



Kopretina

Dům dětí a mládeže Plasy



Nabídka
zájmové činnosti

2024/2025

Dům dětí a mládeže Kopretina Plasy

Tato volnočasová organizace sídlí na adrese Stará cesta 407, v budově se ZUŠ Plasy.

Činnost DDM Kopretina je zaměřena na širokou veřejnost a potřeby obyvatel města a okolí. Nabídka je určena pro děti, žáky, dospělé i seniory. Nabízené kroužky mají zaměření výtvarné, technické, sportovní, přírodovědné, jazykové a společensko-vědní.

Součástí činnosti je i pořádání akcí pro veřejnost, jako je: Halloween, Mikulášská nadílka, Maškarní bál, akce pro seniory, Čarodějné odpoledne, vystoupení kroužků – Odpoledne s Kopretinou, Den dětí a další tradiční akce.

Každým rokem je také uskutečněn letní pobytový tábor v Mladoticích na táborové základně Rexík. Děti bydlí v chatkách. Celotáborové hry jsou zaměřeny především na poznávání přírody a světa kolem. K celkové činnosti můžeme nabídnout i příměstské tábory s různou tematikou.

- DDM sídlí v těsné blízkosti MŠ, ZŠ a Gymnázia a SOŠ
- DDM nabízí nejrůznější aktivity pro širokou veřejnost
- DDM provozuje svoji činnost ve stejné budově jako ZUŠ – návaznost aktivit
- Před DDM jsou autobusové zastávky – pro dojíždějící
- DDM spolupracuje s místními organizacemi

Nabídka kroužků 2024/2025

Oblast tělovýchovy, sportu a zdravého životního stylu

01 Aerobic pro děti od 1. třídy – pátek, 16:00 – 17:00, tělocvična DDM

- Základní taneční kroky
- Sestavy za doprovodu hudby, rozcvičení
- Koordinace, relaxace, lehké protažení
- Využití fitness stepperů
- Hudební citění

Vedoucí kroužku: Bc. Barbora Hanzlíčková

Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč za pololetí

02 Cvičení rodičů a dětí – čtvrtek, 16:45 – 17:45, tělocvična DDM

- Adaptace v kolektivu
- Rozvoj správného držení těla
- Návlek na hudbu
- Rodičovská názornost
- Kolektivní hry

Vedoucí kroužku: Mgr. Tereza Čechová

Úplata za zájmové vzdělávání: pár = rodič + dítě 800 Kč za pololetí (platba za 2. dítě + 200 Kč)

03 Taekwon-do ITF od 1. třídy – pondělí, 16:30 – 18:00, tělocvična ZŠ

- Fyzické a duševní zdokonalení
- Dodržování 5 zásad: zdvořilost, čestnost, vytrvalost, sebeovládání, nezdolný duch
- Objevování vlastních možností
- Zvládání základních technik a sestav
- Prezentace

Bude potřeba počítat s investicí do obleku a s příspěvkem Svazu taekwon-da (možnost tréninků v Kralovicích)

Vedoucí kroužku: Bc. Pavel Kučera

Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč za pololetí



04 Taneční kroužek pro děti od 4 let – pondělí, 15:45–16:45, tělocvična DDM (s možností vyzvednutí z MŠ v 15:25)

- Zábavná rozcvička
- Tanec s prvky latinskoamerického tance
- Tanec hravou formou, kolektivní hry
- Lehká choreografie

Vedoucí kroužku: Mgr. Nikola Nová

Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč za pololetí

05 Gymnastika od 4 let – středa, 15:00–16:00, tělocvična ZŠ

- Tělesný a pohybový rozvoj člověka
- Důraz na esteticko-koordinační charakter těla
- Osvojování si základních pojmů gymnastického názvosloví
- Rytmizace pohybu
- Nauka o tom, jak zvětšovat pohyblivost a podporovat zdatnost
- Základní gymnastické sestavy
- Cvičení na gymnastickém nářadí

Vedoucí kroužku: Anna Mutinská

Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

06 Jóga pro děti od 1. třídy – středa, 14:45–15:45, tělocvična DDM

- Dýchání a držení těla
- Protahení, relaxace
- Uklidnění mysli
- Zvládnání základních jógových pozic
- Jógové sestavy hravou formou
- Rovnováha – pozice na balančních čočkách a míčích

Vedoucí kroužku – terapeut: Andrea Henzlíková

Úplata za zájmové vzdělávání: 900 Kč za pololetí

07 Šipky od 3. třídy – pondělí, 17:00–18:00, tělocvična DDM

- Nauka základních pravidel hry
- Koordinace pohybu a rozvíjení přesnosti
- Podporování sebekázně
- Rozvíjení principu fair play (úcta k soupeři)
- Zábavná a moderní forma sportu pro každého

Vedoucí kroužku: Michal Novák, Ludmila Klaubová

Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč za pololetí

08 Zdravotní cvičení ženy – pondělí, 18:15–19:15, tělocvična DDM

- Pestré cviky zaměřené na odstranění svalových disbalancí
- Posílení svalového korzetu
- Obnovování správného držení těla
- Cvičení s využitím cvičebních a rehabilitačních pomůcek

Vedoucí kroužku: Ing. Veronika Kašková, Petra Hoppová

Úplata za zájmové vzdělávání: 1000 Kč za pololetí

09 Cvičení na míčích pro dospělé – středa, 19:00–20:00, tělocvična DDM

- Cvičení pro pevné břicho, stehna, hýždě
- Pro odstranění svalové nerovnosti
- Balanční, protahovací a posilovací cviky
- Propojení cviků s hudebním doprovodem
- Cvičení pro radost z pohybu a zdravý způsob života

Vedoucí kroužku: Mgr. Jaroslava Domabylová

Úplata za zájmové vzdělávání: 1000 Kč za pololetí

10 Jóga pro dospělé I. – úterý, 16:15–17:45, tělocvična DDM

- Správné držení těla
- Protahení
- Uklidnění mysli
- Sebesoustředění
- Odpočinek

Vedoucí kroužku: Lenka Ryšicová

Úplata za zájmové vzdělávání: 1200 Kč za pololetí

11 Jóga pro dospělé II. – úterý, 18:00–19:30, tělocvična DDM

- Správné držení těla
- Protahení
- Uklidnění mysli
- Sebesoustředění
- Odpočinek

Vedoucí kroužku: Lenka Ryšicová

Úplata za zájmové vzdělávání: 1200 Kč za pololetí



12 Cvičení na stepperech – čtvrtek, 19:00–20:00, tělocvična DDM

POZOR – ZAČÁTEK OD 6. 1. 2025

- Formování postavy
- Zpevnění celého těla
- Posílení svalových skupin horních i dolních končetin
- Spalování kalorií pomocí tzv. kardio tréninku
- Vyplavení endorfinů
- Relaxace a protažení na závěr
- Věk nehraje žádnou roli

Vedoucí kroužku: Petra Hoppová

Úplata za zájmové vzdělávání: 1000 Kč za pololetí (poplatek za leden 300,-)

13 Aktivita v Rybnici – čtvrtek, 16:00–17:00, prostory OÚ Rybnice

- Seznámení dětí s kolektivem a dění kolem něj
- Pomocí říkadel procvičování koordinace těla
- Pohybové aktivity
- Kreativní tvoření
- Tematické výrobky

Vedoucí kroužku: Klára Sajnerová

Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

Oblast esteticko-výchovných činností

14 Keramika a další kreativní tvoření pro předškoláky – pondělí, 14:30–15:30, dílna DDM (s možností vyzvedávání dětí z MŠ v 14:00)

- Jednoduchá tvorba
- Základní pojmy a základní techniky
- Ruční glazování
- Rozvoj jemné motoriky a zručnosti
- Tematická tvorba k různým příležitostem
- Poznávání vlastních možností

Vedoucí kroužku: Eva Janská

Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč za pololetí

15 Keramika a další kreativní tvoření od 1. třídy – pondělí, 15:30–16:30, dílna DDM

- Jednoduchá tvorba
- Základní pojmy a základní techniky
- Ruční glazování
- Rozvoj jemné motoriky a zručnosti
- Tematická tvorba k různým příležitostem
- Poznávání vlastních možností

Vedoucí kroužku: Eva Janská

Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč za pololetí

16 Keramika a další kreativní tvoření pro pokročilé – pondělí, 16:30–18:00, dílna DDM

- Návrh vlastní tvorby
- Rozvoj pokročilých technologických postupů
- Ruční glazování
- Rozvoj zručnosti
- Tematická tvorba k různým příležitostem
- Poznávání vlastních možností
- Dokončovací práce

Vedoucí kroužku: Ivana Lavičková, DiS.

Úplata za zájmové vzdělávání: 900 Kč za pololetí

17 Základy výroby šperků od 1. třídy – středa, 13:00–14:00, klubovna DDM (možnost vyzvednutí v družině ve 12:45)

- Jednoduchá tvorba
- Seznámení s postupy a nástroji
- Tvorba z různorodých materiálů
- Rozvoj jemné motoriky a zručnosti
- Návrh vlastních šperků, navlékání náramků, výroba náušnic

Vedoucí kroužku: Ivana Lavičková, DiS.

Úplata za zájmové vzdělávání: 900 Kč za pololetí



Oblast společenských věd

18 „Angličtina v pohybu“ od 1. třídy – pondělí, 14:35 – 15:20, tělocvična DDM (možnost vyzvednutí v družině ve 14:30)

- Rozšiřování znalostí, porozumění pokynům
 - Slovní zásoba, pochopení obsahu, správná výslovnost
 - Komunikace a konverzace
 - Okruhy každodenního života
 - (Po skončení kroužku možnost přechodu na keramiku od 15:30)
- Vedoucí kroužku: Mgr. Nikola Nová
Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

19 „Angličtina v pohybu“ pro děti od 4 let – úterý, 15:15 – 16:00, tělocvična DDM (možnost vyzvedávání dětí v MŠ v 15:00)

- Základy jazyka
 - Kreativní hodiny
 - Okruhy každodenního života
 - Vše formou her, pohybových aktivit, říkanek a písni
- Vedoucí kroužku: Mgr. Nikola Nová
Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč za pololetí

20 Klub maminek a dětí od 1 roku (chodící dítě podmínkou) – středa, 9:00 – 10:30, prostory DDM

- Seznámení dětí s kolektivem a dění kolem něj
 - Pomocí říkadel procvičování koordinace těla
 - Seznamování s různými cvičebními pomůckami
 - Pohyb v kolektivu a orientace v prostoru
 - Příprava pro vstup do MŠ
- Vedoucí kroužku: Ivana Lavičková, DiS.
Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pár – rodič + dítě
(platba za 2. dítě + 200 Kč)

21 Deskové hry od 1. třídy – pátek, 13:00 – 14:30, klubovna DDM (možnost vyzvednutí v družině ve 12:45)

- Nauka základních pravidel deskových her
 - Rozvíjení principů fair-play
 - Hra, uvolnění, soutěže
 - Trénink paměti a trpělivosti
 - Vývoj vlastní hry
- Vedoucí kroužku: Tomáš Kufner
Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

22 Šachy pro začátečníky od 5 let – středa, 16:00 – 17:00, klubovna DDM

Proč hrát šachy?

- Zlepšují paměť
 - Zvyšují jazykové, matematické schopnosti i schopnost číst
 - Učí, jak myslet logicky, učí, jak vybrat nejlepší volbu z více možností
 - Zlepšují soustředění a vytrvalost
 - Učí nejprve myslet a až potom konat
 - Naučíme se hravou formou pravidla a základy jedné z nejstarších her na světě
 - Řekneme si, co je šach, mat, pat, rošáda či dokonce "braní mimochodem"
 - Vysvětlíme si základní šachové pozice
 - Zkusíme si prohrávat, abychom se mohli zlepšovat
 - Ukážeme si, jak hrát šachy a zlepšovat se s pomocí internetu
- Vedoucí kroužku: Petr Hrdina, Zdeněk Bartoniček, Anna Bartoničková
Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč

23 Šachy pro mírně pokročilé od 2. třídy (dítě by mělo umět dát mat králem a dámou, případně králem a věží) – středa, 17:00 – 18:00, klubovna DDM

- Budeme nadále rozvíjet své šachové dovednosti
 - Výuka šachových zahájení
 - Základy koncovek
 - Výuka útoků na rošádu
 - Tvorba plánu v šachové partii
 - Řešení šachových úloh
 - Budeme se snažit porážet tátu, mámu nebo dědu
 - Ukážeme si, jak hrát šachy a zlepšovat se s pomocí internetu
- Vedoucí kroužku: Petr Hrdina, Zdeněk Bartoniček, Anna Bartoničková
Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč



24 Dramatický kroužek a loutkoherectví pro děti od 1. třídy – čtvrtek,

15:00 – 16:30, prostory DDM

- Rozvoj představivosti, fantazie, kreativity
- Procvičení paměti a řečových dovedností
- Práce s mezilidskými vztahy
- Práce ve fiktivní situaci – hra postav, využití vlastních schopností
- Výroba kulís a masek, loutek
- Vystoupení

Vedoucí kroužku: Martina Jíchová Malásková

Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

Oblast pracovní-technická

25 3D tisk/3D modelování od 2. třídy – pondělí, 15:00 – 16:00, klubovna DDM

- Tvorba vlastních 3D modelů
- Hledání hotových modelů pro tisk
- Práce s nejčastěji používanými filamenti
- Práce na 3D tiskárně – tisk/kalibrace
- Úprava 3D modelů po tisku (post-processing)

Vedoucí kroužku: Bc. Pavel Kučera

Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

26 Mladý kutil od 2. třídy – pondělí, 14:00–15:00, klubovna DDM

- Rozvíjení zručnosti, kreativity, představivosti a trpělivosti
- Získání znalostí základního nářadí a jeho bezpečného používání
- Práce s elektrickým nářadím
- Tvoření výrobků ze dřeva a jiných materiálů

Vedoucí kroužku: Bc. Pavel Kučera

Úplata za zájmové vzdělávání: 900 Kč za pololetí

27 Škola vaření od 1. třídy – středa, 15:30–17:30, kuchyně DDM

- Hygienické návyky v kuchyni
- Manuální zručnost
- Vlastnoruční výrobky
- Samostatnost a sebeobsluha
- Společná ochutnávka vyrobeného
- Úklid

Vedoucí kroužku: Klára Sajnerová

Úplata za zájmové vzdělávání: 900 Kč za pololetí

28 LEGOmánie a PCmánie od 1. třídy – pátek, 14:45–15:45, klubovna DDM

- Rozvoj jemné motoriky a paměti
- Stavění podle návodů i vlastní fantazie
- Týmová spolupráce
- Programování pomocí robotické stavebnice
- Kreativní řešení problémů
- Prezentace svých staveb, rozvoj komunikačních dovedností
- Základy práce s počítačem
- Úvod do programování (Scratch)
- Rozvoj digitální gramotnosti
- Práce s grafickými programy
- Řešení problémů a úloh prostřednictvím her

Vedoucí kroužku: Tomáš Kufner

Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

Oblast přírodovědná

29 Chovatelský kroužek – úterý, 15:00 – 16:00, prostory ZOO Plasy

- Základní znalosti o chovu zvířat
- Bezpečnost při práci
- Péče o zvířata
- Záznamy o pozorování
- Prohloubení znalostí zeměpisných a přírodopisných
- Ochrana životního prostředí

Vedoucí kroužku: Petr Neuman, Monika Malichová

Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí



Příležitostná činnost DDM Kopretina 2024-25

ZÁŘÍ

Nábor do kroužků, odevzdávání přihlášek do 30. 9. 2024,
informace k nabízeným činnostem
28. 9. 2024
Olympijské odpoledne s Kopretinou (informace budou upřesněny)

ŘÍJEN

7. 10. 2024
Zahájení činnosti zájmových kroužků
16. 10. 2024
Setkání seniorů – podzimní vyrábění, od 14:00, 150 Kč
22. 10. 2024
Vyřezávání dýní, 150 Kč za dýni
29. – 30. 10. 2024
Podzimní prázdniny v DDM (informace budou upřesněny)
31. 10. 2024
Lampionový průvod na Velké louce od 17:00, 80 Kč dítě s lampionem

LISTOPAD

15. 11. 2024
LEGO odpoledne v DDM (informace budou upřesněny)
26. 11. 2024
Kreativní seminář pro dospělé – advent, od 17:00, cena bude upřesněna
28. 11. 2024
Vánoční vyrábění pro děti, cena bude upřesněna

PROSINEC

4. 12. 2024
Mikulášská nadílka od 16:30, poplatek za balíček 100,-
11. 12. 2024
Vánoční setkání se seniory od 14:00, 150 Kč
13. 12. 2024
Vánoce v DDM od 15:00, rozloučení, ukončení činnosti
pro kalendářní rok 2024

LEDEN 2025

6. 1. 2025
Zahájení pravidelné činnosti

Podrobné informace k jednotlivým činnostem budou upřesněny
na letáčcích, webových stránkách a v rozhlase.

Informace:

telefony: 605 247 135, 736 635 717, 373 322 255

web: www.ddmplasy.cz

e-mail: ddmplasy@seznam.cz



Přijímání přihlášek od 2. 9. do 30. 9. 2024

Možnosti odevzdání přihlášky:

- osobně - dle provozní doby
- mailem - naskenované a podepsané
- schránka – na budově

Provozní doba od 2. 9. do 30. 9. 2024

Pondělí	9 – 12	13 – 16
Úterý	9 – 12	13 – 16
Středa	9 – 12	13 – 16
Čtvrtek		13 – 16

Na činnost kroužků v DDM je nutné nosit vlastní přezůvky a potřebné oblečení, na činnost kroužků v tělocvičně ZŠ odpovídající sportovní obuv

Pravidelný provoz kroužků zahájíme 7. 10. 2024

Poslední týden v září bude zveřejněn rozvrh 1. setkání kroužků a po prvním týdnu provozu bude rozvrh ustálen

Ivana Lavičková, DiS.

605 247 135

Dům dětí a mládeže Kopretina Plasy, příspěvková organizace

Stará cesta 407, 331 01 Plasy

IČO: 05579732

Č. ú. 4348621359/0800

www.ddmplasy.cz



Kopretina

Dům dětí a mládeže Plasy

