

## Hodnocení 1.turnusu soustředění projektu Talent pony 2016

**Termín:** Heroutice : - 5.-7.2.2016

**Program :** Nástup 4.2.2016 do 20,00 hod.

schůzka s rodiči, informace o projektu, informace o náplni soustředění, seznámení dětí, info o ponících ,rozdělení lotů, denní řád

### Seznam účastníků:

Šlamborová Lucie – 2005, Martini (A), Gatho ( A)

Hakr Daniel – 2005 – J.Lex (S), Nikita (A)

Najmanová Laura – 2006 – Havran (S), Chiko (A)

Prošková Žaneta – 2005 – Jacusa (A), Durelo (B)

Heldová Magda – 2007 – M.Nina (S), Benita (S)

Volfová Estel – 2006 – Tara (B), Kent (A)

Abtová Kateřina – 2006 – Tatu (S), CHarlotte (A)

Kláara Matoušová – 2005 – O.Beny (B), Grošík (B)

Náhradník : Viktor Skutecký ( 2006), účast na soustředění na vlastní náklady – Charlotte (A), Vasil (B)

**Denní řád :** budiček 6,45hod., neděle 6,30hod. ,krmení poníků, rozcvička snídaně, úklid pokojů, dopolední loty, průběžně služby a úklid boxů, 12,00 oběd ( svačina – průběžně ovoce k dispozici), 13,00 – odpolední loty, služby, úklid boxů, 17,00 svačina a teorie. Pátek – Vašáková – péče o koně, krmení, krmené dávky, pohyb koně atd., sobota Perníček – pravidla , účast na závodech, pracoviště, situace ze závodů, 18,00 večeře, 18,15 – 20,00 osobní volno nebo Fyzio – Mgr.Ferenc. 21,30 - večerka

### Program :

Pátek ,sobota: loty po 3 pony – 9,00 - 12,00 hod., 13,00 – 16,00 hod., 17,00 teorie, 18,00 – fyzioterapie – vstupní vyšetření a kondiční testy

Neděle: loty po 3 nebo 4 pony 8,00 – 13,00, 13,00 oběd a ukončení programu, úkoly na příště

### Náplň:

Cílem prvního soustředění bylo sjednotit správný sed a důrazem na odlehčený sed, a ježdění ve pravidelném rytmu ve všech chodech, upevnování správných pohybových stereotypů, tak aby je v příštích soustředěních děti používaly i při složitějších cvičeních. Použité prostředky – kavalety, bariéry, jednoduché křížky. V průběhu soustředění došlo k 6 pádům, při čemž dvou dětem ( jejich rodičům) bylo doporučeno přivést na další soustředění vhodnějšího poníka pro tento typ skupinové práce. Všechny pády se obešly bez lékařského ošetření a děti pokračovaly v dalším tréninku.

Děti ve dvou dnech absolvovaly vstupní fyzioterapie vyšetření, kde byly změřeny jejich výška, váha, BMI index, procento tuku, svalové hmoty. Děti absolvovaly, jednoduché testy na vyšetření správné hybnosti páteře, kloubů HK, DK, zkrácených a ochablých svalů a krátký kondiční test. Výsledky budou zpracovány do příštího soustředění a doporučením domácího pohybového režimu. Ve dvou případech byla vzhledem k nálezům rodičům doporučena návštěva dětského speciality z oboru orthopedie a fyzioterapie k důkladnějšímu vyšetření stanovení domácí terapie.

Celkově děti pracovaly velmi dobře, snažily se a bez problémů všechna zvládaly stanovené úkoly. Podařilo se vybrat celkem výkonnostně vyrovnanou skupinu a protože děti, potřebují více času na aklimatizaci v novém kolektivu a práci s novým trenérem, pozvali jsme náhradníky k účasti na dalším soustředění na vlastní náklady, aby pracovali stejným systémem na stejných úkolech.

### Další termín:

Heroutice – 26.-28.2.2016, doplňkový program – plavání, další vybavení – švihadlo na kondiční přípravu.

Beneš 8.2.2016

Zpracovala: Mgr.Kateřina Vašáková

