byla by hodina tělocviku denně, tak jak tomu je v severských zemích Evropy, vhodnou cestou pro české děti?

Jsem o tom přesvědčený! U nás mají na prvním stupni všechny děti alespoň tři hodiny tělocviku týdně, a to aniž bych čekal na nějaké dotace či programy. Myslí si, že tělocvik k výuce patří, když totiž podchytíme školáky a školačky na začátku, tak budou chtít sportovat i později. Děti je potřeba nastartovat hned od malička.

Jsou v něčem sportovní školáci a školačky jiní?

Jsou více soutěživí a kvůli jejich sportovnímu vytížení se musí naučit lépe si organizovat čas. Jako škola jsme se zapojili do výzkumu, který se zabýval nadužíváním informačních technologií u školáků. Čekalo se, že sportující děti budou používat informační technologie méně. Ukázalo se ale, že to není pravda. Jenže tyhle děti umí kromě sezení u počítačů a mobilů i sportovat...

Četla jsem zjištění jiného výzkumu, který prokázal, že sportující děti mají lepší známky. Platí to i u vás?

U nás to platí jednoznačně. Sportovní děti jsou soutěživé a to se týče i vzdělání.

„Správný tělocvikář je trochu herec, musí umět děti nadchnout!“



Výsledky ve škole mají opravdu lepší – umí se rychleji adaptovat. Umí reagovat na ztížené podmínky, jelikož po závodech musí učení rychle dohnat. Je to skvělá příprava na život. Mám dokonce zkušenost, že učitelé radši učí ve sportovních třídách, přestože zde děti mají trochu větší absenci kvůli různým soustředěním a sportovním akcím. Jejich touha vyniknout jim však pomáhá studium výborně zvládat.

Jak motivujete tělocvikáře k co nejlepším výsledkům?

Peníze jsou motivační faktor, ale jen krátkodobý. Více než finance působí uznání. Nemusím učitele pořád chválit, stačí, že hledám podmínky a vytvářím prostor pro to, aby oni mohli dělat skvěle svojí práci. Tělocvikáři pak cítí, že vedení školy je bere jako partnery a že si jejich práce váží.

Tolerují ostatní učitelé zameškané hodiny žáků kvůli sportovním akcím?

I u nás jsou učitelé, kteří nejsou sportovní nadšenci, nicméně jsou profesionálové. Pokud žák přesvědčí, že umí zvládnout své povinnosti, nehrozí, že by mu někdo z kantorů kladl překážky. Měli jsme například velmi šikovného tenistu, který jezdil po mezinárodních turnajích a chodil na reprezentační soustředění. Takže jsme mu vyhověli s absencemi, ale on na druhou stranu všechno plnil, chodil s předstihem, vždy byl připravený...

Jako škola spolupracujete s atletickým klubem, kde sám působíte jako trenér. Jde o ideální model?

Přesně tak. Cílem je, aby děti měly sport a pohyb rády. Můžeme jim dát všestrannou nabídku ve škole, ale bylo by neštěstí, kdyby v 15 letech se sportem při přestupu na střední školu skončily. Ideální je spolupráce se sportovními kluby, aby děti viděly možnosti, které mají, poznaly trenéry a prostředí a později plynule navázaly.

Jak by měla taková spolupráce vypadat?

Záleží na sportu. My kooperujeme s atletickým oddílem tak, že děti sportují v rámci tělocviku a školního sportovního klubu, zároveň jsou členy TJ Sokol Opava. Už od 6. či 7. třídy startují za družstva mladších žáků. Je tak zařízena součinnost a 50 až 70 % dětí v oddílu je z naší školy. V tomto věku se zaměřujeme více na všeobecnou přípravu a necháváme děti ve škole více rozhodnout, co chtějí dělat, v rámci atletického oddílu se pak spíše specializují.

V říjnu vaše škola pořádala školní republikové finále v atletickém čtyřboji, jaké bylo?

Moc pěkně! Atletický čtyřboj mám moc rád, protože inklinuje k všestrannosti – dítě musí být rychlé a vytrvalé, musí umět

také skočit a hodit. Z naší školy pochází vynikající čeští atleti – běžec Jakub Holuša i tyčkaři Jan Kudlička a Michal Balner, kteří prošli právě čtyřbojem. Honza byl skokan, ale uměl se i „kousnout“ v běžích a zaběhnout kilometr. Kuba zase musel pracovat na skokových věcech. Sami měli motivaci zlepšovat se a být všestrannými, protože chtěli uspět.

Překvapilo vás během soutěže něco?

Těší mě, že existuje pořád taková spousta nadšených kantorů, kteří dokážou děti pobláznit. Když bojujete o medaile, tak je ta motivace daná, pokud ale bojujete o 10. místo úplně stejně jako o zlato, je to úžasné. Takhle děti namotivovat dokázali právě učitelé.

Prožívají tedy soutěže kantoři ještě více než děti?

To ne, ale správný učitel je trochu herec! Musí umět děti nadchnout. Ony pak cítí, že je tam s nimi, prožívá to a o ten výsledek mu také jde, i když je to třeba „jen“ 12. místo. Dítě to nakonec musí zvládnout samo, ale pocit podpory od učitele je důležitý.

Jaký moment na školní sportovní soutěži máte nejraději?

Vždy mě nadchne ten týmový duch. Třeba příklad z dneška: dívky z naší školy doběhly na přespoláku (pozn. republikové finále v Hradci Králové) a hned šly fandit k trati svým kolegyním. Jejich vítězství je bonus navíc, ale celkově si dokáží navzájem neskutečně popřát. Je cítit, jak vítězství jednotlivce patří všem. Především v tom věku kolem 15 let bychom měli hodně dbát na to, aby se děti navzájem podporovaly a fandily si. **D**

TEXT KATARÍNA ŽELEZNÁ
FOTO TOMÁŠ MOJŽIŠ



Jan Škrabal s týmy dívek a chlapců ZŠ Englišova na letošním finále atletického 4boje doma v Opavě.



Ředitel školy a trenér se svými svěřenkyněmi po vítězném finále v přespolním běhu.

OCENĚNÍ ZA ÚSPĚCHY

Už léta podporuje Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy péči pedagogů o talentované žáky a žákyně na základních a středních školách v rámci programu Excellence.



Na základě úspěchů chlapců či dívek v předmětových, uměleckých a odborných soutěžích ministerstvo finančně oceňovalo učitele, kteří je k jejich výsledkům přivedli.

Nově budou do programu Excellence zařazeny také školní sportovní soutěže pro základní a střední školy. Díky tomuto rozhodnutí MŠMT budou moci i tělocvikáři získat finanční ocenění za výsledky svých žáků.

Princip je jednoduchý – pokud se v rámci krajského finále vybraných školních sportovních soutěží umístí váš žák či družstvo do určitého místa (pořadí určí MŠMT), získává vaše škola body dle stanoveného koeficientu. Na základě celkového počtu bodů nasbíraných v každé soutěži získá škola po splnění daných podmínek (administrace výsledků) finanční prostředky od Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy. Finanční prostředky jsou určeny výhradně na odměny pedagogům, kteří se podíleli na přípravě žáků na jednotlivé sportovní soutěže.

Ve školním roce 2018/2019 budou podpořeny soutěže AŠSK v sedmi různých sportech, jejich přehled uvádíme níže. Více informací o programu Excellence naleznete na stránkách Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy www.msmt.cz a dále ve Vyhlášení soutěží a přehlídek ve školním roce 2018/2019. **D**

TEXT KATARÍNA ŽELEZNÁ, SVATAVA SÁGNEROVÁ
FOTO VÁCLAV POKORNÝ



Soutěže zařazené do programu Excellence

ATLETIKA – Pohár rozhlasu Sportovní liga ZŠ a Středoškolský atletický pohár Sportovní liga SŠ
BASKETBAL – Sportovní liga ZŠ a SŠ
FLORBAL – Sportovní liga ZŠ a SŠ
FOTBAL – Sportovní liga SŠ
MINIKOPANÁ – Sportovní liga ZŠ
VOLEJBAL – Sportovní liga SŠ
VYBÍJENÁ – Sportovní liga ZŠ junior (kategorie: Otevřená)

Asociace školních sportovních klubů ČR ve spolupráci s ČUS
za finanční podpory MŠMT ČR a Libereckého kraje

Vyhlašujeme celorepublikový



český reprezentant v desetiboji – patron soutěže

Atletický trojboj – SLZŠ Junior



Běh na 50m

Běhej,



Skok daleký

skákej,

házej jako Adam!



Hod míčkem

Termíny:

třídní a školní kola – od září 2018

okresní a krajská kola – duben a květen 2019

republikové finále – 19. června 2019, Turnov

Informace na www.assk.cz



Ubytování pro dětské tábory, sportovní soustředění, školní pobyty, školní výlety, firemní a soukromé akce v roce 2019.



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
- hřiště na basketball
- www.ubytovani-pecka.cz

Rekreační areál Stříbrný rybník

- ubytování ve vybavených chatách u Hradce Králové
- přírodní koupaliště s tobogánem zdarma
- lanové centrum, paintball
- 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 bazén
- ubytování v chatkách
- bohaté sportovní zázemí
- 2 antuková hřiště, beach volejbal
- sportovní rybaření v přilehlém rybníku
- www.sklar-ostruzno.cz

Cestovní kancelář B&K Tour

Komenského 249
Hradec Králové
500 03
Po - Pá: 8:00 - 18:00

www.bktour.cz

+420 775 970 035
sekretariat@bktour.cz
www.facebook.com/bktour
[Objednat tištěný katalog zdarma](#)