

ZPRAVODAJ

TĚLOCVIČNÉ JEDNOTY SOKOL PŘEROV



10/2015



OBSAH

1. 8. říjen letos trochu jinak
2. Župní soutěž sokolské všestrannosti 2015, atletická část
3. Rozhovor se ses. Zorou Horákovou
4. Kniha: Revitalizace sokolské zahrady

8. ŘÍJEN LETOS TROCHU JINAK

K pietní vzpomínce Památný sokolský den, jinak nazývané také Památný den Sokola nebo Sokolstva, vyhlášené Českou obcí sokolskou na den 8. října, se naše T. J. Sokol Přerov připojila hned v jeho prvním ročníku. Tenkrát ještě s velkou obavou jakou bude mít návštěvnost. Ta překvapila. Na první ročník přišlo šedesát účastníků, vloni již sedmdesát a návštěvníci byli spokojeni. Rychlé střídání mluveného slova a hudby se všem líbilo. V tom budeme pokračovat i letos, avšak s určitými změnami. Prvním proslovem v 17,00 hodin u pamětní desky na zdi sokolovny zahájí program starosta br. Vladimír Tabery. Poprvé v našem programu vystoupí ředitel Státního okresního archivu Jiří Lapáček a regionální historik a publicista Zdeněk Smiřický z Dřevohostic. Třetím přednášejícím bude historik a pedagog Pavel Kopeček z Univerzity Palackého v Olomouci.

Také hudba bude letos trochu jiná. Místo obvyklého vystoupení mladých kytaristů ze třídy pana učitele Petra Vařáka, vystoupí žáci jeho kolegy Bohdana Mrtvého. Poprvé v našem programu zazní také smyčce, když se s hudbou významných světových klasiků představí dvě žákyně přerovské Základní umělecké školy Klára Netočná a Pavla Barabášová. Skromné občerstvení bude po skončeném programu účastníkům nabízeno i letos, tentokrát však místo sester z Věrné gardy v podání mladších členek některého našeho oddílu. Změn v letošním třetím ročníku Památného sokolského dne bude víc. Proto přijďte 8. října v 17,00 hodin uctít památku sokolských obětí 2. světové války a načerpat nové poznatky a zážitky.

Miroslav Rozkošný

ŽUPNÍ SOUTĚŽ SOKOLSKÉ VŠESTRANNOSTI 2015, ATLETICKÁ ČÁST

Župa Středomoravská-Kratochvilova pořádá pro své členy každoročně soutěž všestrannosti, skládající se ze 4 závodů:

1) část gymnastická, 2) plavání, 3) šplh, 4) lehká atletika.

Každý člen se může zúčastnit všech nebo jen jednotlivých závodů. Vyhodnotí se v každém závodě zvlášť a na závěr pak počítačem všechny části. Pořadatelem je Sokol Přerov.

Prvé tři části proběhly 18. 4. 2015 v přerovské sokolovně a v plaveckém bazénu v Přerově. Poslední, atletická část se konala 31. 5. 2015 na atletickém stadionu Spartak Přerov, který byl vzorně připraven pro tento účel. Pozvány byly všechny jednoty župy. Ředitelkou byla Milada Havlíčková, hlavním rozhodčím David Zbořil, jednatelkou Irena Darmová, zpracovatelem výsledků Zbyněk Harašta. Rozhodčími byli cvičitelé z jednot župy, většinou z jednoty pořadatelské. Pravidla byla objasněna v písemně vydaných propozicích. Jednotlivé výkony byly bodovány podle všeobecně uznávaných pravidel pro možnost sčítání výsledků disciplín. Závodilo se ve 13 nezávislých kategoriích podle věku účastníků. Počasí vyhovující - slunečné.

Tato zpráva se opírá o natištěné počítačové výsledky. Obsahuje pořadí bodovaných závodníků (prvá tři místa) jednak z atletické části, jednak celkové vyhodnocení. Atletické části se zúčastnilo 7 jednot. Uvedeme jejich zkratky a zároveň počet účastníků v části atletické:

Beňov Be 11, Hranice Hr 16, Kokory Ko 24, Lipník Li6, Majetím Ma 13, Přerov Pr 45, Vlkoš Vl 17, Brodek Br se nezúčastnil atletické části. Celkem bylo v souhrnné části klasifikováno 163 borců, z nichž každý absolvoval nejméně jeden závod.

V atletické části bylo klasifikováno 132 závodníků., z toho 45 z Přerova. V každé kategorii je uveden počet závodníků a v závorce počet z Přerova.

Předškolní -2009, 30 (15)

1. Pr Hagan Vojtěch 2. Hr Spilka Jan, 3. Be Mikuš Jan,

-
1. Hr Tománková Anna, 2. Be Kubíková Veronika, 3. Pr Boštíková Eliška
Žáci I. 2006-2008, 28 (10)
1. Ma Motáň Michal, 2. Ma Chaloupka Karel, Hr Trunda Martin
Žákyně I. 2006-2008, 17 (2)
1. Li Štěpánová Jarmila, 2. Li Šromotová Michaela, 3. Hr Spilková Veronika
Žáci II 2004-2005, 15(2)
1. Ma Zámorský Dominik, 2. Ma Filgs Dominik 3. Pr Krejčíř Mikuláš
Žákyně II 2004-2005, 8 (4)
1. Pr Friedlová Nikol, 2. Li Štěpánová Barbora, 3. Pr Zaoralová Markéta
Žáci III 2002-2003, 8 (3)
1. Ko Marek Ondřej, 2. Vl Barták Patrik, 3. Pr Harašta Jakub
Žákyně III 2002-2003, 7 (4)
1. Vl Matlochová Lucie, 2. Hr Trundová Michaela, 3. Pr Němcová Andrea
Žáci IV 2000-2001, 3 (1)
1. Vl Prečan Vít, 2. Vl Masař Daniel, Pr Hodonský Tomáš
Žákyně IV 2000-2001, 2 (0)
1. Vl Boháčová Eva, 2. Vl Matlochová Natálie
Dorostenci 1997-1999, 3 (0)
1. Hr Rýpar Jaroslav 2. Hr Kálal Jiří, 3. Ko Temlík Vilém
Dorostenky 1997-1999, 1 (0)
1. Hr Kálalová Klára
Muži 1996-, 8 (3)
1. Pr Machalík Patrik, 2. Pr Harašta Zbyněk, 3. Ko Rýc Lubomír
Ženy 1996-, 2 (0)
1. Be Hrbasová Yveta, 2. Vl Řezníčková Eva

V celkovém vyhodnocení bylo klasifikováno 163 závodníků, z toho 58 z Přerova. Pořadí podle celkového součtu bodů.

Předškolní -2009, 40 (22)

1. Hr Tománková Anna, 2. Pr Boštíková Eliška, 3. Spilka Jan
-

Žáci I 2006-2008, 31 (10)

1. Pr Jakubec Yorick, 2. Hr Tománek Jan, 3. Pr Jelínek Jan

Žákyně I 2006-2008, 19 (2)

1. Li Štěpánová Jarmila, 2. Hr Spilková Veronika, 3. Li Volná Blanka

Žáci II 2004-2005, 15 (2)

1. Pr Krejčíř Mikuláš, 2. Ma Zámorský Dominik, 3. Ma Filgas Dominik

Žákyně II 2004-2005, 10 (4)

1. Li Štěpánová Barbora, 2. Li Siekliková Andrea, Pr Friedlová Nikol

Žáci III 2002-2003, 9 (4)

1. Pr Harašta Jakub, 2. Ko Marek Ondřej, 3. Hr Vystrčil Mikuláš

Žákyně III 2002-2003, 8 (5)

1. Hr Trundová Michaela, 2. Pr Šmerdová Alexandra, 3. Pr Beňová Michaela

Žáci IV. 2000-2001, 5 (3)

1. Vl Prečan Vít, 2. Vl Masař Daniel, 3. Pr Hodonský Tomáš

Žákyně IV 2000-2001, 3 (0)

1. Li Holubíková Tereza, 2. Vl Boháčová Eva, 3. Vl Matlovjová Natálie
Dorostenci 1997-1999, 4 (0)

1. Hr Rýpar Jaroslav, 2. Hr. Kálal Jiří, 3. Ko Temlík Vilém

Dorostenky 1997-1999, 2 (1)

1. Hr Kálalová Klára, 2. Pr Poljaková Andrea

Muži 1996, 14 (4)

1. Pr Harašta Zbyněk, 2. Pr Machalík Patrik, 3. Ko Rýc Lubomír

Ženy 1996, 6 (1)

1. Be Hrbasová Yveta, 2. Vl Řezníčková Eva, 3. Li Hodinková Anna

Natištěné tabulky visely na nástěnce v Přerově včetně fotografií. Největší zájem projevíly předškolní děti a jejich cvičitelky. Školní děti s přibývajícím věkem se zajímají víc o míčové hry.

Úspěchy při závodění nejsou jen výsledkem talentu, ale představují i dřinu. V horším případě zdraví a tělesně zdatní cvičenci opustí

tělocvičnu, sedí za stolem, čtou knihy nebo sledují televizi, případně přejdou na pasivní používání počítačů.

Milan Geryk, Zbyněk Harašta

ROZHOVOR SE SES. ZOROU HORÁKOVOU

Jako malá chtěla být letuškou, řízkem se jí nezavděčíte a její srdeční záležitostí je cvičení rodičů s dětmi, zároveň je to nová tvář v hodinách kondičního cvičení pro ženy. Sestra Z. H., která mi připomněla, jak málo se známe v Sokole mezi sebou. Není to škoda? A jak vznikl nápad napsat rozhovor? Slovo dalo slovo při zametání podlahy po dětských šibřinkách.

Popiš Tvůj první kontakt s tělovýchovou a se Sokolem

Můj první kontakt s TJ. SOKOL Přerov je podrobně popsán na blogu. Nechci se opakovat, takže to stručně shrnu. Bylo to v roce 1993 při



nácviku sletové skladby s kužely na XII. Všesokolský slet. Při nácviku skladby Výlet s aerobikem na XIV. Všesokolský slet jsem, ani nevím jak, najednou vedla nácvik. A byla jsem lapena coby cvičitelka. V tom roce jsem zůstala na výpomoc v oddíle rodičů s dětmi. O dva roky později jsem složila zkoušky cvičitele III. třídy. Několik let se nic nedělo a potom přišla krize v oddíle aerobiku. Jednou týdně jsem vedla hodinu. A protože nerada dělám věci jen tak napůl, s kamarádkou jsme se vrhly do získání licence na cvičitelku aerobiku. V TJ. SOKOL

Přerov je zoufalý nedostatek cvičitelů všestrannosti. Proto se od loňského září střídám s Olgou Fárkovou a Evou Hanečkovou v hodině starších žen.

Mou srdeční záležitostí zůstává oddíl rodičů s dětmi. Hodina je živá a i když mám cvičební jednotku nachystanou, v reálu je jiná než na papíru. A roli nehrají jen děti, kvůli kterým se scházíme. Rodiče dokáží velmi překvapit. Většinou příjemně.

Co Tě jako cvičitelku nejvíc překvapilo?

Že někdo přijde na mou hodinu (smích). Ne vážně – v rodičích s dětmi mě překvapí rodič, který je stínem svého dítěte a nechá ho dělat, co si zamane. Dítě se neúčastní společných her, nezapojí se do jediné řízené aktivity. Ve své podstatě to není cvičení rodiče s dítětem, ale cvičení dítěte s rodičem.

Převládají ovšem příjemná překvapení. Když rodiče spontánně vymyslí pokračování hry, nebo přijdou s novou honičkou, provedou cvičební prvek jinak. Dětem se líbí, když reaguji na jejich podněty. Někteří caparti mají ve cvičení starší sourozence. Ti mají znalosti ze školky, a když se nebojí předvést třeba taneček, je to fajn. Potom se ho naučíme všichni.

V hodinách dospělých mě překvapuje vitalita cvičenek ve cvičení starších žen. Není to tak dávno, co mě poprvé v životě zaskočila bolest v bederní oblasti. Uvědomila jsem si zdravotní limity žen, které chodí na mé hodiny. Někdy si tak přemýšlím, jak na tom budu pohybově v jejich věku. Touto cestou se jim chci omluvit za koncipování cvičební jednotky. Není vždy postavená jen pro ženy seniorky. Na druhou stranu tuto hodinu navštěvují i mladší ženy, které se chtějí protáhnout víc. Zastávám názor, že na značce si každý cvičenec může odpočinout nebo cvik ošidit podle svého momentálního fyzického stavu.

Čím jsi chtěla být jako dítě?

Jednoznačná odpověď – letuškou. Ale to byl sen. Bylo tu druhé povolání. Vyrůstala jsem v rodině účetních. Někdy se stalo, že jsem musela být s mámou v práci. Dodnes vzpomínám na výbornou omalovánku – pokladní doklad. Tolik volných čtverečků!!! Jednou za rok se u nás doma objevila paní, která milovala bramboráky. Dnes už

vím, že paní byla kontrolorka z ministerstva financí. Seděla jsem a poslouchala. Nerozuměla jsem diskusím, které vedli s tátou, ale věděla jsem, že chci být aktérem takovýchto debat. O souvztažnostech, o zákonech, o možnostech financování atd. Svět účtů a tabulek mi učaroval. Po maturitě na Střední ekonomické škole jsem vystudovala Ekonomickou fakultu VŠB TU Ostrava. Pracuji ve školské příspěvkové organizaci. Ze srandy říkám, že jsem 3 v 1 - účetní, ekonom a hospodář v jedné osobě. Považuji za dar chodit do práce, která mě baví.

Jsi na sladké nebo na maso?

Ráda pečú. Pro své blízké upeču dorty, zákusky, řezy, rolády, cukroví na Vánoce. Ve vrcholně vypjatých obdobích nepohrdnu ani čokoládou. Ano, jsem na sladké.

S masem je to jinak. Dlouholetým sledováním sebe sama jsem došla k závěru, že nemám ráda biftek. Teď se omlouvám všem mužům, ale opravdu nechápu pointu. A když mě pozvete na slavnostní oběd, kde budete podávat řízky, tak ten pro mě vám určitě zůstane.

Co nejraději čteš a posloucháš?

Nemám vyloženě žánr, kterému dávám přednost před ostatními. Pár autorů mě neoslovilo a nečtu knihy z oblasti science fiction. Hudbu poslouchám podle nálady. Nepustím si hip hop a rap.

Jsi ranní ptáče nebo sova?

Patřím ke skřivanům s pomalým startem. Nevydržím ráno dlouho spát, ale nejsem typ, co vyskočí z postele a lítá hned od rána. Budík mi zvoní 20 min před vstáváním. Probouzím se velmi, velmi pomalu. Sama sobě jsem si naordinovala večerku v jedenáct. Většinou ji nedodržím.

Při čem si nejvíce odpočineš?

Rozdělme si čas, na čas strávený v práci a volný čas. Když připustíme, že volný čas bude čas, kdy se budeme věnovat odpočinku, potom ho můžeme definovat jako dohodu, kdy konáme činnosti podle své vůle takovou intenzitou, abychom si odpočinuli, bez záměru produktivity

ve prospěch společnosti. Z toho plyne, že si odpočinu u všech činností, při kterých prudce nestoupá HDP státu. Teď vážně: turistika, lyže, kolečkové brusle, plavání, pokecání s kamarádkami, ruční práce, návštěva divadla, koncertu.

Co bys popřála T. J. SOKOL Přerov?

Co nejvíce stále se vracejících cvičenců a k nim dobrou partu cvičitelů. A abychom všichni, kterým záleží na budoucí existenci celého sokolského hnutí, dokázali původní myšlenky zasadit do dnešní doby. Sokol není pouze cvičení a sportovní činnost, ale také snaha o vzdělání a duševní rozvoj. To je ovšem téma k jiné debatě.

Zakončeme tento rozhovor optimisticky. Jaro klepe na dveře, tak ho pusťme k sobě domů a do životů. Přeji nám všem, aby jarní vánek přivál nové začátky, a odfoukl starosti.

Se Zorou Horákovou si povídala Eva Hanečková

KNIHA: REVITALIZACE SOKOLSKÉ ZAHRADY

Pokračování z květnového čísla Zpravodaje

VYDAVATEL: T. J. SOKOL Přerov

EDICE: REVITALIZACE SOKOLSKÉ ZAHRADY

KNIHA PRVNÍ: PETANQUOVÉ HŘIŠTĚ

KAPITOLA VIII

KDYŽ NA ZAHRADĚ LÉTAJI TŘÍSKY

A je tu opět v praxi Murphyho zákon: „Každý mluví o počasí, ale nikdo s tím nic neudělá.“ Elbert Hubbard

A tak až na druhý náhradní termín jsou „dřevorubecké veverky“ na naší zahradě. S pomocí lan a speciální obuvi jsou v korunách našich stromů. První strom jde za chvíli k zemi. Padá do míst, které bylo určené. Ale ten druhý – ten, který byl na pravém pahorku, ten byl hodně „tvrdohlavý“. Odolával. Dělal problémy. Aby se zajistila bezpečnost a neohrozili jsme majetek sousedů, přichází poslední rozhodnutí.

Koruna stromu je svázána lany a pomocí dvou 9 tunových navijáků je směřovaná do volného prostoru – na asfaltové hřiště. Až večer v 18:15 hod. se po obrovském úsilí „dřevorubeckých veverek“ daří dostat i tento strom na zem.

KAPITOLA IX NENÍ STROM JAKO STROM

Stromy jsou sice na zemi, ale zvuk motorových pil se pořád ozývá ze zahrady. Je potřeba tu masu dřeva dostat ze zahrady pryč. Tohoto úkolu se zhostili členové naší jednoty. Část dřeva si jako odměnu za realizaci kácení odebere Střední škola řezbářská Tovačov. Tady se rýsuje možná další spolupráce. Dle našich požadavků jsou ochotní vyrobit prosklenou vitrínu. Tu doporučuji umístit na chodbu u šaten. V ní pak vystavovat naše vítězné trofeje ze soutěží. V případě, že nic takového nemáme – v prvním sledu tam můžou být vystavené prodejní řezbářské práce žáků Střední školy řezbářské Tovačov. Dalším možným směrem spolupráce může být výroba sportovních figurek, které budeme vítězům námi organizovaných soutěží a turnajů rozdávat.

Dřevo pomalu mizí a termín pro uskutečnění stavby Pétanquového hřiště se krátí.

KAPITOLA X HROMADA KOMPOSTU NEBO ČERNÁ SKLÁDKA

Tady přestanu psát svůj příspěvek - nejde uzavřít, nejde ukončit...

Kolik ještě vznikne kapitol pro „tuto knihu“ a jaký bude konec???

Jak dopadne příběh této knihy a dalších knih „celé edice“ záleží na našem společném úsilí.

Děkuji za vaše náměty, připomínky, ale i pomoc při naší další společné práci pro jednotu.

Peter SUJA

KALENDÁRIUM NA MĚSÍC ŘÍJEN

CO	KDY	VEDOUcí AKCE
PAMÁTNÝ DEN SOKOLA Připomenutí tragických události, které bezprostředně ohrozily existenci sokolského hnutí za druhé světové války Zahájení v 17:00 hodin. Položení květin u pamětní desky na zdi sokolovny. Pokračování programu v Loutkovém divadle Sokola Přerov. Konec v 18:00 hodin.	8. 10.	ROZKOŠNÝ Miroslav
OVOV – Odznak všestrannosti olympijských vítězů od 8:00 do 15:30 na atletickém stadionu Spartaku Přerov	10.10.	HARAŠTA Zbyněk
LITERÁRNÍ KABARET v 18:00 v sokolovně Předprodej vstupenek v kanceláři T. J. Sokol Přerov a na vrátnici od 15. 9. do 9. 10. Cena v předprodeji: plné 60,-/ studenti a důchodci 40,-; cena na místě: plné 80,-/ studenti a důchodci 60,-; sleva 10,- pro členy T.J. Sokol Přerov	11. 10.	SUJA Peter
Účast krojovaných sokolů na oslavě výročí založení samostatného Československého státu	28. 10.	ROZKOŠNÝ Miroslav
Divadlo Slušovice - DOKONALÁ SVATBA	7. 11.	SUJA Peter

JUBILANTI

Září

Zdráhalová Jana

Říjen

Justová Jarmila

Zimmermann Antonín

Hendrychová Jiřina

Tomanová Eva

Čtvrtlíková Milena

Kubíková Jarmila

Blahopřejeme



Zpravodaj Tělocvičné jednoty Sokol Přerov

Vydáno: září 2015

Vydává: Vzdělavatelský odbor T. J. Sokol Přerov

Redaktor: Petra Holcová

Editor: Blanka Zelingerová, Denisa Pospíšilová

Fotografie na titulní straně: Vojtěch Podušel