Dům dětí a mládeže Třešť a Spolek Kamarád při DDM v Třešti

LEDEN 2026

KAMARÁD

Měsíčník zábavy, rad, poučení, informací, soutěží a mnoha dalších zajímavostí

Kontakt: telefonní číslo 567 224 986
734 224 694
e-mail: ddm2@zs-trest.cz
webové stránky: www.ddm-trest.cz

.....

Milí kamarádi,
do nového roku vám přejeme spoustu radosti, smíchu a dobrých kamarádů.
Ať je každý den plný her, objevování a nových dobrodružství.
Přejeme vám pevné zdraví, hodně odvahy zkoušet nové věci a radost z maličkostí – z úsměvu, pohlazení i povedeného obrázku.

Ať je váš nový rok barevný, hravý a plný splněných přání!

Šťastný nový rok 2026 přejí Renča a Mirča

☆ Tříkrálová sbírka ☆

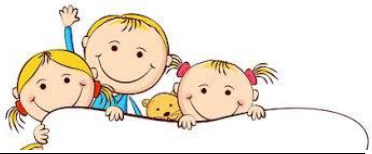
Na začátku ledna potkáváme v ulicích tři krále – Kašpara, Melichara a Baltazara. Děti i dospělí se oblékají do královských kostýmů, zpívají koledy a přejí lidem štěstí do nového roku.

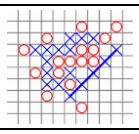
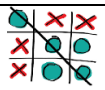
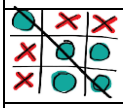
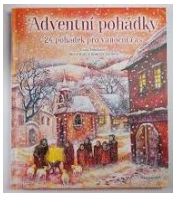
Tříkrálová sbírka pomáhá lidem, kteří to nemají v životě lehké – nemocným, seniorům nebo rodinám v nouzi. Každá korunka v pokladničce znamená pomoc a naději.

I malý dar může udělat velkou radost ❤

AKCE A SOUTĚŽE DDM

LEDEN 2026



Datum	Akce
středa (leden)	**SNĚHOVÉ DOVÁDĚNÍ V RÁMCI POHYBOVÝCH HER** - určeno pro žáky 1. ročníků (ve spolupráci se ŠD) ***- začátek od 13.00 hodin*** **** okolí hřiště DDM*** *- sportovní akce se uskuteční dle počasí (změna termínu vyhrazená)*
středa 14. 01.	**TEMATICKÁ A KOMUNITNÍ SETKÁVÁNÍ V SVČ** **PÉČE O NAŠE TĚLO s p. Jaroslavou Havlíkovou** **„FASCIE a JIZVY“** - akce určená pro veřejnost ***- začínáme v 16.00 hodin v jídelně DDM*** *- prezenční listina v kanceláři DDM* **** školní jídelna, DDM***
pondělí 19. 01.	**Likvidace TRADIČNÍ VÁNOČNÍ VÝSTAVY** v oknech DDM. - v průběhu dne (dle volného času pedagogických pracovníků)
středa 21. 01. 	**STRATEGICKÁ HRA PRO DVA HRÁČE – PIŠKVORKY** – v rámci ŠD pro žáky 1. ročníků ***- začínáme ve 13.00 hodin***  **** kmenové třídy 1. ročníků***
 **středa 21. 01.**	**STRATEGICKÁ HRA PRO DVA HRÁČE – PIŠKVORKY** - hra určená pro žáky od 2. – 6. ročníku ***- začínáme ve 14.30 hodin*** **** klubovna 1, DDM***
do středy 28. 01.	**„NAMALUJ MI ZIMU“** - výtvarná, literární či fotografická soutěž pro všechny kamarády - žáci nebo jednotlivé kolektivy mohou odevzdat své kreativní práce **do středy 28. 01. 2026** **** kancelář DDM***
čtvrtek 29. 01.	**PROJEKTOVÝ DEN „DEN V DDM“ - určeno pro žáky 1. ročníků** - výtvarné tvoření - beseda se spisovatelkou Danou DOLEŽALOVOU - zimní stezka - divadelní představení v Sokolském domě v Třešti ***- akce v rámci třídních kolektivů a ve spolupráci se školní družinou a základní školou*** (i pro rodiče zúčastněných žáků) ***- začínáme ve 13.00 hodin***  **** kmenové třídy***

HODNOTÍME:

V sobotu 13. prosince jsme se vydali vlakem na malý výlet do nedalekých Hodic. V Hodicích na nás čekala paní Monika Majdičová, členka mysliveckého spolku Stráň Hodice. Společně jsme se vydali ke krmelci nad Čertovou skálou. Cestou jsme pozorovali stopy lesních zvířat a dozvěděli se, čím lesní zvířátka v zimním období krmit. S sebou jsme přivezli mrkev, jablíčka, slunečnicová semena, kukuřici a mnoho dalšího. Děti si tuto akci doslova užívaly. Věšely jablíčka a mrkev na stromy, semínka sypaly na jednotlivé pařezy. Odměnou nám bylo opékání špekáčků na vlakovém nádraží v Hodicích, které tam pro nás připravil pan Jiří Holoubek 😊. Příjemné sobotní odpoledne jsme strávili ve společnosti skvělých lidiček.

Všem tímto moc děkujeme 😊.

Tradiční vánoční výstava je přehlídkou výtvarných a rukodělných prací s vánoční tématikou, která je určena kolektivům dětí zájmových kroužků DDM, MŠ, žákům ZŠ a ZUŠ v Třešti. Vánoční výtvarné práce se letos již čtvrtým rokem objevily v oknech domu dětí a mládeže. Akce se uskutečnila za podpory Města Třešť a Spolku Kamarád.

Všem, kteří se do vánoční výstavy zapojili, moc děkujeme a doufáme, že se v příštím roce opět setkáme v tak hojném počtu. Děkujeme za nápady a čas věnovaný přípravě nádherných vánočních prací.

Vánoční výstava potrvá do pondělí 19. ledna 2026.

I v letošním roce jsme společně se Spolkem Kamarád vyhlásili vánoční sbírku pro opuštěné pejsky. Letos jsme opět obdarovali Psí útulek ANDĚL v Jemnici. Do sbírky se zapojilo mnoho dětí a dospěláků nejen z Třeště, ale i z blízkého okolí. Celkem dobrovolníci přispěli finanční částkou **4 346,-** Kč. Deky, granule, hračky, psí pamlsky, pelíšky, ručníky, deky a mnoho dalšího jsme předali majiteli psího útulku panu Andělovi ve

čtvrtek 18.12.2025. Spolu se svojí manželkou se v současné době starají o 3 pejsky.

Všem, kteří svými dary přispěli do sbírky pro opuštěné pejsky moc děkujeme 😊.

Poslední akcí tohoto měsíce bylo vánoční kufrování. Orientační běh v rámci FIT programu, ve spolupráci s TJ Růžená jsme připravili na pondělí 29. prosince. Cílem této akce bylo projít trasu, kterou připravily paní H. Polednová a E. Kubešová. A kudy letos trasa vedla? Zkuste se zorientovat v přiložené mapce 😊. Trasa byla tvořena tzv. kontrolkami s oranžovo-bílými lampióny a speciálními kleštěmi k zaznamenání průchodu jednotlivými stanovišti. Každý účastník získal od našeho spoluorganizátora podrobné instrukce a mapu, kudy trasa vede. Po absolvování asi 5 ti kilometrové trasy a návratu zpět do domu dětí a mládeže bylo pro všechny účastníky připraveno občerstvení v podobě vánočního punče a párku v rohlíku 😊.

CESTA KOLEM SVĚTA

celoroční hra pro naše kamarády

4. ZASTÁVKOU JE „ŘECKO"

Řecko je stát v jihovýchodní Evropě. Má spoustu ostrovů a je obklopené mořem – Egejským, Jónským a Středozemním.

Řekové jsou jedním z nejstarších národů světa. Řecko má tvar ruky, která „sahá" do moře, leží na balkánském jihu. Sestává z pevniny, poloostrova Peloponés a asi ze dvou tisíc ostrovů, z nichž největším je Kréta a Rhodos. Řekové jsou především námořníci. Vlastní většinu obchodních lodí světa. Pod řeckou vlajkou korzují po všech světových mořích. Hlavním městem jsou Atény – velmi staré a krásné město plné památek. Hlavním stavebním materiálem byl odedávna bílý a tmavý mramor, který spolu s modrou oblohou vytváří nezapomenutelný obraz.

Po celém Řecku můžeme najít zbytky prastarých staveb. Všechny pocházejí z doby, které se říkalo antika. Jsou staré více než dva tisíce let! Řekové už tehdy byli velkými umělci, básníky a vědci.

Z té dávné doby pochází i baňatá hliněná nádoba vejčitého tvaru se dvěma připojenými uchy. Byla zdobena malbami. Říkalo se ji AMFORA.

Archeologové mezi vykopávkami nalézají střepy takové nádoby. Dají si práci s tím, aby ji z jednotlivých dílů dali znovu dohromady. Nevím, jestli bychom to dokázali 😊.

TEĎ SI UDĚLÁME MALOU ZKOUŠKU TRPĚLIVOSTI A ŠIKOVNOSTI.
Před vámi je amfora. A váš úkol? Rozstříhejte ji podle čar, která na obrázku naleznete a opět ji složte. Měřte si čas a zjistěte, kdo bude nejrychlejší a nejšikovnější.

V Aténách žije většina řeckého obyvatelstva. Je to znát i na dopravě. Mezi starými chrámy panuje čilý dopravní ruch. Pouhých osm kilometrů od Atén je známý řecký přístav Pireus. Aténami protékají dvě řeky: Kefissos a Illisa. Nejsou velké a v létě bývají vyschlé. Patronkou města je řecká bohyně Ahtena. Na vrcholku Akropole stojí její chrám.

Staří Řekové věří v mnoho bohů. Vyprávěli si o nich příběhy. Bohové žili na nejvyšší řecké hoře Olympu (2.917 m). Odtud bohové sledovali radosti a starosti obyčejných lidí. Mnohokrát na sebe vzali lidskou podobu, aby pomáhali i trestali…

„BÁJE O HÉRAKLOVI"

Nejslavnější řecký hrdina HÉRAKLÉS byl synem nesmrtelného vládce bohů Dia a smrtelné ženy Alkmeny. Narodil se v Thébách a když vyrostl, stal se oblíbencem olympských bohů. Apollon mu daroval luk a šípy, Hermes meč a Hefaistos toulec. Podle věštby musel Héraklés vstoupit do služby ke svému staršímu příbuznému, mykénskému králi Eurystheovi a vykonat pro něho 12 těžkých úkolů, kterým se říká Héraklovy práce. Každý úkol byl nebezpečný a zdál se nemožný.

Některé slavné úkoly:

- Přemohl nemejského lva, kterého nešlo zranit zbraní.
- Zabil hydru, příšeru s mnoha hlavami.
- Chytil divokého kance.
- Vyčistil Augiášův chlév za jediný den.
- Přivedl Kerbera, tříhlavého psa z podsvětí.

Mykénský král poslal Hérakla na Krétu pro divokého býka. Héraklés ho přivlekl až k paláci. A stejně se mu dařilo, když měl přivést zuřivé koně, kteří se živili lidským masem. Potom musel Héraklés přinést zlatý pás královny Amazonek Hypolyty. I ten se mu podařilo přinést. Obr Jeryon se třemi těly, šesti rukama a šesti nohama, jemuž pomáhal divoký dvouhlavý pes, také Héraklovi podlehl. Vítěz ještě přinesl zlatá jablka. Na cestě stačil osvobodit Promethea.

Eurystheus si už nevěděl rady, jak se Hérakla zbavit. Se splněnými úkoly rostla jeho sláva a celé Řecko si o něm vyprávělo. Král mu nařídil, aby přivedl trojhlavého psa Kerhea, který střežil bránu do podsvětní říše mrtvých. Hádes, její vládce, to Héraklovi dovolil, pokud se Kerbera zmocní beze zbraně. Hérakles psa mocně stiskl, a tak ho

zkrotil a přivedl do Mykén. Po mnoha dalších hrdinských činech si bohové vzali Hérakla na Olymp. Splnila se tak věštba a on se stal nesmrtelným.

Pokud se vám báje líbila, můžete k ní nakreslit obrázek ☺.

K UCTĚNÍ BOHA DIA SE VE MĚSTĚ OLYMPU POŘÁDALY KAŽDÉ ČTYŘI ROKY SPORTOVNÍ HRY. Účastnili se jich muži z celého Řecka. Na místě, kde se kdysi tyto hry konaly, byl vybudován stadion, na kterém byly v roce 1896 uspořádány první novodobé olympijské hry.

Původně se soutěžilo v Pentathonu (pětiboji). Byl to běh, hod diskem, skok do dálky se závažím, hod oštěpem a zápas. Později přibyly ještě další soutěže: dialochos (dvojitý běh), dolichos (vytrvalostní běh) a štafeta s pochodní. Konaly se také zápasy ve volném stylu, závody v hippodromu (jízda na koních a vozech) a různé míčové hry. Sportovní soutěže byly později doplněny také uměním: zpěvem, přednesem básní, soutěží trubačů a hlasatelů.

1. SKOK DO DÁLKY

Závodník měl při skoku v obou rukách závaží podobná činkám o váze asi 2 - 3 kilogramy. Závaží prodlužovala délku skoku a dávala jistotu při dopadu. Nevíme, zda se skákalo s rozběhem nebo bez něho.

Skok do dálky z místa se zátěží

Vyznačíme odskokovou čáru. Hráč v rukou drží nějakou zátěž (co to bude a jak těžké, to si upravíme podle možností a věku skokanů). Pásmem změříme délku skoku.

2. HOD OŠTĚPEM

Sportovní oštěp neměl hrot (jako zbraň), ale měl závaží, aby dobře letěl. Házelo se buď do dálky nebo na cíl.

Hod „oštěpem" na cíl

Jeden metr dlouhá dřevěná tyč (smetáková), vzdálenost minimálně 2 – 3 metry od odhodové čáry. Hráč má za úkol zasáhnout vyznačený cíl.

3. HOD DISKEM

Záznamy uvádějí, že někteří diskaři přehodili svůj disk až na druhý břeh řeky Affeios v Olympii, což by odpovídalo vzdálenosti 50 – 60 metrů: to jsou téměř současné výkony sportovců. Na disku býval často namalován delfín jako symbol rychlosti.

Hod papírovým diskem (talířem) na cíl

Disk nám nahradí papírový talíř. Namalujte si na něj delfína. Diskař hází z odhodové čáry na tři různě vzdálené cíle (čáry: 3 - 5 – 10 m). Na každý cíl má tři pokusy. Vítězí ten, kdo zasáhne všechny cíle nejmenším počtem pokusů.

4. BĚH

Běhala se vzdálenost na jeden stadion, tzn. z jednoho konce na druhý. Stadion v Olympii měl délku 192,25 metrů. Později se běhalo na vzdálenost dvou stadionů, čtyř a vytrvalostní běh na 24 stadionů.

Vytrvalostní běh kolem třídy

Běžec má za úkol oběhnout třídu minimálně 2x, maximálně podle svých schopností. Nejde o žádný sprint, ale vytrvalostní běh.

5. ZÁPAS

Protivníci se určitými hmaty snažili jeden druhého povalit na zem. Neexistovalo rozdělení do váhových kategorií. Někteří zápasníci se před hrami vykrmovali, aby byli co nejsilnější.

5.1. Obracečka

Jeden leží na zádech. Druhý se ho pokouší převalit na břicho. Rozhodčí stopuje čas. Po krátkém oddechu následuje výměna úloh.

O B M Ě N A:

První leží na břiše, druhý ho má obrátit na záda.

5.2. Přesuny

Dvojice stojí čelem proti sobě. Každý má za zády v dvoumetrové vzdálenosti malý kruh. Na znamení začíná zápas. Jeden se snaží dopravit druhého ke svému kruhu a donutit ho, aby se kruhu dotkl jakoukoli částí těla. Může ho tam i odnést, zatlačit nebo odvléct. Když je zápas delší než jedna minuta, končí nerozhodně.

5.3. Vyprošťovák

Jeden uchopí druhého předepsaným způsobem a druhý se má co nejrychleji vyprostit. Stopuje se čas. Pak se vymění role. První drží druhého například za zápěstí – zezadu kolem pasu – za oba kotníky.

Čím je Řecko známé:

- starověkými chrámy a sochami
- řeckými bohy (Zeus, Athéna, Poseidón)
- Olympijskými hrami, které vznikly právě tady

Co mají Řekové rádi k jídlu:

- třeba sýr feta, olivy, gyros nebo tzatziki.

KVÍZ: Jak dobře znáš ŘECKO?

1. **Kde leží Řecko?**
   A) V Africe
   B) V jižní Evropě
   C) V Severní Americe

2. **Jaké je hlavní město Řecka?**
   A) Řím
   B) Athény
   C) Sparta

3. **Jakým jazykem se v Řecku mluví?**
   A) Řecky
   B) Italsky
   C) Anglicky

4. **Jak se jmenuje nejvyšší hora Řecka, kde podle bájí sídlili bohové?**
   A) Mount Everest
   B) Olymp
   C) Sněžka

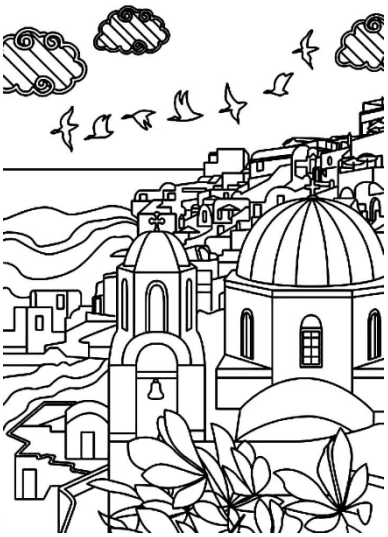
5. **Který řecký hrdina byl známý svou obrovskou silou?**
   A) Odysseus
   B) Achilleus
   C) Héraklés

6. **Co z toho je typické řecké jídlo?**
   A) Sushi
   B) Gyros
   C) Hamburger

7. **Kolik má Řecko přibližně ostrovů?**
   A) Asi 10
   B) Asi 200
   C) Více než 2 000

8. Jaké barvy má řecká vlajka?
A) Červená a bílá
B) Zelená a žlutá
C) Modrá a bílá

Doplňovačka: Řecko



Doplň chybějící slova.

1. Řecko leží v **jižní** _____.
2. Hlavní město Řecka se jmenuje _____.
3. V Řecku se mluví _____.
4. Řecký hrdina se jmenoval _____.
5. Řečtí bohové bydleli na hoře _____.
6. Typické řecké jídlo je _____.
7. Řecko má hodně _____.

Nápověda (slova k doplnění)

Evropě • Athény • řecky • Héraklés • Olymp • gyros • ostrovů

21 ZIMNÍCH AKTIVIT

- [ ] UVAŘIT SI KAKAO/VÁNOČNÍ ČAJ
- [ ] PÉCT CUKROVÍ
- [ ] POSTAVIT SNĚHULÁKA
- [ ] POSLAT VÁNOČNÍ POHLED
- [ ] ZAJÍT DO KOSTELA
- [ ] BOBOVAT/SÁŇKOVAT
- [ ] DĚLAT VE SNĚHU ANDĚLÍČKY
- [ ] ZPÍVAT KOLEDY
- [ ] NAPSAT DOPIS JEŽÍŠKOVI
- [ ] VYZDOBIT SI DŮM
- [ ] JÍT NA MIKULÁŠSKOU
- [ ] VYROBIT ADVENTNÍ SVÍCEN
- [ ] NAZDOBIT VÁNOČNÍ STROM
- [ ] NAKRMIT PTÁČKY
- [ ] ZAJÍT PRO BETLÉMSKÉ SVĚTLO
- [ ] JÍT NA VÁNOČNÍ TRHY
- [ ] VYSTŘIHOVAT VLOČKY
- [ ] VYROBIT SI BETLÉM
- [ ] PUSTIT SI VÁNOČNÍ POHÁDKU
- [ ] SEHNAT A POVĚSIT JMELÍ
- [ ] UDĚLAT NĚKOMU RADOST