

## **Zpráva o činnosti odboru ASPV za rok 2013**

V současné době pracují v Hostivici tyto oddíly:

Rodiče a děti, HOPÍK – cvičení pro předškolní děti, sportovní gymnastika TeamGym , florbal pro mladší žáky, taneční gymnastika Marešky, zumba pro děti, fit-ball, bosu. Cvičíme v sále sokolovny, jen Marešky nacvičují v tanečním sále Základní školy.

**Rodiče a děti** vede Radka Šafaříková, počet přihlášených dětí je 10. V hodinách se snažíme o celkový rozvoj základních pohybových dovedností a rodiče představují pomocníka, který zprostředkovává kontakt mezi cvičitelem a dítětem. Vše se děje formou hry a zábavné formy pro dítě.

**HOPÍK** – cvičení pro předškolní děti vede Martina Gráfová a Jana Bedrnová. V rámci cvičení pracujeme jak s nářadím, tak využíváme netradiční cvičební pomůcky, jako jsou overbally, padák, florball, gym game, cílem je vštěpit dětem základní sportovní dovednosti, tak abychom dosáhli všestranného rozvoje pohybových dovedností. Počet dětí je 24.

**Oddíl sportovní gymnastika TeamGym** pod vedením Davida Potužníka, Zuzany Potužníkové a Mariky Mlinarikové začal v Hostivici pracovat v roce 2009. Děti se tu učí základům sportovní gymnastiky a do budoucna se bude věnovat závodně TeamGymu. Trénuje se celkem 4,5 hodiny týdně s 33 dětmi. Mají za sebou již spoustu závodů, kde se umístili na předních místech :

### **Memoriál V. Straky - VršoviceGym**

Dne 24. 3. 2013 jsme se zúčastnili závodu Malý TeamGym Memoriál V. Straky – VršoviceGym. Malý TeamGym se skládá ze dvou disciplín a to akrobacie na pružném pásu a malé trampolíny. Tým je složený ze 6 až 12 závodníků. Postavili jsme dva MIX týmy. Nejmladší děti do ročníku 2006 ve složení Martínek Ovčiak, Karel Tušek, Linda Babulenkova, Karolína Klocová, Jolana Potužníková, Tereška Šimáčková a Sophie Pantoflíčková obsadily skvělé první místo ve své kategorii. Druhý tým starších dětí ve složení Josef Beneš, Dan Holler, Adam Purm, Filip Oříšek, Dalibor Pavlovský, Sára Šimáčková, Julie Peterová, Veronika a Gabriela Dolákové, Natalie Dvořáková a Anna Rosenkranzová skončil na třetím místě. Děti si závod moc užily a za medaile byly šťastné.

### **Závody Malý TeamGym 2013**

23. 11. 2013 T.J. Sokol Praha Vršovice

Již potřetí jsme se zúčastnili závodu Malý TeamGym v TJ Sokol Vršovice.

Malý TeamGym se skládá ze dvou nářadí – akrobacie a malé trampolíny. Děti závodily ve dvou věkových kategoriích – ročník 2005 a mladší a 2002 a mladší. Obě družstva byla smíšená tzv. MIX. Závod měl jako vždy skvělou diváckou kulisu a děti si ho moc užily.

Mladší družstvo obsadilo skvělé 2. místo ve složení: Filip Oříšek, Karel Tušek, Martin Ovčiak, Radek Novotný, Tereška Čermáková, Veronika Doláková, Jolanka Potužníková, Klárka Nováková, Adélka Nedbalová, Karolínka Klocová, Tereška Šimáčková a Linda Babulenkova. Družstvo starších skončilo na krásném 7. místě ve složení: Dan Holler, Josef Beneš, Adam Purm, Dalibor Pavlovský, Michal Hlinovský, Sára Šimáčková, Natálka Dvořáková, Lucie Fidrichová, Gábina Doláková a Anička Rosenkranzová.

### **Vánoční závod ve sportovní gymnastice**

Zbraslav 7. 12. 2013.

Počtvrté na Vánočním závodě ve sportovní gymnastice.

Závod byl jako vždy dobře zorganizován, děti potěšily sebe i nás krásnými výkony.

Karolínka Klocová a Radeček Novotný vybojovali druhé místo. Pepíček Potužník byl čtvrtý. Jolanka Potužníková se umístila na sedmé příčce a Sofie Mašatová na 25 místě.

O prázdninách proběhlo gymnastické soustředění TeamGymu, organizované na způsob příměstského tábora. Děti docházely do školy od 8 do 16 hod a denně trénovaly 4 hodiny.

**Florbal pro mladší žáky** vede Jana Koukalová a Pepa Mach, trénují ve sportovní hale v Jenči a mají nyní celkem 25 členů. Cílem je vyplnit volný čas dětí aktivním pohybem, místo trávení času u počítače či televize.

**Taneční gymnastika Marešky** pod vedením Věry Marešové působí v Hostivici již přes 20 let, a slaví úspěchy se svými vystoupeními jak na závodních přehlídkách pódiových skladeb, tak na různých společenských akcích. Počet členek v současnosti je 8. Tančí hlavně to, co se jim právě líbí a do čeho mají chuť, převážně jde o scénický, moderně – výrazový tanec.

vystoupení 2013:

- 7.12. Mikulášská pro děti - Můj anděl strážný
- 6.12. Mikulášská zábava Hostivice - Svatební mix a la čertice
- 30.11. Světélkování - Můj anděl strážný
- 20.9. Svatba Jana Z. a Jirka S.

**Zumbu pro děti** vede Valerie Lažo. Počet zapsaných cvičenců je 23. Jedná se o velice oblíbené taneční cvičení na veselou a zábavnou hudbu.

**Fit-ball a cvičení na BOSU** vede Jana Bedrnová. V obou případech se jedná především o zdravotní cvičení.

Od prosince 2013 máme nové **cvičení pro seniory**, zaměřené především na osoby postižené civilizačními chorobami. Toto cvičení vede vynikající lektorka paní Marie Šimonová.

### **Akce, které proběhly v roce 2013:**

#### **Florbalový turnaj**

Dne 27.4.2013 se konal ve sportovní hale v Jenči Krajský turnaj ve florbale. Byly přihlášeny 4 družstva ze Středočeského kraje, v rozmezí 8 – 12 let. Za TJ Sokol Hostivice se zúčastnilo 9 hráčů, brankář – Lukáš Ouhrabka, hráči – Martin Bobek, Jiří Melen, Filip Rath, Milan Schorný, Daniel Fišer, Ondra Kapoun, Tomáš Forejtek a Martin Beroun. Družstva hrála každý z každým, tak že to bylo dosti fyzicky náročné. Ale kluci to zvládli na jedničku a rvali se jako lvi. Skončili na krásném druhém místě.

#### **Atletické závody**

Dne 8.5.2013 Regionální centrum Sport pro všechny Praha – západ uspořádalo soutěž v atletice pod názvem „Děti v pohybu“. Jako minulý rok jsme měli zapůjčeno sportoviště u ZŠ Rudná, kde nám vyšli ve všem vstříc. Všichni pořadatelé se sešli již v 8.00 hod, aby vše připravili na soutěže. V 9.00 hod započala prezence a v 9.30 hod byl nástup, po kterém již začalo sportovní klání. Děti běhaly, skákaly a házely jak o život. Nakonec děti obdržely medaile a diplomy a ti nejlepší se zúčastní Krajského přeboru v atletice. Proti loňskému roku byl nárůst dětí skoro o 100%, ale přesto jich bylo málo (43 dětí). Je to škoda, protože si děti mohou zkusit, jak to vypadá na skutečných závodech. 5 dětí, které

vyhráli, jsme přihlásili do republikové soutěže v atletice Nepatřili sice mezi nejlepší, ale ani mezi nejhorší. Hlavně, že mají chuť sportovat. Velký dík patří všem organizátorům a pomocníkům, kteří vše dělají zdarma a ve svém volném čase.

### **Pohádkový Hopík na Šumavě**

Článek: Šumavský Zadov přivítal v prvním letošním slunném víkendu 14.-16. června účastníky tradičního setkání pořádaného sokolským hostivickým oddílem pro předškolní děti Hopík. Letošní téma bylo „Z Pohádky do pohádky“. Úspěch předchozích akcí vyvolal zvýšený zájem dalších rodin a tak již v páteční podvečer se ozýval hlahol třiceti dětí při první společné aktivitě, kde se skamarádily a ukázaly šikovnost a obratnost. Na sobotu byl naplánován výlet naučnou stezkou Karla Klostermanna. Děti na okruhu dlouhém 6,5 km plnily různé dovednostní a pohybové úkoly s pohádkovou tematikou. U devíti naučných zastavení se dozvěděly mnoho zajímavosti o Šumavě a její přírodě. Pro starší děti pak jistě doslovným vrcholem výletu byl výstup na Klostermannovy skály, kde projevily své lezecké umění. Výlet díky všem výše zmíněným aktivitám rychle utíkal a proto i ti nejmenší zvládly celou trasu vlastními silami. A tak i únik čtyř dětí, jejich hledání a chvíle starostí rodičů byly později brány s humorem. Věříme, že i horská služba našla pochopení a brala svůj výjezd jako cvičení před hlavní letní sezónou. Jen toho rysa jsme neviděli... Po obědě a krátkém odpočinku následovala hra Z pohádky do pohádky, kde děti sami absolvovaly trasu podle barevných fáborků a na celkem pěti stanovištích ukázaly znalost pohádek a předvedly rychlost a šikovnost celého těla. Večerní malování a tvoření perníkových chaloupek, hry, grilování, opékání buřtů a hlavně stezka odvahy byly zaslouženou odměnou za celodenní výkon jak pro děti, tak i dospělé. Nedělní aktivita byla soustředěna na místní hřiště. Opičí dráhu, hod šipkou, střelbu na bránu, přetahovanou, přeskoky lana a další soutěže přijaly děti s velkým zájmem a celé dopoledne nám rodičům ukazovaly, co všechno se za rok v Hopíku naučily. Kdo vyhrál? Myslím, že všechny děti si za svoje výkony zasloužily zlaté medaile a proto diplom a zlaté kameny, které děti našly při poslední hře hledání pokladu, věcné a sladké ceny byly spravedlivě uděleny všem. Velké a srdečné poděkování patří organizátorům této akce Martině Gráfově a Janě Bedrnové za program, vybranou lokalitu a skvělé celoroční vedení Hopíka. Poděkování si také zaslouží město Hostivice za finanční podporu této akce. Již nyní se všichni těšíme na setkání v příštím roce. Za spokojené rodiče Vladimír Müller

V prosinci se uskutečnil **Sportovní víkend pro seniory** na Pomezních boudách v Krkonoších. Zúčastnilo se ho 32 nadšenců z Hostivice a okolí. Lyžovali, běžkovali a chodili po horách. Ve večerních hodinách probíhaly různé vědomostní a dovednostní soutěže, hrálo se na spoustu hudebních nástrojů. Zkrátka super víkend v předvánočním shonu.

### **Mikulášské**

Začátek prosince je vždy ve znamení Mikuláše, čerta a anděla. TJ Sokol Hostivice připravila po dvou letech opět v sokolovně již tradiční Mikulášskou zábavu pro dospělé a Mikulášskou nadílku pro děti. Obou akcí se zúčastnilo hojně návštěvníků, kteří, jak doufáme byli spokojeni a užili si každý podle svého večer či odpoledne. Naše poděkování patří sponzorům obou akcí: Ecowood s.r.o., Lékárna Mgr. Dagmar Suchánkové, Paintball Hájek, Mortimer – English Club, STAR ASIA s.r.o., Cukrárna Lenka Dušková. Dětskou Mikulášskou finančně podpořilo Město Hostivice.

Článek o dětské Mikulášské: V čase předvánočním se v sobotu 7.12.2013 konala v naší nově zrekonstruované sokolovně v Hostivici DĚTSKÁ MIKULÁŠSKÁ ZÁBAVA aneb Podvečer se záhadným košem. Ti, kteří byli v sokolovně poprvé od doby rekonstrukce, byli příjemně překvapeni nejen

prostředím sokolovny, ale také atmosférou, kterou našim dětem připravili cvičitelky a cvičitelé TJ Sokol Hostivice a Společnost s ručením za býkárny neomezené. Celým podvečerem děti provázeli čert a anděl, kteří společně akci vtipně moderovali a děti zapojovali do zábavných her, mezi které patřili dokreslení anděla, sběr zvířecích obrázků, stavění andělských a čertovských komínů, roztřídění cukroví, tancování, koulování a ozdobení dárků. Na závěr všem dětem Mikuláš s andělskými pomocníky rozdál toužebně očekávanou nadílku a v očích dětí byla vidět radost, kterou jim poskytl program akce samotné. Za rodiče Mirka Fritscherová

Pak bych ráda zmínila to, že spousta našich členek a členů se zúčastňuje a pomáhá za TJ SH na jiných celoměstských akcích - v tom letošním roce to byl Den dětí, Pohádkový les, Městské slavnosti, Drakiáda a Světélkování.

Zpracovala  
27.12.2013  
Jana Bedrnová