

ČASOPIS
ČESKÉ OBCE
SOKOLSKÉ

SOKOL

02

ČERVEN 2025
CENA 65 Kč



SPECIÁL PRO MATEŘSKÉ ŠKOLY

Přihlaste se do 10. ročníku projektu
Se Sokolem do života / 22

100 LET TYRŠOVA DOMU

Sokolové slavili za účasti prezidenta
Petra Pavla / 8

SOKOL ROKU 2024

Rekordní vítězství Alexandra
Choupenitche / 30

STÁHNĚ SI APLIKACI SOKOL



**SLETOVÁ APLIKACE
SE MĚNÍ NA
SOKOLSKOU**

**VÍCE NEŽ
10 000 LIDÍ
MÁ STAŽENO**

**NAJDEŠ V NÍ
AKTUALITY,
KALENDÁŘ A SLEVY
PRO ČLENY**



STAHUJ NA



GET IT ON
Google Play



Download on the
App Store

SOKOL.EU



14



34



22

ÚVODNÍ SLOVO

Milé sestry, milí bratři,
vážení příznivci Sokola,

jelikož se nacházíme v červnových týdnech vrcholících volebním sjezdem, kde si delegáti zvolí nové vedení našeho spolku na příští tři roky, dovolte mi začít poděkováním. Děkuji všem členům předsednictva i komisí za jejich náročnou a velmi důležitou práci, kterou odvádějí a odvádějí v tomto funkčním období. Bylo to mnohdy pro ně velmi náročné, protože uplynulé měsíce a roky před nás postavily mnoho výzev a obtížných úkolů. Mám radost, že díky společnému úsilí nás všech se podařilo vše úspěšně zvládnout. Dá se říci, že nám to pomohlo více se semknout a že vycházíme z náročných výzev silnější a soudržnější.

V uplynulém období se v jednotách a župách konaly valné hromady. Blahopřeji všem nově zvoleným činovníkům i těm, kteří byli zvoleni opětovně. Přejí Vám ve Vašich funkcích hodně sil a energie, ať se Vám daří naplňovat vize a cíle, které jste si pro budoucí měsíce a roky vytyčili.

Máme za sebou připomínku 100 let Tyršova domu. Privítali jsme při té příležitosti stovky lidí v čele s prezidentem Petrem Pavlem a dalšími významnými osobnostmi. Myslím, že se oslavy povedly, za což děkuji všem, kdo se na jejich realizaci a hlavně na přípravách po mnoho týdnů podíleli. Chrám českého sportu a srdci sokolského hnutí přejí do další stovky, ať roste a sílí. Na následujících stránkách najdete fotogalerii a reportáž z týdne oslav. Věřím, že jste si je také užili.

A pokračujeme dál. Projekt Se Sokolem do života se připravuje na desátý ročník svého fungování. Jsem rád, že se mu tak dobře daří a že sdružuje více než 94 tisíc dětí po celém Česku. Těším se na novinky, které děti ve školách a školských jednotách se sokolíkem Pepíkem od září čekají.

Se sokolským Nazdar!

MARTIN CHLUMSKÝ
STAROSTA ČOS



OBSAH

VOLBY V ODBORECH ČOS

6–7 Máme novou náčelnici i náčelníka

HLAVNÍ TÉMA

8 Sto let domu, kterým kráčí dějiny

FOTOGALERIE

14 Oslavy v Tyršově domě

SPECIÁL PRO MATEŘSKÉ ŠKOLY

22 Projekt Se Sokolem do života vstupuje do 10. ročníku

SOKOL ROKU 2024

30 Rekordní vítězství Alexandra Choupenitche

SERIÁL: PO KOM SE JMENUJÍ SOKOLSKÉ ŽUPY

34 Václav Novák

Časopis SOKOL, 80. ročník, vydává Česká obec sokolská – IČO 00409537 | Navazuje na časopis Sokol vydávaný v Praze od roku 1871 a Sokolský věstník vydávaný od roku 1897 | **Adresa redakce:** Česká obec sokolská, Újezd 450, 118 01 Praha 1, tel. 257 007 242 | **E-mail:** jhorka@sokol.eu | **Šéfredaktorka:** Jana Horká | **Grafické zpracování:** Petra Peňáková | **Korektorka:** Pavla Poláková | **Redakční rada:** Jozef Šabl'a, předseda (jsabla@sokol.eu), Jana Horká, Anna Jagošová, Pavel Strejček, Eliška Pospíšilová, Alžběta Bendíková | **Tisk:** Tiskárna V & H Print Hlávko s.r.o. | **Registrace:** MK ČR E 17339. ISSN 0489-6718. | Nevyžádané rukopisy a fotografie se nevracejí. Za věcný obsah článků odpovídají autoři a jejich obsah nemusí vždy korespondovat s názorem redakce. Redakce si vyhrazuje právo příspěvky přiměřeně upravovat, krátit nebo komentovat. | **Titulní strana:** Markéta Navrátilová

NOVÝ MURAL OD ŠKAPY

| Foto: Markéta Navrátilová

Na Tyršově domě se v rámci oslav 100 let od jeho otevření objevil nový mural od streetartisty Michala Škapy. Je to už jeho třetí spolupráce se Sokolem.

„Tento rok je mural docela detailní, je v něm velké množství prvků a skrytých vrstev. Samozřejmě z toho ční nápis 100 let. Pak se tam objevují kresby sokolů v letu a v centru malby je dětský obličej. Jednak jako připomínka sletu, na kterém jsem byl a viděl jsem tam cvičit spoustu dětí, což mě zasáhlo. A taky proto, že v Sokole vyrůstá hodně lidí od malička. Tyhle muraly vznikají na neuvěřitelném místě. Je opravdu unikátní, že můžeme malovat v historickém srdci města,“ říká Michal Škapa. (hoj) ●



VOLBY V ODBORECH ČOS

Text: Jana Horká

Foto: Markéta Navrátilová, archiv ČOS

Volby do vedení České obce sokolské se uskuteční 21. června na Sjezdu ČOS. Všechny tři odbory už ale své vedení znají. K největším změnám došlo ve všestrannosti. Dlouholetého náčelníka Petra Svobodu střídá Petr Sádek. Náčelnicí je Kateřina Machů.



► NÁČELNÍKEM ČOS JE PETR SÁDEK (33 LET)

- > člen Sokola Turnov
- > cvičitel I. třídy – cvičitel žactva, mužů a kondičních aktivit
- > 2016-2025 náčelník Sokola Lomnice nad Popelkou
- > 2019-2025 náčelník župy Krkonošské-Pecháčkovi
- > autor sletové skladby Rocková symfonie (spolu s Janou Kosařovou)
- > autor hromadné skladby pro muže Bondi (SokolGym 2022)
- > člen ústředního cvičitelského sboru dorostenců a mladších mužů
- > vedoucí komise vzdělávání
- > člen komise pohybových aktivit s hudbou
- > cvičitel roku 2020 v anketě Sokol roku
- > vystudoval Pedagogickou fakultu na Technické univerzitě v Liberci, obor tělesná výchova a geografie
- > dnes pracuje jako učitel tělesné výchovy a zeměpisu na gymnáziu v Turnově

► NÁČELNICÍ ČOS JE KATEŘINA MACHŮ (32 LET)

- > členka Sokola Praha Vršovice
- > cvičitelka TeamGymu
- > členka Zdravotní komise ČOS
- > spoluautorka sletové skladby Leporelo; cvičila na třech sletech (2018, 2012, 2006)
- > v roce 2024 pracovala jako metodička Odboru všestrannosti ČOS
- > vystudovala 3. LF, obor ošetřovatelství – všeobecná sestra
- > pracuje jako specialista vzdělávání v Centru paliativní péče



NÁČELNICTVO ŽEN

- > náčelnice
Kateřina Machů (Sokol Praha Vršovice, SŽ Jana Podlipného)
- > I. místonáčelnice
Dagmar Toncarová (Sokol Maxičky, SŽ Severočeská-Novákova)
- > místonáčelnice
Tereza Kosíková (Sokol Horoměřice, SŽ Jungmannova)
- > místonáčelnice
Dana Uzlová (Sokol Hodkovičky, SŽ Pražská-Scheinerova)

NÁČELNICTVO MUŽŮ

- > náčelník
Petr Sádek (Sokol Turnov, SŽ Ještědská)
- > I. místonáčelník
Jan Nemrava (Sokol Olomouc - Nové Sady, SŽ Olomoucká-Smrčková)
- > místonáčelník
Jan Outlý (Sokol Brno I, SŽ Jana Máchala)
- > místonáčelník
Tomáš Tomsa (Sokol Turnov, SŽ Ještědská)





PŘEDSEDNICTVO ODBORU SPORTU

- > předseda
Jan Haupt (Sokol Kampa, SŽ Podbělohorská)
- > 1. místopředseda
Karel Tomek (Sokol Dobruška, SŽ Podkrkonošská-Jiráskova)
- > 2. místopředseda
Josef Sosnovec (Sokol Vrané nad Vltavou II., SŽ Jungmannova)
- > 3. místopředseda
Petr Syrový (Sokol Praha Vršovice, SŽ Jana Podlipného)
- > členové předsednictva
Kateřina Bilousová, Jiří Cedidlo, Milan Džavoronok, Tomáš Hlobil, Eliška Mazurovová, Olívie Rubášová, Štěpánka Slámová, Vlastimil Stenzl a Josef Vítek

► PŘEDSEDOU ODBORU SPORTU ČOS JE OPĚT JAN HAUPT (51 LET)

- > člen Předsednictva ČOS
- > předseda Odboru sportu ČOS od roku 2022
- > vedoucí Odboru sportu ČOS od roku 2022, částečně pracuje i jako poradce v oblasti financí a pojištění
- > metodik Odboru sportu ČOS v roce 2004
- > závodně se věnoval akrobatickému rokenrolu (mistr ČR, v roce 2002 reprezentoval ČR na mistrovství světa, mistr ČR v roce 2015, kdy dokázal porazit o generaci mladší soupeře)
- > 10 let působil jako trenér akrobatického rokenrolu
- > vystudoval Vysokou školu tělesné výchovy a sportu Palestra a Akademii tělesné výchovy a sportu

PŘEDSEDNICTVO VZDĚLATELSKÉHO ODBORU

- > vzdělavatel
Michal Burian (Sokol Praha Dejvice I, SŽ Podbělohorská)
- > I. náměstek vzdělavatele ČOS
Marek Manda (Sokol Kampa, SŽ Podbělohorská)
- > II. náměstek vzdělavatele ČOS
Aleš Rychlý (Sokol Mnichovo Hradiště, SŽ Fügnerova)
- > III. náměstek vzdělavatele ČOS
Bohumil Gondík (Sokol Kampa, SŽ Podbělohorská)
- > jednatelka
Marcela Mandová (Sokol Kampa, SŽ Podbělohorská)
- > členové předsednictva
Jiří Braný, Jan Houdek, Jana Kovář Hynčicová, Jaroslava Knížková, Lukáš Křemen, Lenka Plívová, Kateřina Pohlová, Vladimír Richter, Lukáš Sobotka, Alena Štveráčková



► VZDĚLATELEM ČOS JE OPĚT MICHAL BURIAN

- > člen Sokola Praha Dejvice od roku 1974
- > od roku 1978 působí v oddílu sportovní gymnastiky a je vzdělavatelem v jednotě
- > člen Předsednictva ČOS
- > ve své odborné činnosti se zaměřuje na propagaci ČOS v dějinách České republiky
- > autor rozsáhlé výstavy Pod křídly Sokola (2012)
- > byl členem organizačního týmu XVII. všesokolského sletu, na který připravil dvě výstavy
- > vystudoval historii na Filozofické fakultě Univerzity Karlovy a kinantropologii na Fakultě tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy
- > má hodnost plukovníka
- > pracuje jako ředitel odboru muzeí Vojenského historického ústavu v Praze



STO LET DOMU, KTERÝM KRÁČÍ DĚJINY

| Text: Michal Borský





Tyršák. Jinak tomu nepřehlednému labyrintu chodeb ústících do tělocvičen, slavnostních sálů, pokojů a kanceláří, které nemohou najít snad ani jejich stálí obyvatelé, nikdo ze sokolstva neřekne. Sta let se zatím lidé většinou nedožívají. I když ta doba není daleko. A i kdyby tomu tak bylo, jejich povaha a paměť je tak klouzavá, že by těžko dokázala zachytit a udržet běh dějin, které za celé století prošly tímto organismem tréninku těla i duše, kde morální a lidské hodnoty, či ideály humanismu opakovaně sváděly tuhý boj s nepřízní osudu.

Právě tady, v samém srdečném svalu celého světového sokolského hnutí, se rozpumpovává krev proudící prakticky nedohledným cévním řečištěm i do těch nejdolejších jednot a sokoloven, kde sestry a bratři ve své sportovní i osvětové činnosti drží hrdý prapor myšlenek Fügnera a Tyrše. Napsané to zní možná trochu pateticky. Ale pokud některou z těch zapadlých sokoloven někde takzvaně na konci světa uvidíte, zjistíte, že to tam platí možná víc než někde ve velkém městě.

„Pro Sokol je sté výročí otevření Tyršova domu velmi významným okamžikem. Celý areál poskytuje možnost vzdělávání nebo školení a také kulturní i sportovní aktivity. Tím vlastně naplňuje nejen sokolskou ideu a hodnoty, kterými jsou sport, občanství, komunita, osobnost a laskavost, ale samozřejmě i naše sokolské motto, že vedeme Čechy k pohybu a společné aktivitě,“ řekl u příležitosti zahájení letošních oslav Martin Chlumský, starosta ČOS.

Kdysi jsem do Tyršova domu sám poprvé vstoupil. Ne slavnostně, tedy původním vznešeným Michnovým

palácem, ale z Újezda, obyčejným vchodem kolem jednoduše funkcionalisticky načrtnuté vrátnice. Jako tisíce cvičenců přede mnou i po mně. Bylo půl sedmé ráno a ještě se zalepenýma očima jsem přes skromnou pánskou šatnu sestoupil až na dno - na značky velké tělocvičny. Zbrocen potem i endorfinem, konal jsem prostá cvičení s vlastním tělem při kruhovém tréninku; dozírán přísným, ale pro věc zapáleným okem cvičitele. Takhle to bylo třikrát týdně po dlouhé roky, a to včetně pátečních výběhů do hvozdů a luk vrchu Petřína, který je přirozenou zahradou Tyršáku a jeho obyvatel už stovku let. Sto let, jimž předcházelo ještě dalších 63, ve kterých vedení mnohohrstevné organizace spojené s ideou české státnosti nemělo svůj pravý domov.

Rozsáhlý komplex budov vtěsnaný mezi rušný Újezd a tajemnou ukliďující Čertovku prošel složitým vývojem od šlechtického sídla přes vojenský objekt až po přirozené centrum české tělovýchovy. Klíčovým mezníkem byl rok 1921, kdy budovu koupila Česká obec sokolská, a na základě návrhu architekta Františka Krásného ji pak přestavěla na moderní sportovní

areál. Ten byl slavnostně otevřený roku 1925. Během nacistické okupace byl objekt zabaven a využíván německou správou, včetně Hitlerjugend a Wehrmachtu. Po válce se sokolové krátce vrátili, ale v 50. letech budovu převzal stát a sídlila v něm Fakulta tělesné výchovy a sportu UK. Česká obec sokolská získala Tyršův dům zpět až v roce 1991. V roce 2002 byl těžce poškozený povodní. Čeká na rekonstrukci, která by měla navrátit důstojnost jeho historické i sportovní roli a plně ho přizpůsobit potřebám sportování ve 21. století.

Běh času ovšem nelze zastavit a stoleté výročí vzniku prostě není možné odkládat na neurčito. Tím spíš, když jde o centrální sídlo tak významné organizace, jakou Sokol bezesporu je. Stejně jako v případě loňského všesokolského sletu přistoupila ČOS k organizaci jubilejních oslav Tyršova domu se vši vážností a smyslem pro detail, který spojuje tradice se současností. Slavnostní týden rozložený mezi 19. a 25. květen 2025 sportovní gros, které je podstatou života sokolstva, doplnil bohatým kulturním a společenským programem s hojnou účastí osobností veřejného života.

Hned na úvod oslav byla na zdi od ulice Újezd odhalena působivá vizuální realizace se stoletým motivem, jejímž autorem je už potřetí streetartový umělec Michal Škapa. Kromě velkého nápisu 100 let se v mnohohrstevnatém díle objevují kresby sokolů v letu. V centru malby je dětský obličej, který se vrací k loňskému všesokolskému sletu, kde cvičila spousta malých šikovných sokolů a také to souvisí s tím, že hodně lidí vyrůstá se Sokolem od malička.

Vernisáže se zúčastnil i předseda Národní sportovní agentury Ondřej Šebek: „Sokol je důležitou součástí našeho sportovního prostředí. Patří do naší rodiny. Já sám mám na Tyršův dům vzpomínky z dob, kdy jsem ještě studoval FTVS. Dodnes si pamatuju na zápočet z gymnastiky, který mě dost potrápil.“

Program oslav zahrnoval také výstavu s názvem „100 let Tyršova domu a co bylo před ním“. Tu připra-

vili kurátoři Adéla Boháčová a Martin Klement. „Výstava nechá diváky nahlédnout do prostor Tyršova domu skrze závoj uplynulého století. Lze vypořádat, co se v něm odehrálo, k čemu sloužil a jak byl vnímán. Unikátní historické fotografie a mimořádné příběhy zavedou diváky až do 17. století, kdy byl postaven takzvaný Michnův palác, nejstarší část dnešního Tyršova domu,“ řekl na úvod Martin Chlumský.

Další návštěvníci při prohlídkách Tyršova domu v hlubokém zamyšlení nasávali jedinečnou atmosféru a genia loci tohoto jedinečného místa. Celkem do historických prostor zavítalo více než 300 lidí.

Mimořádně zdařilou součástí programu byl večer sokolské kultury naplněný nejen vůní poezie a kávy, ale i hudbou a uměním sokolských kumštýřů. Nechyběla pódiová vystoupení na nádvoří Tyršova domu včetně smíšeného pěveckého sboru Foerster Sokol Jihlava, swingové formace Modrá synkopa nebo



Celý areál poskytuje možnost vzdělávání nebo školení a také kulturní i sportovní aktivity. A tím vlastně naplňuje sokolskou ideu a hodnoty, kterými jsou sport, občanství, komunita, osobnost a laskavost.

Martin Chlumský, starosta ČOS

recitace Jaroslavy Knížkové.

Kulturní program vyvrcholil v sobotu odpoledne výjimečným divadelním představením Příběh Tyršova domu, které připravil člen souboru Cirk La Putyka Daniel Komarov. Divadelní akademii návštěvníci oslav sledovali i na velkoplošné obrazovce na nádvoří Tyršova domu. A že se bylo na co dívat! Fascinující performance byla

koncipována jako imerzivní divadlo, kde diváci procházeli různými místnostmi Tyršova domu, z nichž každá představovala jinou kapitolu jeho historie. Druhá část představení pak nabídla divadelní zpracování těchto příběhů, čímž se jednotlivé obrazy spojily do uceleného vyprávění.

Prezident České republiky Petr Pavel s Martinem Chlumským na

inzerce:

LASKAVÍ PARTNEŘI OSLAV 100 LET TYRŠOVA DOMU



NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA



ALPINE PRO



deník.cz

Radiožurnál
Sport
Český rozhlas





Slavnostní odhalení pamětní desky. Za ní je uloženo poselství pro budoucí generace

samý závěr oslav slavnostně odhalili pamětní desku, kde je v časové schránce uloženo poselství pro budoucí generace. Ukládání tohoto odkazu proběhlo ve výjimečně slavnostní a vzrušené atmosféře, která důstojně propojila bohatou tradici Sokola s nadějí a odkazem pro budoucnost. Zřídka vídaný symbolický akt se stal skutečným vrcholem oslav, kdy se minulost setkala s budoucností v duchu hodnot, jež Tyršův dům po celé století ztělesňuje.

Důležitost okamžiku svou přítomností podtrhl nejen prezident České republiky Petr Pavel, ale i předseda Senátu PČR Miloš Vystrčil, 1. místopředsedkyně Poslanecké sněmovny PČR Věra Kovářová a další významní hosté.

„Příležitost vzkázat něco budoucím generacím nemíváme každý den. I když se těžko odhaduje, v jaké kondici budou svět a naše republika v roce 2125, věřím, že sokolské hodnoty budou stále platné. Protože nejsou jen o pohybu, ale také

o vlastenectví, demokracii a službě společnosti,” řekl mimo jiné prezident republiky.

Samo poselství se v úvodu duchem vrací ke století existence Tyršova

domu a pro budoucí pokolení sokolů rekapituluje jeho příběh: „V době, kdy toto poselství čtete, uplynulo již mnoho let od chvíle, kdy jsme si připomínali 100. výročí otevření



Příležitost vzkázat něco budoucím generacím nemíváme každý den. I když se těžko odhaduje, v jaké kondici budou svět a naše republika v roce 2125, věřím, že sokolské hodnoty budou stále platné. Protože nejsou jen o pohybu, ale také o vlastenectví, demokracii a službě společnosti.

Petr Pavel, prezident ČR

Tyršova domu – symbolického srdce Sokola a sídla České obce sokolské. Tyršův dům, zasazený na břehu Vltavy pod Petřínem, je pro nás místem setkávání – symbolem sokolské sounáležitosti, kde ožívá tradice i vznikají nové myšlenky. V roce 2025 stále slouží jako živé centrum cvičení, vzdělávání, kultury i spolkového a společenského života.“

Poselství připomíná i samotnou podstatu, myšlenky a problémy, které spolek řeší ve 20. letech 21. století: „Sokolské hnutí v naší době čelí novým výzvám: rychlému tempu života, oslabování mezilidských vazeb, technologickému odcizení. Přesto věříme, že hodnoty, které byly položeny již samotnými zakladateli sokolského hnutí Miroslavem Tyršem a Jindřichem Fügnerem, tedy snaha o všestranný rozvoj člověka, výchovu k vlastenectví, péči o demokracii, službu společnosti, radost z pohybu, a které dnes shrnujeme v sokolském

pateru Sport, Občanství, Komunita, Osobnost, Laskavost, jsou stále aktuální a věříme, že budou aktuální i pro Vás. Sokolky a sokolové nejsou jen cvičenci v sokolovnách. Jsme sportovci, umělci, dobrovolníci, učitelé, cvičitelé a trenéři, organizátoři i přátelé. Stavíme mosty jak mezi generacemi nebo kulturami, tak i mezi tělem a duchem,“ píše se v dopise ukrytém před zraky lidí na dalších sto let. Končí naléhavou prosbou či přáním: „Toto poselství není jen vzpomínkou. Je výzvou a naším velkým přáním. Udržujte a rozvíjejte odkaz, který jsme vám předali. Chraňte a rozvíjejte Tyršův dům jako živé místo, kde se setkávají lidé dobré vůle. Ať se z Vašich sokoloven stále ozývá smích a radost dětí. Ať sokolská činnost vzkvétá.“

Do speciální schránky byl dále vložen plakát s programem letošních jubilejních oslav, několik současných mincí, brož se sokolím perem a odznak

XVII. všesokolského sletu z roku 2024, jehož heslem bylo spojovat. A to nejen společnost, ale i sporty, komunity, historii se současností, umění se sportem a v neposlední řadě i generace.

Oslavy stého jubilea už patří minulosti. Život ale běží dál, na opozdilce se nečeká. Sokolské cvičení totiž začíná a končí vždy přesně. Neokázalou vrátnicí na Újezdě 450/40 procházejí a budou procházet další tisíce cvičenců s roztodivnými lehkými i hlubokými myšlenkami. Avšak s jediným cílem - jednotou zdravého těla a ducha osudu navzdory. Z jakého světa tam budou chodit, si můžeme říct třeba zase za sto let.

Každopádně ale platí to, co se v poselství budoucím generacím píše na samém konci ještě nad podpisy nejdůležitějších činnovníků dnešního Sokola: „Budte stateční v době, která je před vámi. Ať vás provází síla ducha, zdraví těla a laskavost srdce.“ ●

inzerce:

PENNY.
Hrdý partner
Sokolského běhu
republiky.







Koncert kapely Original Vintage Orchestra
rozhybal návštěvníky na nádvoří



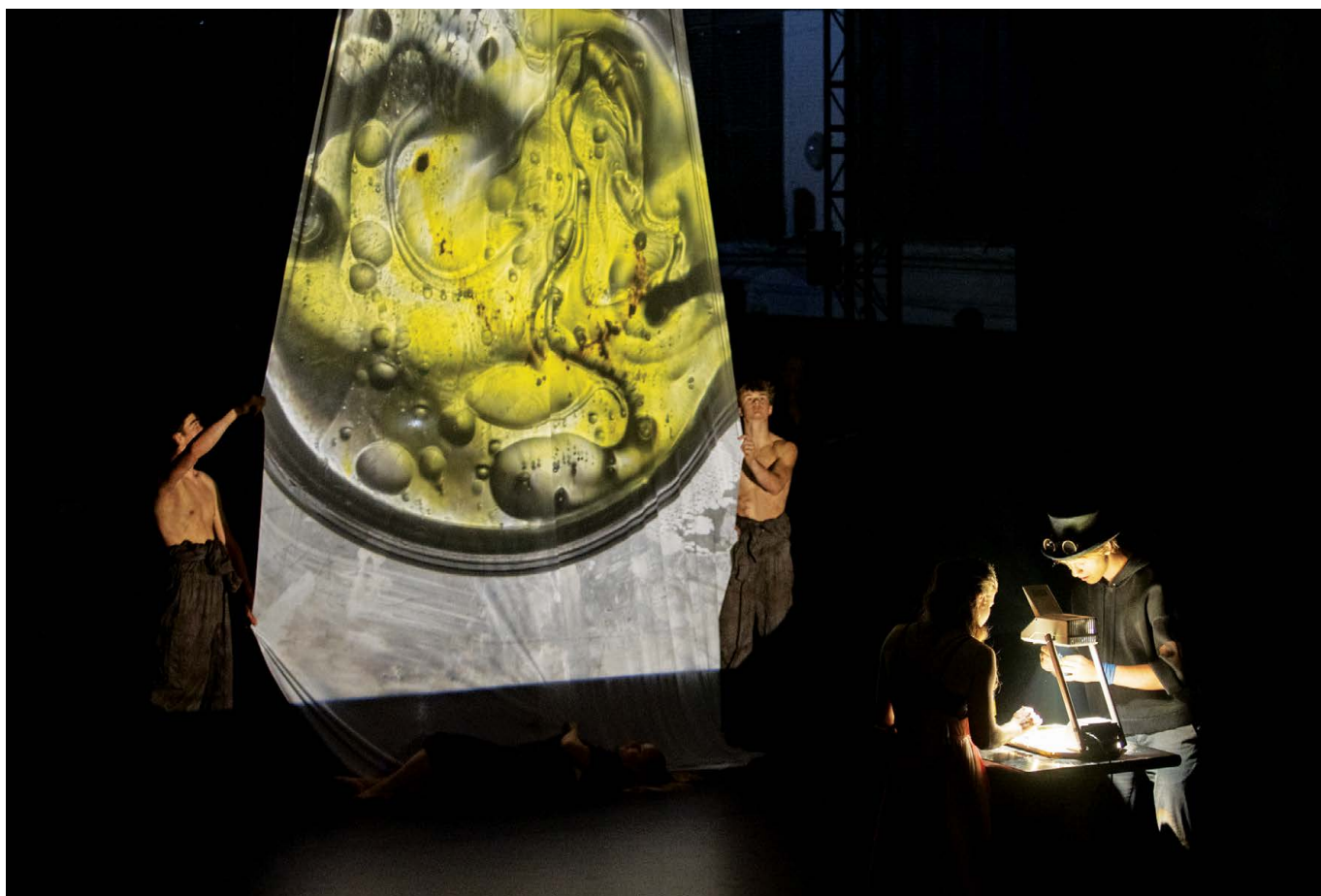
Do časové schránky sokolové
vložili poselství, mince, sokolské
pírkó a sletový odznak



Oslav se kromě prezidenta Petra Pavla účastnili i předseda Senátu ČR Miloš Vystrčil, místopředsedkyně Poslanecké sněmovny PČR Věra Kovářová a dále hejtmani Petra Pecková a Martin Netolický



Představení pod názvem Příběh Tyršova domu v režii Dana Komarova předvedl Cirk La Putyka



KOMAROV: TYRŠŮV DŮM MĚ INSPIROVAL

Text: Jana Taušová | Foto: Markéta Navrátilová

Oslavy významného jubilea Tyršova domu vyvrcholily speciální show. Připravil ji člen souboru Cirk La Putyka Daniel Komarov, který mimo jiné režíroval i veleúspěšné Sokol Gala na loňském všesokolském sletu. Představení bylo možné sledovat také na velkoplošné obrazovce před Tyršovým domem.

JAK TO CELÉ VZNIKLO? BYLY PŘÍPRAVY PŘEDSTAVENÍ KE STÉMU VÝROČÍ TYRŠOVA DOMU NÁROČNĚ?

Na jednu stranu možná ano. Ale na druhou stranu mě vlastně baví mimo-divadelní prostory, které mne dokážou inspirovat už svojí kulisou nebo vlastní historií. A víceméně ve chvíli, kdy píšu scénář nebo vytvářím koncept, přichází ta prvotní inspirace vlastně sama. A to ať už z toho prostoru, který je sám o sobě kulisou, nebo scénografií. Mívám pak pocit, že se ty věci vytvářejí jednodušeji, než když se snažím vytvořit divadelní projekt a začínám s prázdným papírem. Tady už ten začátek nějaký směr má.

CO DIVÁCI VIDĚLI?

Představením provázely dvě hlavní postavy moderátorů, herců, kteří procházeli spoustou poloh, a to od vážnější akce přes komedii, zpěv, recitaci a tak dál. Snažil jsem se to udělat tentokrát trochu více divadelně ve srovnání s loňským představením na Sokol Gala, kde to byla v O2 aréně hlavně velká show. Snažil jsem se jít více po intimitě a vyprávět divadelním jazykem. Byla tam samozřejmě zahrnuta i novocirkusová čísla a příběh, který se váže k Tyršovu domu.

KOLIK HERCŮ SE ZAPOJOLO?

Bylo to něco mezi dvaceti až třiceti.

CO SI DIVÁCI ODNESLI?

Představení jsem rozdělil na dvě části. V první části, která byla stylem imerzivního divadla, diváci procházeli prostorem Tyršova domu. Ten byl v jednotlivých místnostech rozehráván různými akcemi. Někde to byla herecká situace s lidmi, někde třeba jenom nahraný rozhovor, kdy jsme se třeba snažili zrekonstruovat starý zápis z jednání z roku 1925. Převodli jsme ho do kratičké rozhlasové hry. Jinde to byl zase třeba hudební performer, který hrál naživo na akustický nástroj.

V každé místnosti viděl divák něco jiného, všude byla jiná nálada. Odkazovalo se na nějakou kapitolu Tyršova domu. Možná to na začátku nemuselo tolik dávat smysl, člověk viděl jenom jednotlivé obrazy, ale ve druhé půlce, tedy v té divadelní části, se pak všechny věci dovysvětlily, dodal se jim význam. Divák si to pak všechno spojil a zjistil, že to, co viděl v první části, krásně zapadlo do celého příběhu.

CO PRO VÁS BYLO NEJNÁROČNĚJŠÍ?

Dlouho jsem si nevěděl rady s obdobím, kdy Tyršův dům sloužil jako nacistický lazaret. Tady jsem hledal asi nejdéle, jakou formu použít, protože je to samozřejmě hodně citlivé téma. Podobně jsme se v loňském roce dotýkali historického období, kdy běžela takzvaná Akce Sokol a heydrichiáda.

Doba, kdy se opravdu ničily symboly, sokolovny a podobně.

NA JEDNÉ STRANĚ VY A HERCI Z LA PUTYKA. NA DRUHÉ STRANĚ SOKOL. JAKÉ JE TAM SPOJENÍ?

Nejvíce ho vidím v tom, že můj oddíl, kde jsem se učil akrobacii a skokům na trampolíně, je nynější Sokol Kampa. Pro mě je důležitou linkou to, že moji trenéři v době, kdy jsem se sportem končil, přecházeli do Tyršova domu. A ten klub tam teď má zázemí. To je moje osobní spojení.

A k Putyce se to váže přes jednoho z mých trenérů, kteří už v Sokolu Kampa byli. Ten pro herce přímo tady v Tyršově domě pořádá workshopy na trampolíně. První workshop k představení La Putyka tedy podle mě proběhl v Tyršově domě, nebo minimálně se tam konaly tréninky.

V mých představách jsou symbolem pro Tyršův dům trampolína a Sokol Kampa. Ještě si pamatuju, že jsem se tu učil skákat první salta, tehdy ještě do staré molitanové jamy. A na Fakultě tělesné výchovy a sportu UK jsem sem chodil plavat.

CO BYSTE POPŘÁL STOLETÉMU TYRŠOVU DOMU?

Ať je čím dál tím víc místem pro širší veřejnost a pro ty, kteří milují pohyb. Ať sdružuje komunitu lidí, kteří se pohybu a zdravému životnímu stylu věnují. ●

POJĎTE SE SOKOLEM NA HRADY A ZÁMKY

Vydejte se s námi objevovat krásy českých hradů a zámků. Je tu nový projekt Se Sokolem na hrady a zámky. Ten vznikl ve spolupráci s komisí turistiky České obce sokolské. Každý rok navštívíme společně tři vybrané objekty v Čechách, na Moravě a ve Slezsku. Pokud jezdíte



rádi na výlety, nebo objevujete historii a soutěžíte, pak určitě vyrazte s námi. Už máme za sebou výlet na hrad Točnick. Ale před sebou ještě Velhartice a Buchlovice.

HRAD VELHARTICE, 28. ČERVNA

Znáte baladu o králi Karlovi, který popíjel s Buškem z Velhartic? Nejen Karel IV. tu pobýval, ale i sokolové zde zanechali v minulém století své stopy.

Vydejte se s námi prozkoumat rozlehlý areál hradu. Pro děti budou připravené soutěže a v okolí hradu stezka o korunovačních klenotech, které byly po nějaký čas na hradě ukryté.

ZÁMEK BUCHLOVICE, 13. ZÁŘÍ

Moravský zámek Buchlovice uchvátí každého nejen svou barokní zdobností, ale i historickou zahradou, na kterou navazuje přírodní krajinářský park, ve kterém jeho bývalí majitelé zasadili stromy a keře z cest kolem světa.

Na kopci nad zámkem se tyčí středověký hrad Buchlov, odkud podle pověsti nosil černý pes psaníčka od hradního pána pro zámeckou paní. Formou rodinné venkovní hry se s námi vydejte po stopách tohoto tajemství. (hoj) ●

QR KÓD
NA LINK:



inzerce:

Přidej se k odboji proti největšímu nepříteli Česka

Bojuj proti špatné kondici
pravidelným pohybem
s EUC a Sokolem.
Zdraví nazdar!



zdravinazdar.cz



Národní konference o podpoře sportu a pohybu

**Světлана
Witowská**
novinářka
a moderátorka

**Petr
Pavel**
prezident
České republiky

**Martin
Chlumský**
starosta České
obce sokolské



STAROSTA ČOS MARTIN CHLUMSKÝ SE ZÚČASTNIL DEBATY O SPORTU

Jaký vliv má pohybová aktivita na zdraví člověka nebo i na společnost jako celek? Jak je formuje? Jak sport bojuje o pozornost s technologiemi a pracovní vytížeností? Jaké výzvy dnešek z tohoto pohledu pro společnost přináší? O těchto tématech v úterý 13. května diskutovali účastníci Národní konference o podpoře sportu a pohybu v prostorách O2 universa v Praze.

Konference pořádaná Národní sportovní agenturou propojila odborníky nejen z oblasti sportu, ekonomiky, zdravotnictví nebo politiky, ale i zástupce sportovní veřejnosti či další klíčové aktéry. Jejím cílem bylo jak podpořit rozvoj sportu a pohybu, tak i posílit zdraví a odolnost české společnosti. Mezi účastníky byli kromě prezidenta republiky také premiér a členové vlády. K vidění byly i další významné osobnosti. Třeba lékařka Marie Skalská, olympijská vítězka Kateřina Neumannová, Josef Dostál či snowboardistka Eva Adamczyková. Ta vystupovala v diskusním bloku s Petrem Pavlem a starostou Sokola Martinem Chlumským.

„V Sokole vedeme lidi k pohybu

a společné aktivitě už 163 let. Zaměřujeme se nejen na vrcholový sport, ale zejména v duchu našich sokolských hodnot na všestranný sport pro všechny. Díky projektu Se Sokolem do života, který letos funguje devátým rokem, rozvíjíme lásku k pohybu už i u těch nejmenších dětí z mateřských škol a jednot po celém Česku. Těch sdružuje více než 94 tisíc. K tomu, abychom rozhybali českou společnost, využíváme i další projekty. Za mě je důležité, jak se k pohybu a jeho všestrannému rozvoji staví rodiče. Pokud sami s dětmi sportují, ukazuje se, že i tyto děti později vedou své ratolesti k pohybu a aktivitě,“ uvedl starosta Sokola Martin Chlumský. (taj) ●

ALPINE PRO NABÍZÍ SOKOLŮM SLEVOU 20 %

Už před sletem se Sokol spojil s přední tuzemskou firmou oblékající Čechy do sportovního a outdoorového oblečení. Značka ALPINE PRO nabízí široký výběr oblečení a doplňků pro všechny aktivity, a to od turistiky a horolezectví až po běh nebo cyklistiku. Jejich oblečení splňuje všechny důležité atributy moderního milovníka všestranného pohybu. Je funkční a krásné zároveň.

Jeho předností je nejen funkčnost a kvalita materiálů, ale i moderní design. I proto ALPINE PRO obléká český olympijský tým, český svaz biatlonu nebo třeba mezinárodní biatlonovou unii.

I v roce 2025 v sokolské aplikaci v kategorii EXTRA najdete nové slevové kódy pro získání slevy na zboží ALPINE PRO. Super vybavení od našeho partnera ALPINE PRO, které je vhodné jak na cvičení, tak i na aktivní dovolenou v přírodě nebo třeba dětem na tábor, lze díky aplikaci Sokol pořídit až o 20 % levněji.

Sleva platí při nákupu nad 1 000 Kč a lze ji uplatnit jak na e-shopu, tak v prodejnách ALPINE PRO, stejně jako v outletových prodejnách nebo e-shopu. V rámci partnerství na Vás čeká 20% sleva na nezlevněné zboží a 10% sleva na zboží již zlevněné. (hoj) ●

JAK SLEVOU ZÍSKAT?

Slevový kód, který najdete v aplikaci Sokol, použijte při nákupu na e-shopu, nebo ho ukažte na prodejnách ALPINE PRO, a to spolu s aplikací.

STÁHNI SI APLIKACI SOKOL

QR
APPSTORE



QR
GOOGLE
PLAY



V SOKOLSKÉM E-SHOPU JE NOVÁ KOLEKCE VYCHÁZEJÍCÍ Z MURALU MICHALA ŠKAPY

K oslavám 100 let Tyršova domu vznikl i unikátní merch, který vychází z muralu Michala Škapy. Je k vidění na zdi Tyršova domu, a to ze strany od ulice Újezd. Kromě limitované edice signovaných grafik, si můžete pořídit třeba trička. Prodej je omezený na sto kusů. V e-shopu se podívejte i na nálepky, hrnky nebo speciální odznak, který oslavy Tyršova domu připomíná. (hoj) ●

QR KÓD
E-SHOP



V TYRŠOVĚ DOMĚ BYLO OTEVŘENO HNÍZDO

Nově upravený prostor v Tyršově domě se otevírá veřejnosti. Slavnostního otevření místnosti s příznačným názvem Hnízdo se v pátek 21. března se členy předsednictva a kontrolní komise České obce sokolské zúčastnil i starosta Sokola Martin Chlumský.

Relaxační zóna se nachází v 1. patře, v místě bývalé sokolské prodejny. Lze si v ní zkrátit třeba čekání na děti, které cvičí v tělocvičně. Mimo chodem na hlavní tělocvičnu T1 je z Hnízda krásný výhled.

Je to také ideální prostor k setkávání během sokolských akcí. Součástí je i dětský koutek a přebalovací pult. Ve vrátnici číslo 2 lze požádat o otevření malé kuchyňky, kde je možno využít

mikrovlnnou troubu. Jen pár metrů od Hnízda stojí automaty, a to jak na kávu, tak i ty s chlazenými nápoji a drobným občerstvením, jako jsou toasty, tyčinky a další.

Pokud jedou členové Vaší jednoty nebo některý z oddílů do Tyršova domu, můžete si celý prostor dopředu rezervovat a využít ho k setkání nebo různým aktivitám. V Hnízdě je k dispozici i televize, na které je možné pustit prezentaci.

Rezervaci lze provést prostřednictvím rezervačního systému Tyršova domu. Více informací na e-mailu kratkodobepronajmyTD@sokol.eu

Otevírací doba je od pondělí do pátku, a to vždy mezi 10. a 19. hodinou. (hoj) ●

inzerce:

ALPINE PRO

**SLEVA
S APLIKACÍ
SOKOL**

WWW.ALPINEPRO.CZ

PROJEKT SE SOKOLEM DO ŽIVOTA VSTUPUJE DO 10. ROČNÍKU

Se Sokolem do života je nejrozšířenějším projektem **zaměřeným na rozvoj pohybové gramotnosti** předškolních dětí v České republice. Má za sebou devět úspěšných ročníků a v září už vstoupí do jubilejního desátého.

Na předškoláky se zaměřuje právě proto, že v tomto věku je nejdůležitější, aby si děti osvojily základy pohybových dovedností a mohly je později rozvíjet a zdokonalovat.



SESOKOLEMDOZIVOTA



SE SOKOLEM DO ŽIVOTA



sesokolemdozivota@sokol.eu

www.sesokolemdozivota.cz



**SPECIÁL
PRO
MATEŘSKÉ
ŠKOLY**

**DO 6 LET SE
FORMUJE AŽ 90 %
OSOBNOSTI.**

**MAREK HERMAN,
VYSOKOŠKOLSKÝ PEDAGOG
A LEKTOR OSOBNÍHO ROZVOJE**



ZÁJEM O PROJEKT BĚHEM LET OBROVSKY VZROSTL

| Text: Mirka Hesová | Foto: Markéta Navrátilová

Zatímco v prvním ročníku se do projektu přihlásilo necelých 16 tisíc dětí, v letošním devátém jich bylo **VÍCE NEŽ 94 TISÍC.** A zvedl se i počet pedagogů. Těch bylo zpočátku zapojeno 850, a nyní už **VÍCE NEŽ 8 TISÍC.**

Uvidíme kolik kluků a holek ve věku od tří do šesti let, bude sokolík Pepík a jeho parta zvířátek motivovat k pohybu ve výročním 10. ročníku. Zvířátka je opět budou učit vnímat pohyb jako přirozenou součást života. Děti si pak v krásně barevných sešitech nalepí samolepku za každý zvládnutý úkol.

Projekt Se Sokolem do života je realizován v mateřských školách, v sokolských jednotách a v dalších volnočasových zařízeních. Hned od začátku si získal uznání nejen odborné veřejnosti a pedagogů, ale především učitelek v mateřských školách a cvičitelů v sokolských jednotách.

A není divu. Vždyť metodika, která je pro projekt zpracovaná, vychází ze sokolského cvičení a mnohaleté praxe cvičitelů v oddílech pro předškoláky a rodiče s dětmi. V současné době je jedním z nejlépe zpracovaných materiálů osnov pro tělesnou výchovu, který v republice máme. Metodiku zpracovaly autorky projektu **Dana Uzlová** a **Věra Smejkalová**.



KDO PŘIŠEL S NÁPADEM REALIZOVAT PROJEKT SE SOKOLEM DO ŽIVOTA?

DANA: Náčelník Petr Svoboda nás v roce 2014 oslovil, abychom něco vymyslely. A protože jsme obě zaměřeny na předškoláky, chtěl něco pro ně.

VĚRA: Záměrem bylo nejenom vnést pohyb do širší veřejnosti a více rozhybat naše děti, ale především rozšířit spolupráci s mateřskými školami po celé republice. Snahou bylo učitelkám mateřinek i cvičitelkám našich jednot nabídnout pomoc s metodikou pohybu, protože rozvoj této gramotnosti patří mezi základní potřeby, a to ve stejné míře jako rozvoj řeči, myšlení a poznání.

PROČ ZROVNA PŘEDŠKOLÁCI?

VĚRA: Předškolní děti jsou budoucností národa. Je třeba podchytit jejich spontánnost v pohybu a přetvořit ji v celoživotní potřebu. Pohybová gramotnost je nesmírně důležitá nejenom z hlediska celospolečenského, sociálního, ale zejména zdravotního, což má ve svém důsledku velký vliv i na ekonomickou oblast země. U této věkové kategorie je důležité, aby si děti osvojily základy všech svých schopností a mohly je v pozdějším životě dále rozvíjet a zdokonalovat.

JAK CELÝ KONCEPT VZNIKAL?

DANA: Přemýšlela jsem asi čtvrt roku. Motivovat jsem chtěla něčím, co je dětem blízké, s čím se setkávají a co mají rády. No, a nakonec jsem zvolila zvířátka. Hlavním z nich je sokolík Pepík. K němu jsem pak vymyslela pět dalších. Dala jsem jim jména, která se rýmují, aby se to dětem dobře pamatovalo. Každému zvířátku jsem přidělila samolepku, která s ním souzní. A pak jsem je vláčkem vyslala do světa.

Kobylka Emilka, ježeček Mareček a opička Hanička plní pohybové úkoly; veveruška Věruška a беруška Danuška pak ty rozumové.

KDO VŠECHNO NA PROJEKTU PRACOVAL?

DANA: Od začátku jsme na projektu pracovaly my dvě. Když jsem Věrce ukázala námět, souhlasila. A jednotlivá zvířátka už brzy plnila úkoly. Snažily jsme se, aby byly v souladu s rámcovým vzdělávacím programem.

CO JSTE SI OD PROJEKTU SLIBOVALY?

VĚRA: Naším cílem bylo probudit v dětech touhu po pohybu a zasadit se o to, aby pohyb milovaly a vyžadovaly ho i v dalších letech života. Nešlo nám o výkony, ale o děti, které se hýbou, a které pohyb potřebují ke svému životu. A pokud si nějakou pohybovou dovednost osvojí, budou ji mít už na celý život. V ideálním stavu je každé zúčastněné dítě ve věku mezi třetím a šestým rokem provedeno souborem přirozených, obratnostních a manipulačních cvičení, která ve výsledku působí na jeho přirozený vývoj, a ovlivňují tak jeho přístup k pohybu a k životu.



BYLO TĚŽKÉ DÁT TO CELÉ DOHROMADY?

VĚRA: Zpočátku ano. Při vymyšlení, jak projekt uchopit, to nebylo snadné. Nicméně když Dana vymyslela koncept, základ byl položen a bylo již z poloviny vyhráno.

Inspirací pro nás byl rámcový vzdělávací program pro MŠ, ale také projekt Českého olympijského výboru „Sazka olympijský víceboj“ a jeho sportovní žákovská knížka pro 1. až 3. ročník ZŠ. Chtěly jsme se stát předstupněm jakéhosi velkého poznání světa, a tak nás napadlo spojit náš projekt i s myšlenkou olympijských her. Symboliku pěti kruhů jsme transformovaly do 5 zvířátek, světadílů a barev, neboť olympiáda je nádhernou metou pro všechny, kdo milují pohyb.



JAK DLOUHO SE PROJEKT VYVÍJEL?

VĚRA: U Dany to bylo čtvrt roku. U obsahového vymezení byla doba delší – asi půl roku. A poté ještě spolupráce s výtvarníkem a celkové sesazení. To také nějakou dobu trvalo. Tedy celkem asi rok. Ještě před tím, než jsem začala projekt naplňovat, jsme o konzultaci požádaly i Ústřední cvičitelský sbor a také naše župní vedoucí RDPD, abychom si ověřily správnost naší cesty.

CO VZNIKLO JAKO PRVNÍ?

VĚRA: To byla rámcová motivace projektu – vláček a zvířátka. Vlak dává netušené možnosti a zvířátka jsou dětem blízká, mají je rádi. Filosofie je, že dětem otvíráme jakousi oponu, kdy pomocí pohybových dovedností a rozvojem poznání objevují svět. Projekt je postaven na celoroční práci s předškoláky, na jejich tréninku a na úkolech projektu tak, aby rozvíjeli svoje pohybové schopnosti a přetvářeli je do dovedností důležitých pro celý život. V souboru pohybových, rozumových a smyslových úkolů, které naplňují metu všestranného rozvoje, se snažíme být součástí procesu ovlivňujícího dítě pro jeho vykročení do velkého světa v době, kdy překročí hranici 6 let.

BYLO TĚŽKÉ DOSTAT PROJEKT MEZI DĚTI?

VĚRA: Začátky jsou asi vždy těžší. Naším úkolem bylo nabídnout především mateřinkám, ale také našim tělocvičným jednotám, něco nového, co by je zaujalo a také co by se stalo součástí dění v těchto institucích. Na úplném počátku jsme zúčastněným

subjektům předložily pouze jeden sešit, a to modrý pro 5-6leté děti. Tehdy vlastně vznikl takzvaný nultý ročník, ve kterém jsme si ověřily, že projekt bude životaschopný a z nadšených reakcí vyplynulo, že se bude líbit. Do nultého ročníku se zapojilo téměř 8 300 dětí.

Poté jsme přidaly ještě další věkové kategorie, tedy oranžový sešit pro nejmenší od 3 do 4 let a zelený pro 4-5leté děti.

MUSELO VÁS HODNĚ POTĚŠIT, KDYŽ JSTE VIDĚLY, ŽE REAKCE JSOU POZITIVNÍ.

VĚRA: Reakce byly skutečně velmi potěšitelné a nadšené. Snažily jsme se předložit učitelkám mateřinek ucelený koncept, se kterým by mohly jednoduchým způsobem pracovat, a po celoroční práci děti odměnit. Snažily jsme se naplnit projekt jednoduchými úkoly, které však pro děti mohou být třeba koordinačně náročné. A to je třeba neustále trénovat, aby prckové dostali pohyb do paměti, a nemuseli na něj při plnění myslet. Toho se při dodržení podmínek projektu dosáhnout dá. To ostatně plyne i ze zpětné vazby, která je kladná, nadšená, pochvalná.

ČEKALY JSTE, ŽE PROJEKT POBĚŽÍ DESET LET?

VĚRA: Na úplném začátku, než jsme projekt poslaly do života, jsme měly skromná přání. Říkaly jsme si, že by bylo fajn, kdyby vydržel alespoň 5 let. Když pak každoročně dětí přibývalo, hleděly jsme do budoucna již s větším optimismem. A vlastně nás nastávající 10. jubilejní ročník přesvědčuje,

Projekt spolupracuje
s fyzioterapeutem
Tomášem Hrdým

že projekt má svoji hodnotu, a hlavně důležitost pro všechny, kteří s předškoláčky pracují, neboť jim pomáhá vštípit dětem lásku k pohybu a ke správnému životnímu stylu, který je pro lidi 21. století nutností.

CO BYSTE PROJEKTU SE SOKOLEM DO ŽIVOTA K JEHO KULATÉMU VÝROČÍ POPŘÁLY?

DANA: Aby jím prošlo co nejvíce dětí, kterým pohybové návyky zůstanou v paměti. Aby se učitelky v mateřských školách projektu věnovaly, byl jim přínosem a aby nezapomněly, že pohyb je nedílnou součástí života. Proto je potřeba ho dětem dopřát.

VĚRA: Samozřejmě mu přeji jen to nejlepší, životaschopnost a dalších deset let. Také projektovému týmu přeji co nejvíce sil a nápadů pro další tvorbu. Děkuji všem zúčastněným mateřinkám i jednotám za jejich věrnost. A těm subjektům, které se zapojí nově, přeji, aby se jim u nás líbilo a stály při nás. Budeme se snažit i nadále projekt obohacovat. ●

Medailonky:**VĚRA SMEJKALOVÁ – EKONOMKA, CVIČITELKA II. TŘÍDY**

Vedoucí ústředního cvičitelského sboru RDPD a lektorka Ústřední školy ČOS. Působí nejen jako župní náčelnice, ale i jako náčelnice a cvičitelka Sokola Čimice v Praze 8.

DANA UZLOVÁ – UČITELKA MŠ, CVIČITELKA II. TŘÍDY

Lektorka Ústřední školy ČOS a členka ÚCS RDPD. Působí nejen jako místonáčelnice ČOS, ale také jako náčelnice a cvičitelka Sokola Hodkovičky v Praze 4.



VZKAZY OD VÁS



„Chtěli bychom Vám poděkovat za projekt Se Sokolem do života. I když v naší obci Vidče máme dostatek možností ke sportování, Váš projekt nás ještě více motivoval k dalším sportovním aktivitám. Děkujeme také za krásné dárky a ocenění pro děti.“

MŠ Vidče

„Naše školka si zacvičila ve spolupráci se 3. ZŠ Šumperk ve velké tělocvičně a pohybové aktivity si děti moc užily. Děkujeme za Váš projekt.“

MŠ Pohádka, Šumperk

„Aktivity se sokolíkem Pepíkem a jeho kamarády nás moc baví a vždy se něco nového naučíme.“

ZŠ Novosedlice

„Sokolík Pepík dorazil na náš karneval. A děti měly velkou radost, že maskota, se kterým plní sportovní úkoly v rámci projektu Se Sokolem do života, viděly naživo. S Pepíkem si zatancovaly, zasoutěžily a také se vyfotily. Moc děkujeme.“

Sokol Strašnice

„Moc děkujeme, že jsme se mohli zapojit do projektu Se Sokolem do života. Už se těšíme na další ročník.“

MŠ Čistá u Litomyšle

„Posíláme Vám fotografii našich spokojených dětí a těšíme se na další ročník s Vámi.“

MŠ Kraslice, Lipová cesta

„Cvičení s opičkou Haničkou se dětem moc líbilo. Na správnost provádění cviků dohlížel sokolík Pepík a děti se moc těšily na svou první samolepku. Mockrát děkujeme.“

MŠ Vintířov

„Pohyb dětem přináší radost, a to je i naším hlavním cílem. Děkujeme, že projekt existuje.“

MŠ Zámecká, OP Husova čtvrť, Rosice

„Chceme Vám poděkovat, že s Vámi můžeme spolupracovat a podporovat děti v pohybu touto zábavnou formou.“

MŠ Wolkerova, Bílovec

„Naši předškoláci si i letos moc užili sportování se sokolíkem Pepíkem a plnění úkolů v sešitech.“

MŠ Komenského, Náchod

inzerce:

To nejlepší prostě musíš sdílet!

Pošli fotku z mobilu jako pohlednici do schránky

www.pohledniceonline.cz

PEPÍK JE MŮJ NEJOBLÍBENĚJŠÍ SOKOL

| Text: Mirka Hesová



Projekt Se Sokolem do života má samozřejmě i svého maskota – sokolika Pepíka. Toho si děti doslova zamilovaly. Jeho současnou podobu vytvořil v roce 2020 ilustrátor **Jakub Mareš, který nám dokonce poskytl původní skici, na kterých je krásně vidět, jak hledal finální podobu oblíbeného maskota.**

JAKUBE, VY JSTE DO PROJEKTU NASKOČIL AŽ V JEHO PRŮBĚHU. CO BYLO VAŠÍM ÚKOLEM?

Sokolíka Pepíka jsem převzal po grafičce, která ho kreslila přede mnou. Mým úkolem bylo udělat Pepíkovi facelift neboli redesign.

SOUČASNÁ PODOBA SOKOLÍKA PEPIKA JE TEDY VAŠE. JAK DLOUHO JSTE JI HLEDAL?

Jelikož jsem měl základní atributy Pepíka dané (je to sokol, má cvičební úbor), zase tak moc skic nevzniklo. Chtěl jsem ale, aby jeho nová podoba působila moderně a svěže; přesto ale stále poznatelně. Důležité pro mě bylo také zanechat v něm můj vlastní otisk, tedy přizpůsobit Pepíka mému výtvarnému stylu, aby se mi pokaždé kreslil dobře.

Ve skicách si ovšem Pepík prošel různými změnami tělesných proporcí, než jsem našel ten správný balanc mezi roztomilostí a elegancí sokola. V jednu

chvíli vypadal dokonce trochu jako kulturista s opravdu mocným hrudníkem, ale tenhle návrh jsem nakonec upravil na mnohem příhodnějšího, štíhlejšího atleta.

A protože jsem se vydal cestou silné stylizace, hledal jsem chvíli správnou podobu zobáku a velikosti očí. Hlavně, aby byl pro děti atraktivní. A v poslední řadě má Pepík také, oproti původní podobě, na koncích křídel pomyslné prsty, se kterými se dá lépe pracovat, když potřebuje něco držet nebo provádět nějaké snadno rozpoznatelné gesto.

KOLIK VARIANT SOKOLÍKA PEPIKA UŽ DNESKA EXISTUJE?

V první várce vznikla jak jeho základní póza se vztyčeným ukazováčkem, tak i ta s křídly v bok vyjadřující „vím všechno“, dále pohybově gramotný Pepík, který cvičí, a Pepík zamyšlený. Vytvořil jsem i animovanou znělku k videím Se Sokolem do života, kde je

Pepík vidět v pohybu.

V dalších letech pak vznikaly spíše tematické sady Pepíků. Například několik velikonočních póz či pár těch k ložskému všesokolskému sletu.

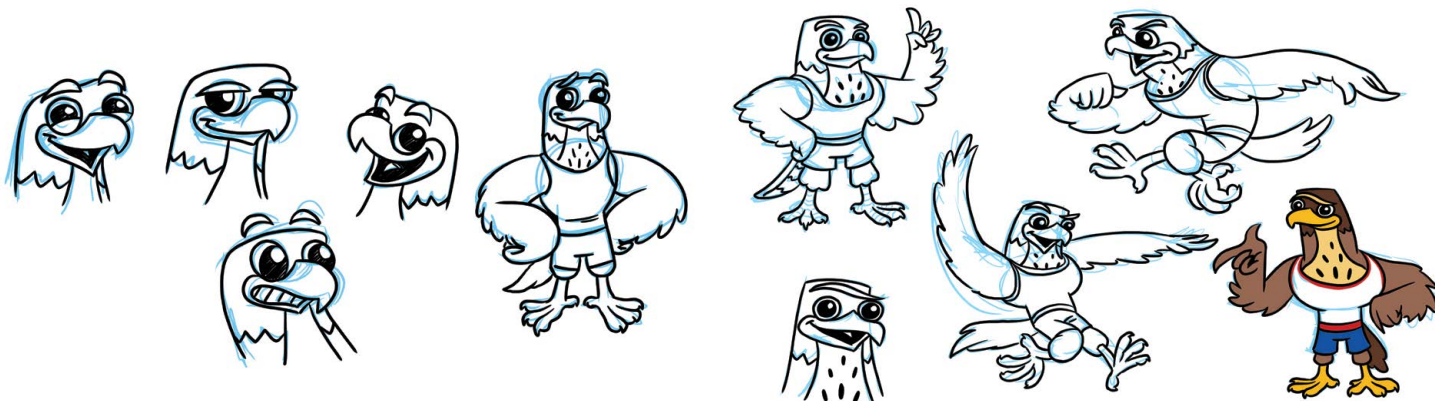
Pokud bych měl říct přesné číslo, pak jsem do dnešního dne nakreslil celkem dvanáct různých Pepíků.

CHYSTÁTE NĚCO NOVÉHO?

Zrovna teď jsem dělal takzvaného výletního Pepíka. Jde o tři nové motivy, které oblíbeného sokolika zachycují v různých situacích na výletě. Vyzývá děti i rodiče k letnímu výletování.

ČEKAL JSTE, ŽE BUDE SOKOLÍK PEPIK U DĚTÍ AŽ TAKLE OBLÍBENÝ?

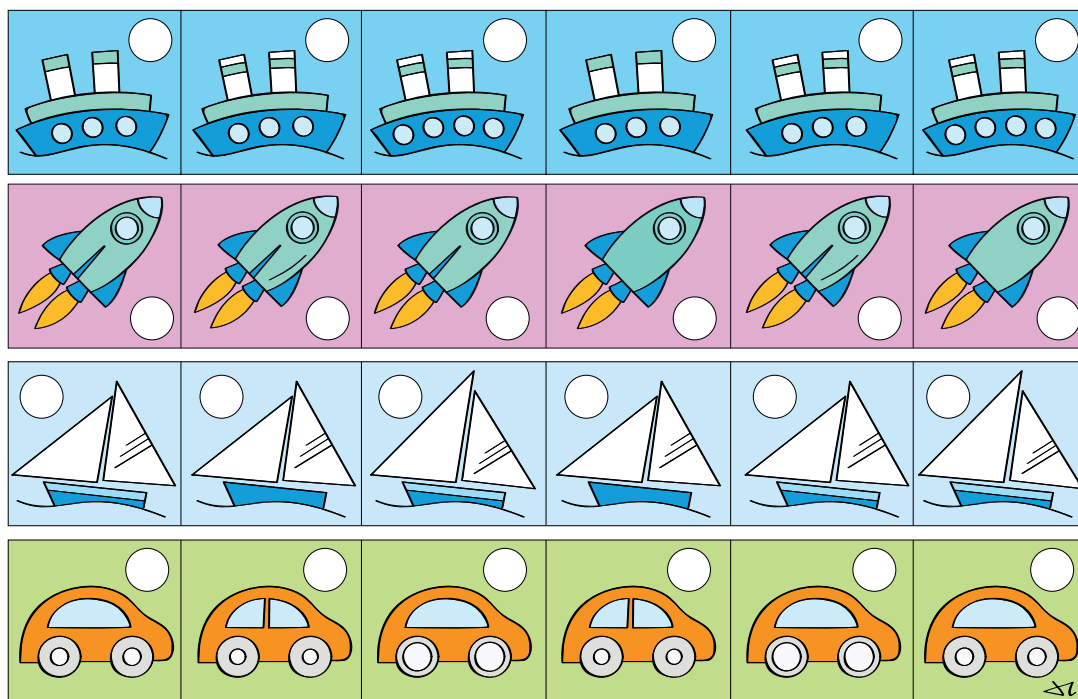
Myslím, že Pepík byl oblíbený ještě dávno před tím, než jsem se s ním začal kamarádit já. Ale samozřejmě doufám, že jsem k jeho oblíbenosti také něčím přispěl. Minimálně je to MŮJ nejoblíbenější sokol. ●



NAZDAR, SOKOLÍCI! 😊

Blíží se léto a vy už máte určitě spoustu plánů. Tábory, prázdniny u babičky nebo třeba dovolenou u moře. Když budete mít chvilku, tady jsou další úkoly od sokolíka Pepíka.

! Připravili: Jan Lukášek a Dana Uzlová, spoluautorka projektu Se Sokolem do života



Hledej v jednotlivých řádcích dvojice obrázků. Do koleček každou dvojici označ například stejnou číslicí nebo barvou.

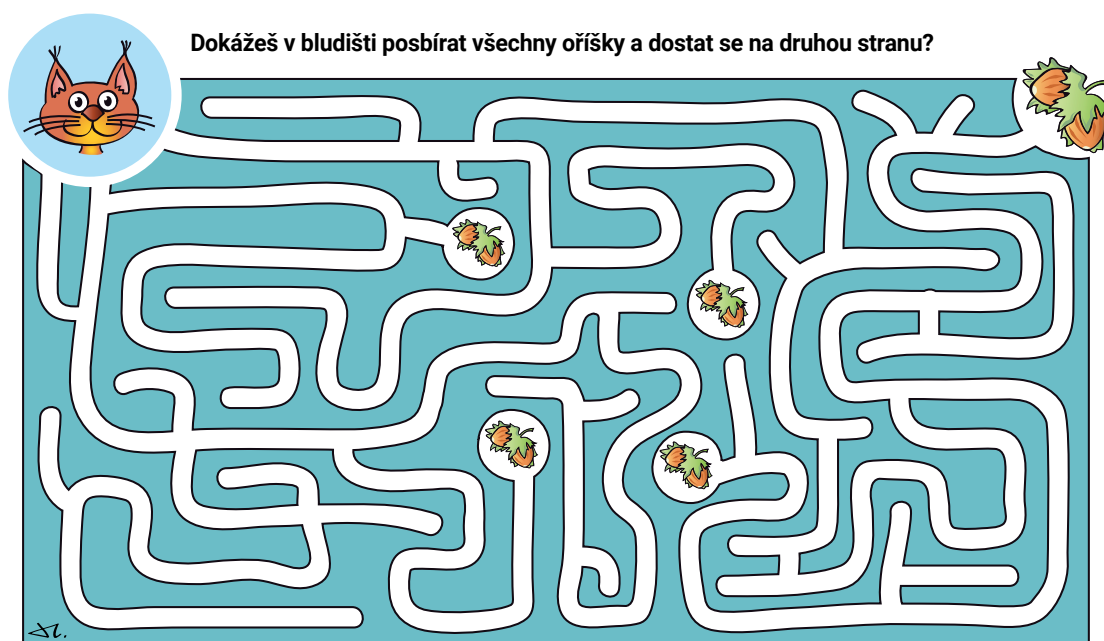




Foto: Markéta Navrátilová

SOKOL ROKU 2024

Vůbec poprvé byli během slavnostního večera ocenění i nejlepší dárci z projektu Sokolská kapka krve. První tři jednoty, které byly v roce 2024 nejaktivnější, získaly poukaz do sokolského e-shopu. ●



Cvičitelka roku Lenka Pařízková

CVIČITELKOU ROKU 2024 JE LENKA PAŘÍZKOVÁ

| Text: Jana Horká

Celoživotní sokolka, která tráví několik hodin týdně v sokolovně. Už mnoho let vede Lenka Pařízková nejenom jednotu Sokol Pardubice I, ale je i župní jednatelkou a tajemnicí. Po

celém Pardubickém kraji sem spadá 65 jednot, pro které je župa servisním centrem a metodickým pomocníkem. A Lenka je v župě důležitou postavou. „Má práce je mým skutečným koníčkem a druhým životem. Záleží mi na každé jednotě župy, a to bez ohledu na její

velikost. Ctím historii a poslání Sokola,“ říká čerstvá držitelka ocenění Cvičitelka roku 2024.

V loňském sletovém roce byla navíc župní vedoucí skladby Mravenci, která byla určena předškolákům. Sama v ní také cvičila se svými vnoučaty. V pražském Edenu se na ploše objevila i v Rockové symfonii. Kromě cvičení se během sletového týdne také starala o ostatní sestry a bratry. Byla totiž hlavní vedoucí župní výpravy a na starosti měla i ubytování.

„Jsem šťastná, že jsem vyhrála. Opravdu jsem to nečekala, protože konkurence je obrovská. Celý večer byl nádherný, v tělocvičně byla úplně jiná atmosféra, než když sem chodíme

cvičit,“ řekla Lenka Pařízková.

Podle kolegů z jednoty je Lenka celoživotně oddanou sokolkou a spolku věnuje spoustu svého pracovního i volného času. „Svým příkladným tvořivým, rozvážným a důsledným přístupem i osobním nasazením je nám všem příkladem. Dokáže si poradit i s nepředpokládanými věcmi, které se vždy při organizování nějaké větší akce najdou. A ona je řeší vždy s vlnou tváří,“ zaznělo v nominačním formuláři do ankety Sokol roku 2024.

Kromě sletu se v Pardubicích konala ještě celá řada menších akcí, jako třeba Sokolské sletové slavnosti, a Přebor ČOS mladšího žactva ve sportovní všestrannosti. A Lenka byla i tady jednou z důležitých organizátorů.

„Lenka je srdcem i duší nejen jednoty, ale vlastně i celé župy. Samozřejmě tam není jediná, ale stojí na ní opravdu hodně věcí. Je skvělou organizátorkou, a proto se v Pardubicích koná celá řada velkých sokolských akcí. Vždycky je s ní skvělá spolupráce,“ vyzdvihla náčelnice ČOS Eva Řibřidová.

Lenka je činná nejen v Sokole, ale i v kraji jako takovém, kde propaguje sokolskou činnost prostřednictvím svých funkcí ve sportovní komisi města Pardubice a v Pardubickém kraji. ●

CVIČITELEM ROKU 2024 JE RADEK ŽELINA

| Text: Jana Horká

Cvičitelem roku se v anketě Sokol roku 2024 stal Radek Želina ze Sokola Kamenný Újezd u Rokycan. Radek je motorem jednoty, v níž působí jako cvičitel a nově i jako náčelník. K tomu je i členem Sokolské stráže.

Radku Želinovi se, s nadsázkou řečeno, není možné v jednotě vyhnout. Cvičení tam vede třikrát týdně. Věnuje se rodičům s dětmi, předškolákům a školní mládeži, nebo i zdravotnímu cvičení pro seniory. „Radek je velký nadšenec ochotný udělat pro každého vše, co je v jeho silách,“ píše se v nominaci.

Slavnostní vyhlášení Sokola roku 2024 si Radek moc užil. Ocenění ho dojalo. „Moc si toho vážím. A jak vidíš, mám slzy v očích,“ řekl Radek Želina v krátkém rozhovoru krátce poté, co

sešel se sochou sokola od Jakuba Flejšara z pódia.

V roce 2024 navštívoval dvě sletové skladby. Kromě toho je také členem Sokolské stráže; na sletu nesl prapor svojí jednoty. Pravidelně se také dovzdělává. Během roku navštívil několik seminářů, které pořádá Česká obec sokolská. Právě on v regionu stojí za Sokolským během republiky.

„Jsem v Sokole asi 15 let. Pro mě už to je životní styl. Mou srdeční záležitostí je práce s dětmi,“ řekl Radek, který je aktivní i v létě, kdy jsou sokolovny zavřené. Už druhým rokem o prázdninách vede příměstské tábory. A za zmínku stojí i to, že založil a administruje webové stránky Sokola Kamenný Újezd. ●

Cvičitel roku Radek Želina





SOKOL ROKU 2024

ODBOR VŠESTRANNOSTI

Jméno/kolektiv **T. J. Sokol**

CENA RADKY DAŇKOVÉ (OBJEV ROKU 18–35 LET)

- | | |
|-------------------|------------------------|
| 1. Lucie Berková | Praha Vršovice |
| 2. Alex Houštecký | Praha Dejvice I |
| 3. Eva Špatenková | Dvůr Králové nad Labem |

CVIČITELKA ROKU

- | | |
|----------------------|------------------|
| 1. Lenka Pařízková | Pardubice I |
| 2. Jana Porcalová | Lány |
| 3. Martina Danišková | Brozany nad Ohří |

CVIČITEL ROKU

- | | |
|-----------------|-------------------------|
| 1. Radek Želina | Kamenný Újezd u Rokycan |
| 2. Pavel Hrabec | Lomnička |
| 3. Tomáš Tomsa | Turnov |

KOLEKTIV ROKU

- | | |
|-----------------------------|------------------------|
| 1. Sokol Team | Dvůr Králové nad Labem |
| 2. Cvičitelky všestrannosti | Vyškov |
| 3. Úderníci | Velký Osek |

VZDĚLAVATELSKÝ ODBOR

Autor (T. J. Sokol) **Počin**

KULTURNÍ POČIN ROKU

- | | |
|---|---|
| 1. Bohumil Gondík a kolektiv Divadla pod Petřínem (Kampa) | Divadelní hra Lucerna - zahájení sletu 2024 |
| 2. Divadelní spolek Dámská šatna (Kroměříž) | Sletová inscenace hry Vše o ženách |
| 3. Anna Jagošová (Praha Vršovice) | Přehlídka folklórních souborů na sletu 2024 |

VZDĚLAVATELSKÝ POČIN ROKU

- | | |
|--|---|
| 1. Lukáš Křemen (Sokol Libeň) | Iniciace a podíl na vzniku knihy Lví silou, vzletem sokolím |
| 2. Sokol Jablonec nad Nisou | Realizace projektu Hledání ztracené identity |
| 3. Martin Lokaj (Sokol Moravská Ostrava I) | Připomenutí památky sokola a legionáře Jana Čapka |

ODBOR SPORTU

Jméno **T. J. Sokol** **Disciplína**

KOLEKTIVNÍ SPORTY - MLÁDEŽ

- | | | |
|----------------------|-------------|----------------|
| 1. Starší dorostenky | Písek | házená |
| 2. Starší dorostenky | Nové Veselí | házená |
| 3. Dorostenky | Tymákov | národní házená |

KOLEKTIVNÍ SPORTY - DOSPĚLÍ

- | | | |
|--------------|----------------|----------------|
| 1. Oddíl žen | Písek | házená |
| 2. Oddíl žen | Tymákov | národní házená |
| 3. Oddíl žen | Hradec Králové | basketbal |

TRENÉR ROKU

- | | | |
|-------------|-------|----------|
| Jakub Holek | Opava | atletika |
|-------------|-------|----------|

JEDNOTLIVCI DO 18 LET (TZV. MLÁDEŽNICKÁ KATEGORIE)

- | | | |
|--------------------|------------------|----------------|
| 1. Soňa Artamonová | Brno I | sportovní gym. |
| 2. Michal Rada | České Budějovice | atletika |
| 3. Nina Radová | České Budějovice | atletika |
| 4. Adéla Holubová | České Budějovice | atletika |
| 5. Daniel Gurbovič | Vítkovice | zápas |
| 6. Šimon Cacek | Brno I | šerm |

JEDNOTLIVCI 19 - 23 LET

- | | | |
|------------------------|----------------|-----------------|
| 1. Jan Krček | Opava | atletika |
| 2. David Jarolímek | Hradec Králové | atletika |
| 3. Kateřina Osladilová | Klimkovice | badminton |
| 4. Jiří Synek | Kolín-atletika | atletika |
| 5. Gabriela Hošková | Písek | bojové techniky |
| 6. Matyáš Cacek | Brno I | šerm |

KATEGORIE DOSPĚLÍ

- | | | |
|---------------------------------------|----------------|----------|
| 1. Alexander Choupenitch | Brno I | šerm |
| 2. Michal Desenský | Hradec Králové | atletika |
| 3. Filip Šnejdr | Hradec Králové | atletika |
| 4. Blanka Adamová | Zlín-Prštne | kolová |
| 5. Marek Bahník | Hradec Králové | atletika |
| 6. Martina Grošupová / Miroslav Šerák | Zbraslav | tanec |

CENA STAROSTY ČOS

- | | |
|------------|-----------|
| Jiří Braný | Praha VII |
|------------|-----------|

POHLED DO DUŠE VZTEKLÉHO BATOLETE (A JEHO RODIČŮ)

| Text: Ludmila Boková,
Linka bezpečí

KDYŽ SE DÍTĚ VZTEKÁ...

Vztek, hněv, lítost a zklamání, to jsou velmi silné pocity, které mávají i s dospělými, natož pak s malými dětmi. Každý rodič nejspíš zažil, že se z jeho jindy milého a vstřícného dítěte jako mávnutím proutku stane řvoucí a vzpírající se tvor, který nereaguje na nic, je schopen válet se po zemi a říkat ošklivé věci. Pokud již umí mluvit. Když takový záchvat vypukne, je velmi těžké, ba skoro nemožné dítě zastavit.

... PROČ TO VLASTNĚ DĚLÁ? A CO SE PŘI TOM DĚJE?

Příčinou takového záchvatu zlosti dítěte je nejčastěji fakt, že věci se dějí jinak, než by si přálo. Nesmí dělat, co by se mu líbilo, nebo naopak musí dělat, co nechce. Nedostane, co by chtělo. To samozřejmě vyvolává stres a reakce dítěte je více či méně bouřlivá, a to podle jeho temperamentu. Dítě je zaplavené negativními pocity, se kterými si neví rady, a které je zcela ovládají. V prvním návalu vzteku ani není schopno vnímat okolí a signály, které rodiče vysílají. Potřebuje čas, aby se zklidnilo. Znamením, že začíná být na příjmu, je přechod od vzteku k lítosti. Charakter pláče se mění – vzteklý křik nahrazuje lítostivý pláč. Dítě, které do té chvíle kolem sebe kopalo a odmítalo fyzický kontakt, najednou touží po přitulení.

A pak teprve nastává čas v klidu s dítětem probrat, co se stalo, co se rodičům nelíbilo, a případně potvrdit, že trvají na svém. Důležité je uvědomit si, že dítě, které se propadne do takového záchvatu vzteku, není neposlušné, zlobivé a strašné. Naopak – vztek je signálem jeho pochopení, že nemá šanci, aby prosadilo své přání, a projevem jeho bezmoci.

SKUTEČNÝ VZTEK NENÍ MANIPULACÍ, TA VYPADÁ JINAK

Od záchvatu vzteku, kdy dítě skutečně svoje chování neovládá, je třeba odlišit manipulativní chování, kdy má dítě své projevy nespokojenosti částečně pod kontrolou a používá je cíleně jako vynucovací prostředek. A někdy také pro získání pozornosti. Příčiny jsou stejné jako u nezvladatelného vzteku. Vzhledem k tomu, že dítě je v tomto případě „při vědomí“, je dobré mu čas od času dát najevo, že ho dospělí slyší a rozumějí mu, ale přesto mu vyhovět nemohou. Situací, kdy není možné dítěti vyhovět, je v jeho životě mnoho a je to přirozené a v pořádku, protože takto to ve světě chodí.

KDY JE TŘEBA ZAKROČIT

Tlumit projevy je nutné vždy, pokud se dítě chová destruktivně, agresivně, nebo dokonce agresí obrací vůči sobě. Nelze mu dovolit, aby házelo věcmi, bušilo hlavou do podlahy nebo kopalo do maminky. Jakmile dítě nastartuje takové chování, je potřeba zakročit. Batole, ale i dítě předškolního věku se ještě dá fyzicky zvládnout a podržet. Zkrátka mu to nedovolit. Pomáhá krátké sevření, uchopení za ruce, otočení, aby dítě sobě nebo druhým neublížilo. Občas popustit, a tak zjistit, jestli v tom bude pokračovat. K agresivním projevům je třeba se vrátit a jasně pojmenovat, že takhle to nejde.

Někdy se stává, že rodiče strategie zvládnutí situace v průběhu záchvatu dítěte mění. Chtějí být trpěliví a pokoušejí se dítě zklidnit, pak se ale sami rozruží a sáhnou k výprasku. Nakonec ustoupí, často v lítosti a studu, že situaci nezvládli. Případně dítěti své „selhání“ kompenzují. Jiní naopak, i když už se dítě zklidnilo a chová se normálně, vrší další tresty a výhrůžky. To způsobí v duši dítěte velký zmatek.



linka bezpečí

VLASTNĚ JE DOBRĚ, KDYŽ SE OBČAS VZTEKNE

Děti si fázemi, ve kterých zpracovávají svůj stres, musejí projít. Potřebují čas, rozvahu a trpělivost rodičů. Někdy prospěje dítěti izolovat, některé to naopak ale ještě více rozruší, zejména když je to za trest. Pokud se dítě zklidní (a to se dříve či později stane), lze probrat, co se s ním dělo. Třeba mělo velký vztek, bylo mu to líto, ještě tam chtělo zůstat a podobně. To samozřejmě neznamená, že mu dospělí ustupují, nebo se dokonce omlouvají za to, že takový stav vyvolali.

Dobře zvládnutý konflikt (řadě z nich lze předejít) až do fáze útěchy a smíření posiluje vztah a důvěru dítěte k rodičům. Rodiče, kteří jsou schopni si v klidu trvat na svém a zároveň dítěti pomoci se vypořádat s jeho zklamáním, jsou pro dítě čitelní a bezpeční. Dítě se tak postupně učí porozumět svým pocitům a zvládat situace, kdy není po jeho, přijatelnějším způsobem. ●

Článek v plné verzi a další odborné texty si můžete přečíst na

www.linkabezpeci.cz/blog





VÁCLAV NOVÁK SOKOLOVÉ PROTI HEYDRICHOVI

| Text: Michal Burian, vzdělavatel ČOS | Foto: archiv ČOS

V letošním roce si připomínáme 80. výročí konce druhé světové války. V této souvislosti se v dnešním díle seriálu o osobnostech, po nichž jsou pojmenované sokolské župy, budeme věnovat jedné z nejmladších, sokolské župě Severočeské-Novákově. Župa, která vznikla až v roce 1993 oddělením od župy Krušnohorské-Kukaňovy, nese jméno hrdiny protinacistického odboje Václava Nováka, jehož sokolská rodina patřila mezi největší podporovatele parašutistů připravujících atentát na zastupujícího říšského protektora Reinharda Heydricha.

Václav Novák se narodil 18. ledna 1893 v obci Nebužely v mělnickém okrese. Stejně jako jeho otec se vyučil truhlářem a až do vzniku Československé republiky žil v rakouském Salcburku. Po svatbě nalezli s manželkou Marií domov ve většinově německých Podmoklech, které jsou dnes součástí Děčína, ale až do roku 1942 byly samostatným městem s dvojjazyčným názvem Podmokly/Bodenbach. Václav Novák se stal velmi aktivním a oblíbeným členem podmokelského Sokola a byl zvolen náčelníkem tehdy příslušné Krušnohorské-Kukaňovy sokolské župy. Právě zde vzniklo přátelství doslova na život a na smrt se starostou župy Janem Zelenkou.

Sokolem žila celá rodina Václava Nováka. Dramatická změna nastala po podpisu Mnichovské dohody a obsazení Sudet na podzim 1938. Mezi uprchlíky z pohraničí byly i rodiny Novákova a Zelenkova. Svůj nový domov našli Novákoví v Poděbradové ulici v pražské Libni nedaleko Palmovky (dnes ulice Novákových). Jejich cesta vedla opět do Sokola a Václav se stal matrikářem župy Barákovy. Po okupaci českých zemí vstoupil do řad sokolské odbojové organizace. Pro činnost v odboji byla určující především sokolská výchova a sokolský duch. Jestliže byly ostatní organizace domácího odboje zákroky gestapa, a především podzemním stanným

právem v roce 1941, těžce postiženy, sokolský odboj zůstal i přes těžké ztráty funkční. Bylo to dáno především mnohaletými blízkými osobními vazbami jednotlivých sokolů a sokolek, jež v mnoha případech symbolicky vyvrcholily v roce 1938 při nácviu a předvedení sletové skladby Přísaha republiky. Infil-trovat sokolský odboj bylo pro gestapo mnohem obtížnější, než u ostatních odbojových organizací. Sokolové se vzá-jemně znali a navíc byli ochotní přinášet oběti za své bratry a sestry. Odboje se účastnily celé sokolské rodiny.

Obec sokolská v odboji i její součást Jindra, nazvaná po slavné postavě sokolské historie Jindřichu Vaníčkovi, se z represí rozpoutaných po příchodu Heydricha do protektorátu vzpama-továvala stejně obtížně jako ostatní postižené organizace. Část jejich před-stavitelů v čele s Janem Zelenkou ale reagovala vytvořením radikální skupiny Říjen, která dostala jméno právě podle 8. října, kdy Heydrich rozpoutal krvavou „Akci Sokol“. Vznikla tak skupina odhod-laná pomstít smrt svých sokolských bratrů, a to za cenu jakýchkoliv obětí. Kromě Jana Zelenky patřili do skupiny Říjen především Václav Novák, staros-ta Sokola Michle Jaroslav Pechman, náčelník vysočanského Sokola Miroslav Piskáček, místonáčelník župy Barákovy František Hejl, župní vedoucí dorostu Antonín Oktábec a další.

Po vysazení skupiny ANTHROPOID

v prosinci 1941 proběhla schůzka několika členů skupiny Říjen, kteří se rozhodli poskytnout parašutistům veške-rou podporu. Rodina Novákových patřila mezi nejbližší spolupracovníky parašu-tistů Jana Kubiše a Josefa Gabčíka. Na začátku ledna 1942 se Václav Novák spolu s Jaroslavem Piskáčkem vydal do Nehvizd, kde parašutisté seskočili, aby z provizorního úkrytu odvezli výsadko-vý materiál. Do pomoci parašutistům zapojil také další spolehlivé sokoly.

Během krátké doby se podařilo vybudovat mimořádně rozsáhlou síť pod-porovatelů. Sokolové spolu s některými pracovníky bývalé Masarykovy ligy proti tuberkulóze a mnoha dalšími spolupa-covníky poskytli parašutistům ilegální byty v Praze a další potřebnou pomoc. Patřilo k ní především obstarávání pracovních knížek, potravinových lístků, zdravotních potvrzení vyčleňujících para-šutisty z pracovní povinnosti, potravin, financí a v neposlední řadě informací napomáhajících v přípravách k útoku na Heydricha. Nelze totiž zapomínat na skutečnost, že se oba parašutisté pochá-zející z venkova ocitli v prakticky zcela neznámém prostředí. Povědomí vedení zahraničního odboje o protektorátní realitě, zvláště po Heydrichových repre-sáliích, bylo také velmi mlhavé. Počínaje lednem se tak Jan Kubiš a Josef Gabčík detailně seznamovali s prostředím a za pomoci spolupracovníků získávali cenné údaje o svém „cíli“, jeho zvycích, trasách a podobně.

Jan Kubiš s Josefem Gabčíkem přespávali často v bytě Novákových a zraněný Kubiš sem dorazil i krátce po atentátu. Marie Nováková ihned poslala svou nejmladší dceru Jindřišku, aby vyzvedla kolo, jež Jan Kubiš nechal u prodejny Baťa na rohu Slavatovy a Pri-mátorské ulice.

Novákoví byli zatčeni 9. čer-vence 1942 a podrobeni brutálním výsledkům. Stanný soud je 29. září 1942 v nepřítomnosti odsoudil k trestu smrti. Manželé Novákoví byli spolu se synem Václavem a dcerami Annou, Jindřiškou a Miroslavou popraveni 24. října 1942 v koncentračním táboře Mauthausen. Jindřišce bylo čtrnáct let, její sestře Miroslavě sedmnáct, patřily tak mezi nejmladší oběti nacistického teroru. ●



Sokolská rodina Nováková

SENIORSKÁ AKADEMIE

ČESKÉ OBCE SOKOLSKÉ
PRO VEŘEJNOST

**ZVEME NA JARNÍ
SENIORSKOU
AKADEMII ČOS**



Letiště
Praha

Během dvou jarních termínů se dozvíte teoretické i praktické informace, jak se vypořádat s úskalími, která se objevují ve stáří. Akce je zdarma a je určená pro seniory nejen z řad sokolů, ale i široké veřejnosti. Každý seminář bude zaměřen na dvě témata, přičemž

pohyb bude součástí každého z nich. Bude se hovořit o zdravé výživě a doplňcích stravy. Jsou potřeba, či nikoliv? Psycholog probere témata týkající se stresu a vyrovnávání se se zátěžovými situacemi. Dojde i na vysvětlení různých typů podvodů, které číhají na internetu,

a na poučení, jak jim nenaletět. Začíná se přednáškami a poté následuje praktická ukázka se cvičením. Kdo nechce nebo nemůže cvičit, může odejít po teoretické části. S sebou je potřeba mít psací potřeby, oblečení a obuv na cvičení, stejně jako ručník a pití. (hoj) ●

TERMÍN: 19. 6. 2025 OD 9:30 DO 12:00, SOKOL HOROMĚŘICE



Po několika letech se Sokol opět představil na jarním veletrhu FOR KIDS v Praze Letňanech. Pro návštěvníky sokolové připravili gymzónu o rozloze 570 m². V nabídce byl airtrack, miniho-
rolezecká stěna a spousta dalších pohybových aktivit, které jsou vhodné pro děti i pro dospělé.

Zhruba 21 tisíc návštěvníků mohlo projít také promostánkem s informacemi o Sokole a jeho programech či akcích. Prezentaci našeho spolku zpestřilo i vystoupení oddílu moderních gymnastek ze Sokola Hodkovičky. (hoj) ●

SOKOLSKÝ ODZNAK ZDATNOSTI PROVĚŘÍ ŽACTVO

Posoudit pohybové schopnosti a dovednosti nejen sokolského žactva, ale i ostatní populace této věkové kategorie. To je cíl nového projektu Sokolský odznak zdatnosti. Pokud tedy cvičíte nebo trénujete děti tohoto věku, určitě se s nimi do akce zapojte. Navíc je to i dobrý nástroj na porovnání kondice s ostatními.

Sokolský odznak zdatnosti (SOZ) nabízí sedm základních a tři volitelné disciplíny. Ten, kdo jej chce získat, jich musí splnit alespoň osm. Akce je zaměřena na kategorii žactva, pro niž jsou zpracovány popisy disciplín včetně metodických pokynů, nákrešů, videí a instrukcí pro zapisování či odesílání naměřených výkonů.

Co lze získat? Vedle náplně cvičebních jednotek a posouzení úrovně

pohybových schopností a dovedností žactva, i individuální ocenění. Ke každému získanému odznaku patří i certifikát. Ti, kteří se do plnění úkolů zapojí, dostanou pamětní list.

Plnění SOZ je výzvou nejen pro velké tělocvičné jednoty, ale především pro ty malé, které nemají ideální podmínky a nezapojují se do soutěží, jakými jsou například ty ve sportovní všestrannosti a podobně.

Podrobné informace o sokolském odznaku zdatnosti, včetně metodických videí k jednotlivým disciplínám, najdete na webu. ●



QR KÓD SOZ

JARO VE ZNAMENÍ PŘEHLÍDEK SOKOLSKÉ KULTURY

| Text: Marcela Mandová

| Foto: Sokol Lázně Toušeň, LD Přerovský Kašpárek



Poslední dubnový víkend patřil XIII. národní přehlídce sokolských divadel v Lázních Toušeň. Místní jednota s divadelním spolkem ji pořádají už od roku 2000, kdy se v tomto formátu konala poprvé.

V sokolovně se postupně představilo sedm sokolských divadel, včetně místního divadelního spolku se scénickou mší Dematernalizace.

Repertoár byl letos zaměřen na komedii, ať už šlo o odpočinkovou hru pro seniory, která je z prostředí domova a kterou sehráli sokolové z Předměřic nad Labem, či o manželskou etudu s názvem Půl druhé hodiny zpoždění v podání Divadla pod Petřínem (Sokol Kampa). Litovelský Spurníkův ochotnický soubor představil soudobou černou komedii s vlastní hudbou a názvem Co s námi teď bude. Pathalie z Nového Hradce Králové předvedla hned dvě komedie v jedné, a to kus, jenž se jmenoval Potkali se u jeskyně, který pojednává o dvou starcích a věčném mládí, a zároveň i Potkaly se u jeskyně, což je konspirace na motivy českých mýtů.

Každá toušeňská přehlídka myslí také na malé diváky, proto v programu nechyběly ani dvě pohádky. Soubor Jana Lišky ze Sokola Třešť krásně odehrál pohádku Tajemství obrazu. V neděli ochotníci ze Sokola Dobřív připravili pohádku O hloupém Honzovi.

V rámci tradičního sobotního přijetí u starosty městyse byl udělen zlatý odznak J. K. Tyla sestře Dagmar Navrátilové, herečce, režisérce a organizátorce amatérského divadla v Kroměříži.

Odborný lektorský sbor, který je nedílnou součástí těchto přehlídek a dává souborům zpětnou vazbu, byl, stejně jako diváci, spokojen. ●



Mezi 16. a 18. květnem se uskutečnila 12. celostátní přehlídka sokolských loutkových divadel v Přerově. Loutkářství má v Sokole svou tradici, stejně jako pořádání této přehlídky. Zdejší loutkové divadlo, které vzniklo už v roce 1915 jako jedno z prvních na Moravě, slaví letos už 110 let.

Program byl opravdu nabitý. Malí i velcí diváci zhlédli během tří dnů celkem jedenáct představení. Deset z nich obstaraly sokolské soubory, v sobotu se představila Jitřenka z DDM v Mladé Boleslavi, a to s černým divadlem.

Na slavnostním zahájení primátor Přerova předal pamětní listy a k významnému životnímu jubileu poblahopřál sestře Marii Veřmiřovské, principálce přerovského loutkového divadla.

K vidění byly klasické pohádky a autorské hry. S prvním představením vystoupila Pronítka z Prostějova s pohádkou Kašpárek to spletl. Po něm děti viděly Káčátko, hru souboru Kašpárkovi kamarádi z Olšan. Úžasná interakce s publikem fungovala při představení Dlouhý, široký a bystrozraký v podání Divolodi z Českých Budějovic. Sobotní program otevřel Přerovský Kašpárek s klasickou pohádkou Zlatovláska. Další klasiku,

tedy Perníkovou chaloupku, zahrál Bubeníček z Královských Vinohrad. Hostivařský Frydolin představil hru Beránci a ospalý čert.

V neděli jako první vystoupil Pražský Kašpárek s pohádkou Odvážný Matěj. Zásadské divadlo Prokůpek vzalo diváky na Strašidelný hrádek. Strašidelné bytosti pak provázely přehlídku až do konce. Libeňský Nástup totiž ukázal, co znamená Sokolské peklo, a Pimprlata z Valašského Meziříčí na závěr zahrála pohádku s názvem Čerti na hradě.

Nechyběl ani tradiční seminář o vedení loutek v podání Martina Kláska, který je neodmyslitelně spojený se Spejblem a Hurvínkem. ●





Lev Michael Holý

NA ŠERMÍŘSKÝ SOKOL CUP PŘIJELO REKORDNÍCH 105 MUŽŮ ZE 17 ZEMÍ

| Text: Pavel Vaníček

Vítězem mezinárodního turnaje Sokol Cup U23, tedy 65. ročníku Tvarůžkova memoriálu, se stal brněnský fletista Lev Michael Holý. Odvezl si pohár a krásné šermířské ceny. Lev se bil jako opravdový český lev. Ve finále výsledkem 15:11 porazil Rogera Romera z Venezuely. O bronzové příčky se podělili Petar Files z Chorvatska a Hlib Mukhora z Ukrajiny. Další místa obsadili

v tomto pořadí Peter Bodo z Maďarska, Borna Špoljar z Chorvatska, Alexander Culkin z Velké Británie a Bohdan Pnivhuk z Ukrajiny.

Počet startujících mužů poprvé v historii přesáhl magickou stovku. Celkem startovalo 105 mužů ze 17 zemí, což byl historický rekord turnaje.

Vše probíhalo ve velmi přátelské atmosféře, zápasy se nesly v duchu fair play. Ohlasy hostů, kteří přislíbili účast i v příštím roce, byly velmi pozitivní. Turnaj si parádně užila i mladičká generace šermířů, která fandila úžasně.

Součástí turnaje je i soutěž žen. Letos se konal v pořadí již 55. ročník Moravanky, který od loňského roku nese název Moravanka - Memoriál Milana Peštála. Vítězkou se stala podruhé v historii rakouská reprezentantka Lilli Maria Bruggerová, která turnaj poprvé ovládla už v roce 2023. V dramatic-

kém finále porazila o pouhý zásah, tedy 15:14, českou reprezentantku Michalu Illekovou ze Sokola Bystřice nad Pernštejnem. O třetí místa se podělily Jazmin Sperka z Maďarska a Uliana-Dumitrita Josan z Moldávie. Do finálové osmičky se probojovaly ještě dvě české reprezentantky: Štěpánka Němcová a Kateřina Nemeškalová, která byť je ještě žačkou, je už velkým talentem českého šermu. Poháry finalistkám předala sestra Mirka Peštálová, která v roce 1969 u zrodu turnaje stála. ●



Sokol Cup

PŘEBORU ČOS VE SPORTOVNÍ GYMNASITICE SE ZÚČASTNILO 130 ZÁVODNÍKŮ

| Text: Bohumír Veselý



Přebor ČOS sportovní gymnastika

V sobotu 3. května se v Brně konalo finále Přeboru ČOS ve sportovní gymnastice. Samotnému závodu předcházela kvalifikace, která byla o týden dřív. Byl to závod s hojnou účastí. Ostatně 130

závodníků hovoří za vše. Nouze nebyla ani o skvělé sestavy a gymnastické triky.

V kategorii U9 – nejmladší žáci

(ročník 2016) dominoval Benjamin Knott z Kladna následovaný Filipem Horáčkem z Liberce a kolínským závodníkem Bogdanem Barghelem. Ročník 2017 ovládl Filip Matoušek z Rosic, druhý se umístil Jakub Novák z Kolína a bronz získal domácí Tomáš Kvaček. I ročník 2018 měl svého přeborníka, kterým se stal Matěj Švec z Českých Budějovic, stříbrný byl Alex Schmiedl z Liberce a bronz si odvezl Mathias Zelík do Zlína.

Kategorii U11 – mladší žáci ovládl s velkým náskokem Vít Kubera z Kolína, druhý skončil jeho týmový kolega Jan Prokop Převrtil a třetí příčku obsadil Maxmilián Uchytíl z Prahy Vršovic.

Kategorie U13 - starší žáci vynesla do čela brněnského závodníka Eduarda Gru-

liča. Stříbro zůstalo rovněž v domácím oddíle zásluhou Petera Carla Smitha a bronz si odvezl do Kolína Robert Horák.

Další kategorií byli kadeti, kde zlato bral zlínský závodník Martin Slezák, stříbro Jakub Kýr z Prostějova a bronz David Slezák ze Zlína.

Mezi **dorostenci** dominoval bučovický borec Viktor Brázda, druhý se umístil Petr Cepelcha z Rokycan a třetí byl Matyáš Pechač z Prahy Vršovic. Juniorskou kategorii ovládl domácí Tomáš Kalinič, kterého následoval jeho oddílový kolega Jan Bartošovský. Bronz putoval do Kolína zásluhou Vojtěcha Daňka. Celé finále završila kategorie mužů, kde na nejvyšší příčku vystoupal Ondřej Pluhař ze Zlína, druhý byl Pavel Mráz z Plzně a bronz si odvezl Jaroslav Skokan z Prahy Vršovic. ●

SOKOL STRÁŽNICE POŘÁDAL TURNAJ VE FLORBALU | Text: Vojtěch Studénka

Ve dvou březnových sobotách, tedy 1. a 29. 3., se v tělocvičně ZŠ Školní ve Strážnici konal domácí turnaj elévů. Oba dva dny přinesly napínavá utkání a vzrušující momenty. Druhý turnaj zahájil Richard Macků, místostarosta města Strážnice.

Domácí tým postupně přivítal tyto soupeře: ŠSK Očovská Hodonín Blue, Florbal Hodonín Black, Florbal Hodonín, F. A. T. R. Dubňany Black, Sokol Břeclav, FBC Slavkov Red, FBC Slavkov-Holubice a FBC Valtice.

Celý tým Sokola Strážnice se pre-

zentoval bojovným výkonem a předvedl řadu povedených akcí, které potěšily jak trenéry, tak fanoušky. Zápasy byly plné nasazení a emocí, přičemž naši mladí florbalisté ukázali, že se soupeřům nebojí postavit. Každý zápas byl cennou lekcí a motivací do dalších tréninků. ●

LASKAVÍ PARTNEŘI ČESKÉ OBCE SOKOLSKÉ



GENERÁLNÍ PARTNER



GENERÁLNÍ INSTITUCIONÁLNÍ PARTNER



NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA

HLAVNÍ PARTNEŘI



ALPINE PRO

PARTNER



GENERÁLNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER



HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNEŘI

deník.cz

Radiožurnál
Sport
Český rozhlas

OFICIÁLNÍ DODAVATEL



VEDEME ČECHY K POHYBU A SPOLEČNÉ AKTIVITĚ

PROHLÉDNĚTE SI NOVINKY NA E-SHOPU



NOVÁ KOLEKCE K VÝROČÍ 100 LET TYRŠOVA DOMU

Tato nová kolekce vychází z muralu, kterým vyzdobil známý streetartista Michal Škapa zeď Tyršova domu. Zatímco mural je dočasný, kousky z této kolekce vám vydrží.



JARNÍ KOLEKCE ZNAČKY

ALPINE PRO



Oblečení ALPINE PRO je stvořené pro pohyb. Pokud se rádi hýbete a chcete ukázat, že Sokol je to, co nosíte ve svém srdci, je tato kolekce připravená pro Vás.

ALPINE PRO

