
Dům dětí a mládeže
Kopretina
Plasy
NABÍDKA
ZÁJMOVÝCH KROUŽKŮ
2026/2027

Dům dětí a mládeže Kopretina Plasy

Volnočasová organizace DDM Kopretina Plasy sídlí společně na adrese Stará cesta 407 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 společenskovědní.

Součástí činnosti je i pořádání akcí pro veřejnost, jako jsou např. Vyřezávání dýní, Lampionový průvod, Mikulášská nadílka, Maškarní bál, akce pro seniory, Čarodějnické odpoledne, Odpoledne s Kopretinou - vystoupení kroužků, Den dětí, Smyslohraní a další tradiční akce.

Každý rok pořádáme také letní pobytový tábor. Ten letošní proběhl na táborové základně v Chrustenicích, kde se z dětí stali indiáni. Táborníci si užili nejen spaní v chatkách, ale také soutěže, hry, spoustu zábavy a nezapomenutelných zážitků. K naší celkové činnosti patří rovněž příměstské tábory s různou tematikou.

- DDM sídlí v těsné blízkosti MŠ, ZŠ a Gymnázia a SOŠ Plasy,
- nabízí nejrůznější aktivity pro širokou veřejnost,
- provozuje svoji činnost ve stejné budově jako ZUŠ Plasy,
- před budovou DDM se nachází autobusové zastávky – výhoda pro dojíždějící.
- DDM spolupracuje s místními organizacemi.

Nabídka kroužků 2026/2027

Oblast tělovýchovy, sportu a zdravého životního stylu

1. Šipky od 1. třídy - tělocvična DDM

Pondělí, 16:15 – 17:15

- 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
- Možnost vstupu do šipkařského klubu „Plaská zvěř“
- Vedoucí kroužku: Michal Novák
- Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč za pololetí

2. Taekwon-do ITF od 1. třídy - tělocvična ZŠ

Pondělí, 16:30 – 18:00

- Moderní bojové umění sebeobrany
- Fyzické a duševní zdokonalení
- Dodržování 5 zásad: zdvořilost, čestnost, vytrvalost, sebeovládání, nezdolný duch
- Zvládání základních technik, sestav a tulů
- Bude potřeba počítat s investicí do obleku a s registračním poplatkem člena klubu a Českého svazu taekwon-do
- Získávání vyšších pásků za splněné zkoušky
- Vedoucí kroužku: Mgr. Pavel Kučera
- Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč za pololetí

3. Zdravotní cvičení pro ženy I.- tělocvična DDM

Pondělí, 17:30 – 18:30

- Pestré cviky zaměřené na odstranění svalové nerovnováhy
- Posílení svalového korzetu
- Obnovování správného držení těla
- Cvičení s využitím cvičebních a rehabilitačních pomůcek
- Vedoucí kroužku: Petra Hoppová
- Úplata za zájmové vzdělávání: 1000 Kč za pololetí

4. Zdravotní cvičení pro ženy II.- tělocvična DDM

Pondělí, 18:45 – 19:45

- Pestré cviky zaměřené na odstranění svalové nerovnováhy
- Posílení svalového korzetu
- Obnovování správného držení těla
- Cvičení s využitím cvičebních a rehabilitačních pomůcek
- Vedoucí kroužku: Petra Hoppová
- Úplata za zájmové vzdělávání: 1000 Kč za pololetí

5. Míčové hry - tělocvična ZŠ

Úterý, 06:45 – 07:45

- Základní sportovní techniky, pravidla her a spolupráce v týmu
- Rozvoj koordinace, pohybových dovedností, rychlosti, obratnosti i sportovní fair play
- Míčové hry zaměřené na základy házené, volejbalu, ringo, basketbalu, fotbalu, florbalu, vybíjené a dalších kolektivních sportů
- Pracuje se s různými druhy míčů a děti si prakticky vyzkouší přihrávky, střelbu, chytání i pohyb s míčem
- Vedoucí kroužku: Jana Berková
- Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč za pololetí

6. Taneční kroužek pro děti od 1. třídy - tělocvična DDM

Úterý, 13:30 – 14:30

- Zábavná rozcvička
- Tanec s prvky latinskoamerického tance
- Tanec hravou formou, kolektivní hry
- Lehké choreografie za doprovodu hudby
- Trénink choreografie na vystoupení
- Vedoucí kroužku: Bc. Sára Švajdlenková
- Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč za pololetí

7. Taneční kroužek pro děti od 4 let - tělocvična DDM

Úterý, 15:00 – 16:00

- S možností vyzvednutí dětí z MŠ Plasy ve 14:40
- Zábavná rozcvička
- Tanec s prvky latinskoamerického tance
- Tanec hravou formou, kolektivní hry
- Lehké choreografie za doprovodu hudby
- Vedoucí kroužku: Bc. Sára Švajdlenková
- Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč za pololetí

8. Jóga pro dospělé I. - tělocvična DDM

Úterý, 16:15 – 17:45

- Správné držení těla
- Protažení
- Uklidnění mysli
- Sebesoustředění
- Odpočinek
- Relaxace
- Vedoucí kroužku: Lenka Ryšicová, Mgr. Tereza Kupková
- Úplata za zájmové vzdělávání: 1200 Kč za pololetí

9. Jóga pro dospělé II. - tělocvična DDM

Úterý, 18:00 – 19:30

- Správné držení těla
- Protažení
- Uklidnění mysli
- Sebesoustředění
- Odpočinek
- Relaxace
- Vedoucí kroužku: Lenka Ryšicová, Mgr. Tereza Kupková
- Úplata za zájmové vzdělávání: 1200 Kč za pololetí

10. Jóga pro děti od 1. do 5. třídy - tělocvična DDM

Středa, 14:45 – 15:45

- Osvojení si základních jógových pozic a sestav hravou formou s důrazem na správné držení těla
- Trénink rovnováhy v pozicích i s využitím balančních pomůcek
- Hry pro radost bez potřeby soutěžit
- Rozvoj koncentrace, vnímání vlastního těla, vytrvalosti a schopnosti zklidnění a relaxace
- Vedoucí kroužku – Andrea Henžlíková (fyzioterapeut)
- Úplata za zájmové vzdělávání: 900 Kč za pololetí

11. Cvičení rodičů a dětí - tělocvična DDM

Středa, 16:45 – 17:45

- Adaptace v kolektivu
- Rozvoj správného držení těla
- Nácvik na hudbu
- Rodičovská názornost
- Kolektivní hry
- Vedoucí kroužku: Bc. Julie Mrázová, Mgr. Markéta Radošová
- Úplata za zájmové vzdělávání: pár = rodič + dítě 800 Kč za pololetí
  za 2. dítě + 200 Kč

12. Aerobní cvičení pro dívky od 6. třídy - tělocvična DDM

Středa, 17:55 – 18:55

- Vhodné pro 2 stupeň ZŠ, víceletá gymnázia a střední školy
- Posílení fyzické kondice a zpevnění celého těla
- Střídání technik bosu, steppery, pilates a základní prvky jógy
- Posílení svalových skupin horních i dolních končetin
- Důraz na správné držení těla
- Vedoucí kroužku: Mgr. Barbora Hanzlíčková
- Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

13. Cvičení na míčích pro dospělé - tělocvična DDM

Středa, 19:00 – 20:00

- Cvičení pro pevné břicho, stehna, hýždě
- Pro odstranění svalové nerovnosti
- Balanční, protahovací a posilovací cviky
- Propojení cviků s hudebním doprovodem
- Využití fitness pomůcek
- Cvičení pro radost z pohybu a zdravý způsob života
- Vedoucí kroužku: Mgr. Barbora Hanzlíčková
- Úplata za zájmové vzdělávání: 1000 Kč za pololetí

14. Gymnastika od 4 let - tělocvična DDM

Čtvrtek, 14:30 – 15:30

- S možností vyzvednutí dětí z MŠ Plasy ve 14:10
- Tělesný a pohybový rozvoj člověka
- Důraz na esteticko-koordinační charakter těla
- Osvojování si základních pojmů gymnastického názvosloví
- Nauka o tom, jak zvětšovat pohyblivost a podporovat zdatnost
- Základní gymnastické sestavy a rytmizace pohybu
- Cvičení na gymnastickém nářadí
- Vedoucí kroužku: Mgr. Michaela Zavřelová
- Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

15. Gymnastika od 1. třídy I. - tělocvična DDM

Čtvrtek, 15:45 – 16:45

- 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: Mgr. Michaela Zavřelová
- Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

16. Gymnastika od 1. třídy II. - tělocvična DDM

Čtvrtek, 17:00 – 18:00

- 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: Mgr. Michaela Zavřelová
- Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

17. Sportovně-turistický kroužek od 3. do 6. třídy, tělocvična ZŠ

Čtvrtek, 15:00 – 16:30

- Dýchání a držení těla
- Protažení
- Základy atletiky (běh, skoky, hody)
- Kolektivní a míčové hry (např. vybíjená, fotbal, přehazovaná)
- Turistické vycházky a pohyb v přírodě
- Vedoucí kroužku: Jana Berková
- Úplata za zájmové vzdělávání: 900 Kč za pololetí

18. Body fit - tělocvična DDM

Čtvrtek, 18:30 – 19:30

- Formování postavy a zpevnění celého těla
- Střídání technik bosu, steppery a pilates
- 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

19. „(Nejen)Aerobic“ pro začátečníky od 1. třídy - tělocvična DDM

Pátek, 14:00 – 15:00

- Základní taneční kroky
- Sestavy za doprovodu hudby, rozcvičení
- Koordinace, relaxace, lehké protažení
- Využití fitness stepperů
- Hudební cítění
- Vedoucí kroužku: Mgr. Barbora Hanzlíčková
- Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

20. „(Nejen)Aerobic“ pro pokročilé od 4. třídy - tělocvična DDM

Pátek, 15:00 – 16:00

- Základní taneční kroky
- Sestavy za doprovodu hudby, rozcvičení
- Koordinace, relaxace, lehké protažení
- Využití fitness stepperů
- Hudební cítění
- Vedoucí kroužku: Mgr. Barbora Hanzlíčková
- Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

Oblast esteticko-výchovných činností

21. Keramika pro předškoláky - dílna DDM

Pondělí, 14:15 – 15:15

- S možností vyzvedávání dětí z MŠ ve 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: Bc. Eliška Pospíšilová
- Úplata za zájmové vzdělávání: 900 Kč za pololetí

22. Keramika od 1. třídy - dílna DDM

Pondělí, 15:30 – 16:30

- Jednoduchá tvorba
- Základní pojmy a základní techniky
- Ruční glazování
- Rozvoj jemné motoriky a zručnosti
- Tematická tvorba k různým příležitostem
- Poznávání vlastních možností
- Vedoucí kroužku: Bc. Eliška Pospíšilová
- Úplata za zájmové vzdělávání: 900 Kč za pololetí

23. Keramika a další kreativní tvoření od 4. třídy- dílna DDM

Úterý, 17:15 – 18:15

- Návrh vlastní tvorby
- Rozvoj pokročilých technologických postupů
- Ruční glazování
- Rozvoj zručnosti
- Tematická tvorba k různým příležitostem
- Poznávání vlastních možností
- Dokončovací práce
- Vedoucí kroužku: Mgr. Šárka Růžková
- Úplata za zájmové vzdělávání: 900 Kč za pololetí

Oblast společenských věd

24. Angličtina v pohybu od 4 let - tělocvična DDM

Pondělí, 15:00 – 16:00

- S možností vyzvednutí dětí v MŠ ve 14:40
- Základy jazyka
- Kreativní hodiny
- Okruhy každodenního života
- Vše formou her, pohybových aktivit, říkanek a písní
- Vedoucí kroužku: Mgr. Markéta Radošová
- Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč za pololetí

25. Zábavná sPECKA - předškolní děti, klubovna DDM

Úterý, 15:00 – 16:00

- S možností vyzvednutí dětí v MŠ ve 14:30
- Všestranná příprava dítěte do školy
- Koordinace ruky a oka, grafomotorika-rozvoj,
- Uvolnění ruky pro správný úchop a psaní
- Zábavná sluchová a zraková cvičení
- Předčíselné představy, prstová cvičení
- Cvičení na propojování mozkových hemisfér
- Orientace v prostoru a čase, sociální dovednosti,
- Práceschopnost, sebeobsluha, samostatnost
- Závěrečné zhodnocení a relaxace s terapeutickými prvky
- Vedoucí kroužku – speciální pedagog, etoped: Mgr. Šárka Růžková
- Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

26. Zábavná sPECKA - školní děti, od 1. do 3. třídy, klubovna DDM

Úterý, 16:00 - 17:00

- Pestré cviky pro správný rozvoj psaní a čtení
- Posílení fonologického uvědomování, zrakové a sluchové diferenciace
- Vytipování oblastí vyžadujících intervenci,
- Cvičení na propojování mozkových hemisfér
- Stimulace oblastí, kde dítě podává nižší výkony – vše hravou formou
- Závěrečné zhodnocení a relaxace s terapeutickými prvky
- Vedoucí kroužku – speciální pedagog, etoped: Mgr. Šárka Růžková
- Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

27. Klub maminek a dětí od 1 roku - prostory DDM

Středa, 9:00 – 10:30

- 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: Bc. Eliška Pospíšilová, Mgr. Markéta Radošová
- Úplata za zájmové vzdělávání: pár = rodič + dítě 800 Kč za pololetí
  za 2. dítě + 200 Kč

28. Šachy - klubovna DDM

Středa, 16:00 – 17:00

- Rozvoj paměti, soustředění a vytrvalosti
- Rozšíření jazykové, matematické schopnosti i schopnosti čtení
- Rozvíjení logické myšlení
- Naučíme se hravou formou pravidla a základy hry
- Řekneme si, co je šach, mat, pat, rošáda a "braní mimochodem"
- Vysvětlíme si základní šachové pozice, základy koncovek
- Výuka útoků na rošádu
- Tvorba plánu v šachové partii
- Řešení šachových úloh
- Zkusíme si prohrávat, abychom se mohli zlepšovat
- Ukážeme si, jak hrát šachy a zlepšovat se s pomocí internetu
- Vedoucí kroužku: Anna Bartoníčková, Tomáš Hrabík
- Úplata za zájmové vzdělávání: 700 Kč za pololetí

Oblast pracovně-technická

29. Mladý kutil od 2. třídy - klubovna DDM

Pondělí, 13:30 – 14:30

- Rozvíjení zručnosti, kreativity, představivosti a trpělivosti
- Získání znalosti základního nářadí a jeho bezpečného používání
- Práce s elektrickým nářadím
- Tvoření výrobků ze dřeva a jiných materiálů
- Vedoucí kroužku: Mgr. Pavel Kučera
- Úplata za zájmové vzdělávání: 900 Kč za pololetí

30. 3D tisk / 3D modelování od 2. třídy - klubovna DDM

Pondělí, 15:00 – 16:00

- Tvorba vlastních 3D modelů
- Hledání hotových modelů pro tisk
- Tisk z různých druhů filamentů
- Používání a údržba 3D tiskárny/kalibrace
- Úprava 3D modelů po tisku (post-processing)
- Vedoucí kroužku: Mgr. Pavel Kučera
- Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

31. Cukrářský kroužek pro začátečníky - kuchyně DDM

Úterý, 13:30 – 15:30

- Základní druhy těst (piškotové, odpalované, linecké, lité)
- Krémy (máslový, šlehačkový, ovocný)
- Zdobení (práce s cukrářskými sáčky, zdobícími špičkami, jedlými barvami, čokoládou a posypkami)
- Pečení cukrářských výrobků (mini dortíky, zákusky, trvanlivé pečivo, jemné pečivo)
- Tematické pečení (vánoční cukroví, velikonoční pečení)
- Kreativní aktivity (zdobení perníčků, výroba nanuků / lízátek, výroba a zdobení dezertů)
- Vedoucí kroužku: Pavla Alexandrovičová
- Úplata za zájmové vzdělávání: 1000 Kč za pololetí

32. Cukrářský kroužek pro pokročilé - kuchyně DDM

Úterý, 15:45 – 17:45

- Pokročilejší a náročnější cukrářské postupy
- Krémy (máslový, šlehačkový, ovocný)
- Zdobení (práce s cukrářskými sáčky, zdobícími špičkami, jedlými barvami, čokoládou a posypkami)
- Pečení cukrářských výrobků (mini dortíky, zákusky, trvanlivé pečivo, jemné pečivo)
- Tematické pečení (vánoční cukroví, velikonoční pečení, Den matek)
- Kreativní aktivity (zdobení perníčků, výroba nanuků/lízátek, výroba a zdobení dezertů)
- Vedoucí kroužku: Pavla Alexandrovičová
- Úplata za zájmové vzdělávání: 1000 Kč za pololetí

33. Háčkování - klubovna DDM

Středa, 14:00 – 15:00 (1x za 14 dní)

- Osvojení si základních technik
- Rozvoj jemné motoriky, trpělivosti, pečlivosti a soustředění
- Tvorba vlastních originálních výrobků pro radost
- Vedoucí kroužku: Ludmila Klaubová
- Úplata za zájmové vzdělávání: 400 Kč za pololetí

34. Škola vaření od 1. třídy - kuchyně DDM

Středa, 15:15 – 16:45 (1x za 14 dní)

- Hygienické návyky v kuchyni
- Manuální zručnost
- Vlastnoruční výrobky
- Samostatnost a sebeobsluha
- Společná ochutnávka vyrobeného a závěrečný úklid kuchyně
- Vedoucí kroužku: Ludmila Klaubová
- Úplata za zájmové vzdělávání: 500 Kč za pololetí

35. Legománie a robotika od 1. třídy - klubovna DDM

Pátek, 14:00 – 15:00

- 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
- Vedoucí kroužku: Mgr. Pavel Kučera
- Úplata za zájmové vzdělávání: 800 Kč za pololetí

Oblast přírodovědecká

36. Chovatelský kroužek od 2. třídy - prostory ZOO Plasy

Úterý, 15:00 – 16:00

- 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: 900 Kč za pololetí

Přihlášky

Přijímání přihlášek od 1. 9. do 30. 9. 2026

Možnosti odevzdání přihlášky:

Osobně – dle provozní doby

E-mailem – naskenované a podepsané

Poštovní schránka – na budově DDM

Provozní doba od 1. 9. do 30. 9. 2026:

Pondělí	9:00 – 12:00	13:00 – 16:00
Úterý	9:00 – 12:00	13:00 – 16:00
Středa	9:00 – 12:00	13:00 – 16:00
Čtvrtek		13:00 – 16:00

- **Pravidelný provoz kroužků zahájíme 5. 10. 2026.**
- Na činnost kroužků v DDM je nutné nosit vlastní přezůvky a potřebné oblečení.
- Na činnost kroužků v tělocvičně ZŠ odpovídající sportovní obuv.

Odkaz na web

Kontakty

Dům dětí a mládeže Kopretina Plasy

příspěvková organizace

Stará cesta 407, Plasy 331 01

e-mail: ddmplasy@seznam.cz

Mobil: +420 605 247 135

www.ddmplasy.cz

IČO: 05579732



Dům dětí a mládeže Kopretina

Nabídka zájmové činnosti 2026/2027

Akce v roce 2026:

Září

26. 9. 2026 – **Drakiáda** - Letiště Plasy od 15:00

Říjen

5. 10. 2026 – Zahájení pravidelné činnosti kroužků

16. 10. 2026 – **Kreativní seminář pro dospělé** - podzimní věnec od 17:00

23. 10. 2026 – **Vyřezávání dýní** od 17:00 hod.

30. 10. 2026 – **Lampionový průvod** na Velké louce od 17:00

Listopad

20. 11. 2026 – **Vánoční dílničky pro děti** každou hodinu od 14:00 do 17:00

27. 11. 2026 – **Vánoční kreativní seminář pro dospělé** - věnec od 17:00

Prosinec

4. 12. 2026 – **Mikulášská nadílka v DDM** od 16:00

11. 12. 2026 – **Vánoce v DDM** – rozloučení, připomenutí vánočních tradic, ukončení činnosti pro kal. rok 2026 od 16:00





Dům dětí a mládeže Kopretina

Nabídka zájmové činnosti 2026/2027



Dům dětí a mládeže Kopretina Plasy