

## SPORTOVNÍ KROUŽKY PRO DĚTI



### Nabídka SK Hakoach ve spolupráci s Lauderovými školami ve školním roce 2019/2020

Vzhledem ke stavebním úpravám v budově školy otevíráme v náhradních prostorách Studia Harmony Body, U Zvonárky 7, Praha 2 (5 min. pěšky od školy), kroužky Sportik a Aerobik. Doprovod dětí bude zajištěn školou.

#### ► Sportik (6–9 let, mix – kluci, holky)

Vyučuje: Zuzana Borkovcová

Čas: 1x týdně, úterý 14:30–15:15.

Začínáme 5. 11. 2019.

Kapacita: 5–12 dětí

Číslo platby: 31

Rozvíjení všestranného rozvoje dítěte formou her, cvičení, tancování, soutěží. V tělocvičně si vyzkoušíme gymnastiku na nářadí, venku na hřišti atletiku či se naučíme základy nejrůznějších druhů kolektivních sportů. Využívat budeme širokou škálu pomůcek, balanční podložky, ježky, míčky. Tyto pomůcky nám pomůžou při nácvičení správného držení těla, ale hlavně se pořádně zabavíme a odreagujeme od školních a jiných povinností.

#### ► Aerobik (6–9 let, holky)

Vyučuje: Zuzana Borkovcová

Čas: 1x týdně, úterý 15:15–16:00, navazuje na Sportik. Začínáme 5. 11. 2019.

Kapacita: 5–12 dětí

Číslo platby: 32

Rozvíjení všestranného rozvoje hravou formou s důrazem na cvičení s hudbou. Vyzkoušíme si různé formy cvičení či tance (dětský aerobik, zumba, cvičení s pomůckami, aj.), pustíme se také do gymnastických cviků a zahrajeme spoustu zábavných her.

**Kontakt:** David Steiner, tel. 604 487 664, steiner@hakoach.cz

**Uzávěrka přihlášek:** 1. 10. 2019

**Přihlášeni:** Prosíme, přihlašujte děti prostřednictvím formuláře:

<https://forms.gle/LsjajfQokMYBFSp6>

**Platba:** Na účet Hakoach

(2900409898/2010), do zprávy pro příjemce uveďte jméno dítěte, variabilní symbol je „číslo platby“ a „datum narození žáka“ ve formátu DDMMRR. Například VS platby za kroužek „Sportik“ pro žáka narozeného 19. 4. 2009 bude: 31190409. Do poznámky pro příjemce uveďte jméno a příjmení dítěte. Termíny pro platby: 1. pololetí do 15. 11. 2019, za 2. pololetí do 15. 1. 2020. Děkujeme.

**Cena celkem za jeden kroužek:**

1. pololetí (7. 11. 2019–31. 1. 2020):

880 Kč (11 lekcí)

2. pololetí (5. 2. – 16. 6. 2020):

1 520 Kč (19 lekcí)

Možná je samozřejmě i platba za celý školní rok najednou.

**Mgr. Zuzana Borkovcová** (40 let)

vystudovala Fakultu tělesné kultury na Univerzitě Palackého v Olomouci. Absolvované kurzy: 2017 workshop Pilates Festival Praha, 2016 workshop Zdravá chodidla (studio Elixír, Praha), 2016 workshop Pilates pomůcky (studio Elixír, Praha), 2014 Instruktor Fitness (Fitness Institut Tonus, Praha), 2011 Official Zumba Instructor, Zumba Fitness (Praha), 2011 Bosu Core – Face Academy (Praha), 2011 Pilates Instruktor (Daniel Müller, Praha), modul 1–3, 2003 Fitness Instructor Aerobic Professional – IDEA (Praha).

Zkušenosti: 2014–2018 lekce Bosu, Body trénink, Pilates, Zdravotní cvičení, Fitbally, Aqua aerobik (Cviko.cz), 2014–2018 pořádání cvičebních pobytů (Cviko.cz), 2010, 2011, 2014 lekce v organizaci STOB (Iva Málková), 2014 školitelka pro Českou obec sokolskou – školení cvičitelů zdravotní TV, 2014 lekce Bosu, Pilates – World Gym (Praha), 2011–2013 vedoucí lektorka v Rekondičním centru VŠTJ Medicína Praha, 2004–2008 vedoucí lektorka v Rekondičním centru VŠTJ Medicína Praha, 2004–2018 cvičitelka v Sokole Strašnice Praha (vedení lekcí, tábory pro děti), 2000–2004 vedení dětské aerobiku při studiu VŠ (Olomouc), 1985–2000 moderní gymnastika (Opava)

## NABÍDKA VOLNOČASOVÝCH AKTIVIT PRO ŽÁKY A STUDENTY LAUDEROVÝCH ŠKOL 2019/2020

Vážení rodiče,

dovolujeme si Vás informovat o nabídce volnočasových aktivit pro žáky ZŠ a nižšího gymnázia. V případě zájmu o některý z kroužků (kromě fotbalového kroužku a kroužků Hakoach) kontaktujte Gabrielu Kučerovou na adrese: gabriela.kucerova@lauder.cz. *Nesportovní kroužky* začínají činnost v týdnu od 7. 10. 2019 v prostorách ŽOP. Pokud máte zájem o *fotbalový oddíl*, kontaktujte Veroniku Büchler: veronika\_buchler@yahoo.co.uk, která zařizuje registraci. U *kroužků Hakoach* (sportik, aerobik) je nutné se hlásit přímo Hakoach (kontakty jsou uvedeny na konci letáku).

Zájemové odpolední aktivity pro děti a studenty jsou ve škole vedeny lektory z řad učitelů nebo externistů LŠ a lektory sportovních kroužků z Hakoachu.

Zájemové aktivity provozujeme při naplnění minimálně 5 přihlášených.

Pololetní poplatek za jeden **školou pořádaný kroužek** je 1 300 Kč. Ceny ostatních kroužků jsou odlišné – viz informace u fotbalu, sportiku a aerobiku.

Číslo účtu: 8868349/0800. VS pro kroužky začíná 3, následuje den narození, měsíc narození, rok narození. Např. VS 3240403 je variabilní symbol dítěte narozeného 24. dubna 2003.



Lauderovy školy

## KROUŽKY ORGANIZOVANÉ LAUDEROVÝMI ŠKOLAMI

#### ► Midraš: Cestou příběhů

Vyučuje: Aleš Weiss

Čas: po dohodě se zájemci

Midraš je žánr rabínské literatury, který tvůrčím způsobem propojuje biblické pasáže s etickými a náboženskými hodnotami svých autorů formou výkladů, příběhů a podobností. V kroužku budeme číst vybrané tradiční midraše, zamyslet se nad pohybnými a cíli jejich autorů, ale i vytvářet midraše vlastní. Kroužek je určen žákům 2. až 5. třídy.

#### ► Ranní modlitba (neplatí se)

Vyučuje: Gafna Váňová

Čas: každý den, 7:50–8:25

Tento kroužek navazuje na ranní modlitbu z minulých let. Každé ráno se v něm budeme scházet ke studentskému šachritu, během kterého se děti naučí modlit se

hlavní modlitby této části dne, v pondělí a ve čtvrtek si vyslechnou čtení z Tóry a krátkou drašu. Zájemci se také naučí sami modlitbu vést. Kroužek je otevřený pro všechny studenty i učitele školy neohledně na věk. Vítání jsou i rodiče. Je možné do něj chodit i bez přihlášení a pouze nárazově. Přihlášeným dětem, respektive jejich rodičům, ale budeme garantovat (pokud si to budou přát) dohled nad docházkou dětí. Vždy v úterý a v pátek nabízíme oddělenou modlitbu pro starší a pokročilejší studenty (od 3. třídy výše).

#### ► Pěvecký sbor

Vyučuje: Helena Divecká

Čas: pondělí 13:45–14:45

Zaměříme se na židovské písně v hebrejštině, občas přidáme i nějakou českou nebo

i jinojazyčnou. Budeme rozvíjet rytmické cítění, intonaci apod. tak, aby děti měly z hudby radost. Také využijeme hudebních nástrojů, na které děti hrají. Součástí kroužku je i reprezentace školy při vystoupeních na veřejnosti. Kroužek je určen pro děti z 2. až 5. třídy.

#### ► **Konverzační hebrejšťina (3. a 4. třída)**

Vyučuje: Helena Divecká  
Čas: úterý 13:40–14:20  
Kroužek je určen pro děti, které by rády věnovaly více času výuce živé hebrejšťiny. Zaměříme se na základy hebrejškého jazyka jako prostředku komunikace. Budeme využívat hravé metody tak, aby děti výuka bavila a měly pocit, že si spíš jen hrají.

#### ► **Konverzační hebrejšťina (4. a 5. třída)**

Vyučuje: Helena Divecká  
Čas: středa 13:40–14:20  
Kroužek je určen dětem, které kroužek již navštěvovaly a rády by pokračovaly. Zaměříme se na základy hebrejškého jazyka jako prostředku komunikace. Využíváme hravých metod tak, aby děti výuka bavila a měly pocit, že si spíš jen hrají.

#### ► **Paraša (1.OG + 6.Z)**

Vyučuje: Helena Divecká  
Čas: dle dohody se zájemci  
Kroužek je určen zájemcům o pokračování ve výuce židovské výchovy v hebrejšťině i na druhém stupni. Budeme dále rozvíjet slovní zásobu s židovskými tématy i trénovat konverzační hebrejšťinu třeba i hraním divadla – tak, aby i nadále byly židovské tradice relevantní i pro dnešní děti.

#### ► **Hebrejšťina (4.O + 5.O)**

Vyučuje: Helena Divecká  
Čas: dle dohody se zájemci

#### ► **Hebrejšťina pro 9. třídu**

Vyučuje: Asya Meytuv  
Čas: po dohodě se zájemci

Kroužek je určen devátákům, kteří by rádi pokračovali v hebrejšťině v situaci, kdy tento jazyk v 9. třídě už není součástí běžného rozvrhu. Kroužek bude probíhat 1x týdně 90 min.

#### ► **Krav maga (bojové umění) pro 1. stupeň**

Vyučuje: David Bohbot, Keren Bohbotová  
Čas: úterý 16:00–17:00  
Krav maga je izraelská speciální obranná a útočná technika, založená na velice jednoduchém, ale praktickém principu. Používá se v izraelské armádě.

#### ► **Šachový kroužek pro děti i studenty**

Vyučuje: Jan Daňhel, Jakub Peter, Ivan Kühmund, František Bánai  
Čas: středa 14:00–15:00, 15:00–16:00  
Pomocníky při výuce budou další členové šachového klubu.

#### ► **Do světa příběhů – literární dramatický kroužek**

Vyučuje: Anna Hořová  
Čas: středa 14:30–16:00  
V tomto kroužku si děti budou číst. Chvilku spolu, chvilku každý sám. O přečteném příběhu si budou povídat a plnit různé úkoly, které s textem souvisejí. Děti se budou učit pracovat s textem a procvičovat své prezentační dovednosti. To vše zábavnou formou. Kroužek je určen pro žáky od 2. do 4. třídy.

#### ► **Dramařák**

Vyučuje: Magdalena Gracerová Chrzová  
Čas: po dohodě se zájemci  
Dramařák hravou formou rozvíjí schopnost koncentrace, fantazii, tvořivost a komunikativní dovednosti. Vede žáky k tomu, aby lépe poznali sebe sama a okolní svět, a získávali tak dovednosti a prostředky ke kultivovanému a přirozenému sebevyjádření.

#### ► **Feuersteinova metoda – začátečníci i pokročilejší**

Čas: po dohodě se zájemci  
Vyučuje: Tereza Šarayová

#### ► **Fotbal pro 1. stupeň**

Vyučuje: David Gögh, Miroslav Verner  
Čas: pondělí 14:00–15:00  
Cena: 1. pololetí 1 400 Kč,  
2. pololetí 1 800 Kč

Do skupiny mladších žáků přijímá fotbalový tým LŠ-Hakoach chlapce i dívky ve věku 6–10 let. Tréninky probíhají od listopadu 2019 na školním dvorku za každého počasí. Profesionální trenéři umožní všestranný pohybový rozvoj, možnost účasti na přátelských zápasech a turnajích.

#### ► **Fotbal pro 2. stupeň a nižší gymnázium**

Vyučuje: David Gögh, Miroslav Verner  
Čas: pondělí 15:30–16:30  
Cena: 1 800 Kč za pololetí

Do skupiny starších žáků přijímá fotbalový tým LŠ-Hakoach chlapce i dívky ve věku 11–14 let. Tréninky probíhají na venkovním hřišti Sokola Vinohrady od 15:30 do 16:30 hod za každého počasí. Kroužek začíná 7. 10. Profesionální trenéři, pravidelné přátelské zápasy s jinými školami v době tréninku, výuka fotbalových taktik, možnost výjezdů na turnaje.

## VOLNOČASOVÉ AKTIVITY VAŠICH DĚTÍ Povedou

**David Bohbot** se trénování Krav maga věnuje již několik let, složil trenérské zkoušky.

**Helena Ester Divecká** vystudovala pedagogickou fakultu ZČU. V pedagogické činnosti usiluje o předávání odpovědnosti samotným dětem. Dlouhodobě vyučuje židovskou výchovu a hebrejšťinu na 1. stupni (TalAm).

**David Gögh** vyrostl ve Spartě, hrál za Bayern Mnichov. Studoval FTVS, Dále hrál např. za Mladou Boleslav nebo Tatran Rakovník.

**Anna Hořová** je knihovnicí a pedagožkou na LŠ, absolventkou kurzu Jak založit školní čtenářský klub.

**Magdaléna Gracerová Chrzová** vystudovala herečtí na Konzervatoři v Praze a dramatickou výchovu na DAMU. Jako herečka účinkovala v divadle, televizi i filmu. Pedagogické činnosti se věnuje od roku 1996, nejprve na Základní umělecké škole, Univerzitě Jana Ámose Komenského a v současné době učí na DAMU.

**Asya Meytuv**, absolventka Lauderek, učí na LŠ hebrejšťinu a v soukromém životě vyrábí výborný chumus pod značkou Hummus Princess.

**Tereza Šarayová** učí na LŠ žáky 1. stupně. Již několik let se věnuje vyučování Feuersteinovy metody.

**Tereza Váňová** učí na LŠ židovskou výchovu a židovská studia. Jejím koníčkem je studium židovských textů a studium ženských otázek v rámci judaismu.

**Miroslav Verner** působil v Dukle Praha, v současnosti hraje za Tatran Rakovník na pozici obránce.

**Aleš Weiss** vystudoval Filozofickou fakultu UK, obor religionistika, kde je v současnosti doktorandem. V letech 2005–2010 studoval na Institutu židovských studií Pardes v Jeruzalémě, který kombinuje tradiční židovské vzdělání s akademickou otevřeností. Od roku 2010 pracoval v kulturním a vzdělávacím centru Židovského muzea v Praze, kde byl koordinátorem večerních vzdělávacích programů. Jako pedagog spolupracuje s Pražským centrem židovských studií při Filozofické fakultě Univerzity Karlovy. V současné době je učitelem judaismu na LŠ.