

„Lidský duch je od přirozenosti čilý a chtivý pohybu.“ Seneca

U dětí a mládeže to platí o to více!

Dobrá fyzická kondice, zdravé sebevědomí a morálka jsou základní hodnoty každého „malého“ hasičského sportovce.

I když nyní nemůžeme společně trénovat a potkávat se, nesmíme zapomínat na několik zásad, které jsou pro sportovní a pohybovou činnost jako takovou velmi důležité.

Zkuste je dát dohromady s pomocí naší křížovky a v tajence se dozvíte co je náš hlavní cíl pro rok 2021.

křížovka

1																	
2																	
3	S						x							Č			
4							I										
5																	í
6							x			E							
7									X						x		Y
8																	
9						CH									x		
10																	T
11																	U
12														í	x		
13									x								
14						R					x					T	
15																	
16																	

1. Víím, co chci, umím se rozhodnout, jsem... (jaký)

2. Soutěžím vždy podle pravidel, chovám se čestně, jsem... (jaký)

3. Sportuji za každého počasí, ale volím vždy na sebe...

4. Radost z pohybu je pro mě hlavní...

5. Po každém tréninku je z hlediska regenerace důležité...

6. I ve sportu platí zásada J. A. Komenského: ...

7. Pokud sportuji za šera či za tmy, používám pro své bezpečí...

8. Za všech okolností dodržuji nastavená...

9. Při tréninku i v závodě používám ochrannou přilbu, jsem odpovědný a...

10. Pro každého sportovce je důležité umět relaxovat, umět...

12. Které gesto je symbolické pro úctu k soupeři...

11. Každý trénink začíná...

13. Rovná hra, čistá hra... (z angličtiny)

14. Každý sportovec by si měl hlídat i životasprávu. Je pro něj důležitá ...

15. I když mě něco nebaví, vytrvám, nevzdávám se, jsem... (jaký)

16. Při tréninku se vždy chovám aktivně, jsem... (jaký)

