Městská část Praha 10

ZÁPIS

č. e-spis: P10- 110299/2023

z 3. jednání Výboru pro sport a volnočasové aktivity ZMČ Praha 10, které se konalo dne 6. 3. 2023 v místnosti č. A 411a, Úřadu městské části Praha 10, Vršovická 68, 101 38 Praha 10 od 16.01 do 17.47 hodin

Přítomní členové výboru
Ing. Viktor Lojík, předseda
Mgr. et Mgr. Tomáš Janík, člen
Bc. Radek Lojda, člen
Filip Jettmar, zástupce občanů
Mgr. Josef Nerušil, člen
Ing. et Ing. Vladimír Novák, člen
JUDr. Pavel Šutka, místostarosta a stálý host

Omluvení členové výboru
Ondřej Ertl, zástupce občanů

Neomluvení členové výboru
ne

Předseda výboru přivítal přítomné a v 16.01 hod zahájil jednání výboru, kdy konstatoval, že zasedání výboru je usnášeníschopné.

Hosté
[redacted] Trenéři ve škole
Martin Pecánek, vedoucí Odboru životního prostředí

Program
1) Organizační záležitosti
2) Program Trenéři ve škole
3) Manuál dětských hřišť a sportovišť
4) Akce z oblasti sportu pro první pololetí 2023
5) Různé

Ověření zápisu:
Předseda výboru požádal F. Jettmara, člena tohoto výboru o ověření zápisu.

Hlasování
pro: 4 proti: 0 zdržel se: 0
Ověřovatelem zápisu byl zvolen F. Jettmar, zástupce občanů.

ad 1) Organizační záležitosti

1.1 Odhlasování hosta

Předseda výboru V. Lojík vyzval přítomné, aby hlasovali o hostu dnešního jednání výboru [redacted] který představí projekt Trenéři do škol.

pro: 4 proti: 0 zdržel se: 0

Účast [redacted] na jednání výboru byla schválena.

1.1 Schválení zápisu z minulého jednání

Předseda výboru V. Lojík vyzval přítomné, aby vznesly námitky k Zápisu z 2. jednání Výboru pro sport a volnočasové aktivity, který se konal dne 23. 1. 2023. K Zápisu nebyly vzneseny žádné připomínky.

pro: 4 proti: 0 zdržel se: 0

Zápis z 2. jednání Výboru pro sport a volnočasové aktivity byl schválen.

1.2 Schválení programu

Hlasování o bodech programu jednání výboru.

pro: 4 proti: 0 zdržel se: 0

Program jednání výboru byl schválen.

16.07 Na jednání výboru se dostavil R. Lojda

ad 2) Program Trenéři ve škole

Předseda výboru V. Lojík představil [redacted] manažera rozvoje programu a požádal ho, aby přítomné seznámil s programem „Trenéři ve škole", jehož popis je přiložen jako samostatná příloha č. 1 Zápisu. [redacted] představil detailněji uvedený program a zejména upozornil na to, že program je určen pro první stupeň ZŠ. Konstatoval, že současný stav výuky tělesné výchovy je nedostatečný po stránce obsahové a organizační. Proto vznikl program „Trenéři ve škole". Program není selektivní, ale je určen pro všechny děti. Trenéři jsou pro tuto činnost proškoleni. Na závěr konstatoval, že cílem projektu je nabídka adekvátní pohybové aktivity. V. Lojík doplnil, že naše městská část má program zaveden v cirka polovině škol, které zřizuje.

Diskuse:

R. Lojda: vítá tento projekt, který zná a má na něj kladné reference, projekt vidí jako hodný podpory. F. Jettmar přítomné seznámil o své zkušenosti z rodiny a projekt také kladně hodnotí. [redacted] uvádí, že projekt oživí a zprofesionalizuje výuku tělesné výchovy a děkuje za vyslovenou podporu. F. Jettmar se zeptal na financování projektu ve větším detailu. [redacted] odpověděl, že zřizovatel ZŠ financuje trenéry a odhaduje, že náklad je 1 000 Kč na dítě a rok. V. Lojík doplňuje, že v první třídě projekt začíná a dál pokračuje do dalších ročníků. Ideální stav by byl pokrytí do čtvrté třídy. T. Janík se zeptal, zda li projekt cílí i na děti v MŠ. [redacted] odpověděl, že prozatím tento model zkouší. P. Šutka poděkoval p. [redacted] za činnost jeho organizace a vyjádřil projektu na P10 maximální podporu.

16.30 Na jednání výboru se dostavil M. Pecánek

16.37 Jednání výboru opouští O. Lípa

pro: 5 proti: 0 zdržel se: 0
Usnesení „Výbor pro sport a volný čas PODPORUJE rozšíření projektu „Trenéři ve škole" do všech škol Prahy 10" podle přílohy č. 1 Zápisu bylo přijato.

ad 3) Manuál dětských hřišť a sportovišť
V. Lojík požádal M. Pecánka o představení materiálu, který je přílohou č. 2 Zápisu. M. Pecánek uvedl, že impulzem pro zpracování uvedeného materiálu byla rekonstrukce sportovišť dětských hřišť v naší městské části. Jak hřiště a sportoviště postupně stárnou, bylo zapotřebí vytvořit plán obnovy s důrazem na dosavadní zkušenosti s provozem hřišť po obnově a z toho plynoucí využití materiálů pro případnou obnovu dalších hřišť a sportovišť zejména pro sjednocení požadavků při vypisování VŘ. Dále se věnoval komentování obsahu materiálu.

17.10 Na jednání výboru se dostavil J. Nerušil

Diskuse:
F. Jettmar se zeptal na otevírací hodiny veřejných hřišť. M. Pecánek odpověděl, že jsou uvedeny u vstupu na plochu hřiště, kde je také návštěvní řád. Většinou návštěvní hodiny končí ve 21.00 hod. P. Šutka položil dotaz, jak jsou hřiště v naší městské části využívána. M. Pecánek odpověděl, že odbor situaci detailně nesleduje, ale ví, která hřiště jsou zatíženější. T. Janík se ptal na to, zdali je možné sledovat souvislost mezi zatížením a z toho plynoucího opotřebení. M. Pecánek odpověděl, že v poslední době se naše městská část snaží využívat kvalitních materiálů při obnově hřišť a sportovišť. F. Jettmar se zeptal, zdali jsou hřiště hlídána a zdali jsou na hřištích kamerové systémy. V. Lojík odpověděl, že na dětských hřištích kamerové systémy nejsou, výjimkou je Gutovka kde je monitorován skatepark (jako součást celoměstského kamerového systému). Bohužel však není tato forma příliš účinná, protože ti, proti kterým je cílena ostraha, jsou připraveni, podle oblečení je není možné identifikovat a místo rychle opouštějí. M. Pecánek uvádí, že tam, kde je to možné, je instalováno oplocení, což je jedním z řešení včetně uzavírání areálu. Nejlepší je forma fyzické ochrany, která je však velmi nákladná.

pro: 6 proti: 0 zdržel se: 0
Usnesení „Výbor pro sport a volný čas DOPORUČUJE při realizaci hřišť a sportovišť zohlednit předložený Manuál pro realizaci a následnou údržbu dětských hřišť a sportovišť" podle přílohy č. 2 Zápisu bylo přijato.

ad 4) **Akce** z oblasti sportu pro první pololetí 2023
Předseda výboru V. Lojík předal slovo T. Procházkovi, který okomentoval přítomným akce z oblasti sportu podle přílohy č. 3 Zápisu, kdy jejich popis je podrobnější a týká se akcí rozsahem větších nebo nových. P. Šutka přítomným objasnil záměr a cílovou skupinu pro pořádání uvedených akcí.

pro: 7 proti: 0 zdržel se: 0
Usnesení „Výbor pro sport a volný SOUHLASÍ s plánem sportovních akcí na rok 2023" podle přílohy č. 3 Zápisu bylo přijato.

Součástí zápisu jsou usnesení
č. VSVA/03/06/2023
č. VSVA/03/07/2023
č. VSVA/03/08/2023

Filip J E T T M A R, ověřovatel zápisu

Ing. Viktor L O J Í K, předseda výboru

Mgr. Tomáš P R O CH Á Z K A, tajemník výboru

Zápis z 3. jednání VSVA byl vyhotoven dne 9. 3. 2023
Přílohy:

1) Brožura „Trenéři ve škole" (jako samostatná příloha zápisu)
2) Manuál pro realizaci a následnou údržbu dětských hřišť a sportovišť
3) Plánované sportovní aktivity na 1. pololetí roku 2023

Zápis z jednání výboru Zastupitelstva městské části Praha 10 je pro účely jeho zveřejnění způsobem umožňujícím dálkový přístup upraven tak, aby jeho podoba byla v souladu s právními předpisy, upravujícími ochranu informací, zejména ochranu osobních údajů, osobnosti a soukromí fyzických osob. Originál prezenční listiny je uložen u tajemníka výboru.

Manuál pro realizaci a následnou údržbu dětských hřišť a sportovišť

1. Optimalizace nákladů při realizaci nových DH a sportovišť a při jejich rekonstrukci:

Instalovat kvalitní herní mobiliář od prověřených firem s dlouholetou praxí.
Instalovat bezúdržbové prvky či s minimální údržbou.

- Měkké dřevo stojin nahradit např. tvrdým materiálem, plastem, kovem
- Antivandal provedení
- Dřevěné plaňky oplocení nahradit např. plastovými (estetika, ekologie?)
- Dřevěné ploty nahradit např. kovovými, pozinkovanými
- Bezpečnostní zóny – kačírek vs. písek vs. pryžové povrchy
    - Při pryžových površích odpadá:
        - Uhrabávání dle nutnosti
        - Doplňování písku, kačírku,...
        - Úprava ploch vynesených materiálů mimo bezpečnostní zónu
        - Vysoké obrušování vrchních vrstev herních prvků – podlážky, schůdky

Rozdělit plochy dle významu nejvyužívanější plochy (častější údržba) vs. málo využívané (nižší četnost).
Záruční lhůty

Provedené (instalační) práce	24 měsíců
Pohyblivé části herních prvků	24 měsíců
Umělohmotné a dřevěné části	60 měsíců
Kovové části	120 měsíců

Typy kontrol dětských hřišť

a) Běžná vizuální kontrola

Běžná vizuální kontrola umožňuje rozeznat nápadné zdroje nebezpečí, které mohou být způsobeny vandalismem, používáním nebo povětrnostními podmínkami. Cílem je odhalit zdroje nebezpečí vzniklé v důsledku opotřebení hracích prvků provozem (zlomené části), povětrnostními podmínkami (spadané větve) nebo vandalismem (skleněné střepy). Obvykle se provádí v intervalu jednou za 1 až 3 týdny, pokud dodavatel / výrobce herního zařízení nestanovil jinak.

b) Provozní kontrola

Provozní kontrola je podrobnější prohlídka zaměřená na kontrolu funkce a stabilitu zařízení, zejména z hlediska jakéhokoliv opotřebení. Tu je nutno provádět v rozmezí od 1 do 3 měsíců nebo jak je uvedeno v návodu výrobce. Provádět by ji měl kvalifikovaný pracovník, který je obeznámen s problematikou bezpečnosti dětských hřišť se školením v rozsahu zahrnujícím problematiku ČSN EN 1176 a ČSN EN 1177 v platném znění.

c) Roční hlavní kontrola

Roční hlavní kontrola se provádí v intervalech nepřesahujících 12 měsíců za účelem zjištění celkové úrovně bezpečnosti zařízení, základů a povrchů, např. povětrnostních vlivů, známek rozpadu nebo koroze a jakékoliv změny úrovně bezpečnosti zařízení, plynoucí z provedených oprav nebo dodatečně vestavěných nebo vyměněných částí. Revize - odborné technické kontroly zařízení dětských hřišť provádí kontrolní pracovníci s odbornou způsobilostí k revizní činnosti v této oblasti (např. držitelé Certifikátu vydaného Certifikačním orgánem SCQ – CERT při České společnosti pro jakost - CERTIFICATE CZECH SOCIETY FOUR QUALITY a Certifikátu Q – REGISTER, Registračního a certifikačního orgánu při HOSPODÁŘSKÉ KOMOŘE České republiky.

Kritická výška pádu

Ochrana proti zranění na dopadové ploše povrchu

Povrch dopadové plochy musí být bez částí s ostrými hranami nebo výčnělky a musí být instalován bez jakýchkoliv situací vytvářejících zachycení.

Kritická výška pádu povrchové úpravy musí být stejná nebo vyšší než výška volného pádu ze zařízení.

V případě použití sypkého drobného materiálu se musí instalovat tloušťka vrstvy o 100 mm větší, než je stanoveno podle zkoušky v EN 1177 na dosažení povinné kritické výšky pádu.

Pod celým zařízením dětského hřiště s výškou volného pádu větší než 600 mm a/nebo pod zařízením vyvolávající nucený pohyb těla uživatele (např. houpačky, skluzavky, kolébačky, lanové dráhy, kolotoče apod.), musí být celá dopadová plocha pokryta povrchem tlumící dopad.

Příklady obecně užívaných materiálů tlumících dopad uvádí tabulka 1 s odpovídajícími kritickými výškami pádu, zkoušené podle EN 1177 a měřené částečně na místě a částečně v laboratoři s rozdílnými zkušebními podmínkami.

2. Volba materiálů na povrch dopadových ploch u herních prvků

Tabulka 1 - Příklady běžně užívaných materiálů tlumících dopad, hloubek a odpovídajících kritických výšek pádu

Materiál [a]	Popis	Min. hloubka [b]	Kritická výška pádu
Trávník/udusaný povrch			≤ 1 000
kůra	zrnitost 20 až 80	200	≤ 2 000
		300	≤ 3 000
dřevěné třísky	zrnitost 5 až 30	200	≤ 2 000
		300	≤ 3 000
písek [c]	zrnitost 0,2 až 2	200	≤ 2 000
		300	≤ 3 000
Plavené kamenivo (kačírek) [c]	zrnitost 2 až 8	200	≤ 2 000
		300	≤ 3 000
jiné materiály a jiné hloubky	podle zkoušek HIC (viz EN 1177)		kritická výška pádu dle zkoušek

[a] Materiály připravené právě k použití na dětských hřištích.
[b] Pro sypký drobný materiál se přidá 100 mm k minimální hloubce na vyrovnání způsobené přemisťováním materiálu.
[c] Žádná naplavenina ani částice jílu. Velikost zrnitosti může být stanovena použitím síťové zkoušky podle EN 933-1.

Zařízení s výškou volného pádu nepřevyšující 600 mm a bez nuceného pohybu

Není nutné zkoušet kritickou výšku pádu dětského hřiště pod zařízením, které má výšku volného pádu menší než 600 mm a nevyskytuje se případ nuceného pohybu těla uživatele.

Provozovatel hřiště má ze zákona povinnost:

a) zajistit bezpečnost prvků a dopadové plochy hřišť podle platných norem,

b) zajistit pravidelnou údržbu a kontrolu hřišť,

c) závady ohrožujících bezpečnost bezodkladně odstranit, popř. zajistit zařízení proti použití, dokud závady nejsou odstraněny.

Obecné podmínky stanovené legislativou pro zřizovaná nová DH a sportoviště

Legislativa:

ČSN EN 1176/2018 a ČSN EN 1177/2018

ČSN EN 1176/2018 - Norma bezpečnostní pro zařízení dětských hřišť
ČSN EN 1176-1/2018 Obecné bezpečnostní požadavky a zkušební metody
ČSN EN 1176-2/2018 Další specifické bezpečnostní požadavky a zkušební metody pro houpačky
ČSN EN 1176-3/2018 Další specifické bezpečnostní požadavky a zkušební metody pro skluzavky
ČSN EN 1176-4/2018 Další specifické bezpečnostní požadavky a zkušební metody pro lanové dráhy
ČSN EN 1176-5/2009 Další specifické bezpečnostní požadavky a zkušební metody pro kolotoče
ČSN EN 1176-6/2018 Další specifické bezpečnostní požadavky a zkušební metody pro kolébačky
ČSN EN 1176-7/2009 Pokyny pro zřizování, kontrolu, údržbu a provoz
ČSN EN 1176-10/2010 Další specifické bezpečnostní požadavky a zkušební metody pro zcela ohrazená dětská zařízení
ČSN EN 1176-11/2015 Další specifické bezpečnostní požadavky a zkušební metody pro prostorové sítě
ČSN EN 1177/2018 Povrch dětského hřiště tlumící náraz – Stanovení kritické výšky pádu
ČSN EN 16630/2016 Trvale instalované fitness vybavení pro venkovní použití – Obecné požadavky a metody zkoušení
Vyhláška č. 292/2006 Sb., kterou se stanoví hygienické požadavky na koupaliště, sauny a hygienické limity písku v pískovištích venkovních hracích ploch

3. Hodnocení použitých materiálů

Klady a zápory jednotlivých druhů materiálů

Druhy materiálu	klady	zápory
Litá pryž	• Téměř bez údržby • Homogenní povrch • Barevné varianty • Možnost zakomponování grafiky • Propustný povrch • Možnost instalace na staré povrchy jako asfalt, zámková dlažba... • Možnost kombinace různých tlouštěk podle požadavku herního prvku	• Vyšší cena • Umělý prvek • Stárnutím ztrácí pružnost

Pryžové dlaždice	• Téměř bez údržby • Barevné varianty • Možnost instalace na staré povrchy jako asfalt, zámková dlažba...	• Vyšší cena • Umělý prvek • Stárnutím ztrácí pružnost • Tvarová nestálost • Rozpojování dlaždic
Písek	• Nízká cena • Přírodní materiál • Oblíben mezi uživateli	• Údržba • Neustálé doplňování • Roznášení po okolí • Nerovnoměrné rozprostření • Úklid nečistot
Kačírek	• Nízká cena • Přírodní materiál • Oblíben mezi uživateli	• Údržba • Neustálé doplňování • Roznášení po okolí • Nerovnoměrné rozprostření • Úklid nečistot • Slehává se / nutno přehrabovat
Štěpka / mulčovací kůra	• Nízká cena • Přírodní materiál	• Údržba • Neustálé doplňování • Roznášení po okolí • Nerovnoměrné rozprostření • Rychlá degradace • plísně
Dřevěné prvky z měkkého dřeva	• Nízká cena	• Nízká životnost • Nutnost častých nátěrů • Nutnost častých oprav
Dřevěné prvky z tvrdého dřeva/ severského dřeva	• Kvalitní provedení • Kvalitní povrchová úprava • Méně časté nátěry	• Vyšší cena
Kovové herní prvky	• Téměř bez údržby	• Nehodí se do všech lokalit
Plastové herní prvky	• Téměř bez údržby	• Časem lámání a křehnutí plastů • Barevná nestálost • Umělý materiál

Lanové sestavy	• Téměř bez údržby	• Vyšší cena • Časem opotřebení lan
Kovové oplocení	• Téměř bezúdržbové • Bytelné	• Vyšší cena
Plastové oplocení	• Zcela bezúdržbové	• Vyšší cena • Umělý materiál
Dřevěné oplocení - smrkové	• Nízká cena	• Krátká životnost • Nutno často natírat
Dřevěné oplocení - modřínové, akátové, dubové	• Delší životnost • Vyšší kvalita • Lepší design	• Vyšší cena oproti smrkovým
Pískoviště s krycí plachtou	• zamezení proti kočkám apod. • ochrana před nečistotami, listím	• vandalismus • nedůslednost v odkrývání / zakrývání
Pískoviště bez krycí plachty	• desinfekce slunečními paprsky	• Volně přístupný písek
Trampolíny zapuštěné	• Téměř bez údržby • Barevné varianty • Oblíben mezi uživateli	• Vyšší cena • Poměrně rychlé opotřebení skákacích matrací
Mlhoviště	• Osvěžení v letních dnech • Velmi oblíbený prvek	• Vodovodní přípojka • Vyřešit vsak • Doporučujeme dozor • Sezónní atrakce
Vodní herní prvky	• Osvěžení v letních dnech • Velmi oblíbený prvek	• Vyšší cena • Vodovodní přípojka • Elektro přípojka • Vyřešit vsak, akumulační nádrže, filtrace • Náročnost na vodu • Náročná údržba a servis • Sezónní atrakce

4. Specifická údržba umělých trávníků a pryžových povrchů – doporučený povrch pro hodně využívaná DH a sportoviště

Pravidelná i jednorázová údržba umělých trávníků

Jak často provádět udržovací čištění:

Ideální je povrch vyčistit a ošetřit dvakrát ročně. Minimálně by však měla údržba proběhnout alespoň jednou za sezonu.

Kdy přistoupit k čištění hřiště:

- povrch není ztvrdlý
- znečištění je částečné a není v celé ploše
- chcete udržet hrací vlastnosti povrchu
- chcete prodloužit životnost hřiště

Postup udržovacího čištění:

- odstraníme hrubé nečistoty
- odstranění vrchní vrstvy znečištěného písku
- hloubkové kartáčování
- rovnoměrné doplnění nového písku
- konečné zakartáčování písku do vlasu trávníku
- postřik proti mechům

Proč odstraňovat starý písek:

Při kartáčování jakýmkoliv profesionálním strojem se odstraní nečistoty. Díky vysokým otáčkám kartáče se mech a zhutněný prach rozemelou na milimetrové částečky, které není žádný stroj schopen přesít či jinak separovat.
Většina strojů vrací takto "vyčištěný" písek zpět do povrchu hřiště. Obsahuje ale i nadále drobné části.
Ideální je vrchní vrstvu písku kompletně odstranit a nahradit pískem novým a čistým.

ZÁSADY POUŽÍVÁNÍ A ÚDRŽBY PRYŽOVÉHO POVRCHU EPDM (LITÁ PRYŽ)

Charakteristika:

Výrobek – bezpečný gumový povrch, je směs gumového EPDM granulátu 1-3,5mm s polyuretanovým pojivem. Jedná se o povrch určený pro renovaci starých betonových a asfaltových pochozích ploch.

Povrch je vhodný:

- jako certifikovaná hrací plocha k použití herních prvků (kde je kladen důraz na pádové výšky).
- jako pochozí změkčená plocha pro volnočasové aktivity za použití obuvi s rovnou podrážkou.
- jako plocha kolem bazénů, povrch neklouže a netvoří se kaluže
- jako bezpečnostní prvek na schodech, rampách a terasách

Na povrchu je zakázáno:

- pohybovat se nebo na něj najíždět osobním nebo nákladním automobilem
- pohyb sekací techniky se zapnutým sekacím zařízením
- mechanicky narušovat povrch a svépomocí opravovat povrch bez předchozí konzultace
- používat kopačky, tretry a jinou nevhodnou obuv, která může poškozovat vrstvu gumy
- zalévat povrch jinými materiály
- rozdělávat ohniště a manipulovat s ohněm
- míchat a používat na povrchu cementové směsi
- natírat a stříkat povrch a jiné předměty bez použití ochranných folií
- řezat dřevo nebo manipulovat s pilinami
- používat ostré předměty – ocelové kartáče, kovové lopaty na sníh
- čistit povrch neschválenými chemikáliemi
- dbát na to aby na povrch nepadaly různé náletové semena, případně okamžitě odstranit

Údržba a čištění pryžového povrchu EPDM:

- v zimním období používat plastová hrabla s gumovou lištou a košťata
- povrch není potřeba solit, jelikož guma je porézní a izolant, při chůzi se led prošlápne do materiálu
- pokud je solení potřeba doporučuje se solená místa na jaře propláchnout proudem vody
- za sucha nečistoty vymést tvrdým koštětem – listí, suchá hlína
- za sucha lze povrch vysávat technickým vysavačem – písek kolem hracích ploch
- za mokra umýt povrch od nečistot např. bahno pomocí tlakové vody vzdálenosti cca z 1m, nejlépe v dopoledních hodinách
- odstranění vodního kamene kolem koupacích ploch pomocí přípravku na odstranění vodního kamene
- poškození povrchu ihned nahlásit realizační firmě i po skončení záruky - oprava se provádí vyříznutím poškozeného místa a dolepením stejného materiálu

Další výhody pryžového EPDM povrchu:

- materiál je plně propustný vodě, netvoří se kaluže
- na povrchu jsou snadno viditelné cizí předměty
- písek zapadaný do povrchu dále zpevňuje plochu, není potřeba ho čistit do hloubky
- povrch je potřeba pravidelně kontrolovat, údržba povrchu je velmi jednoduchá a výrazně prodlužuje životnost povrchu

5. Metodické doporučení pro tvorbu a úpravu školních hřišť a zahrad

Anotace

Zeleň je nedílnou součástí města a poskytuje zásadní ekosystémové služby zvyšující kvalitu života. V době klimatických změn a výkyvů počasí představují školní zahrady ve městě větší zelené plochy zasluhující naši pozornost kvůli zeleni samotné i potenciálu sloužit jako příjemné oázy klidu, které poskytují inspirativní prostředí pro vzdělávání a výchovu.
Revitalizací dojde k zatraktivnění těchto ploch pro pobyt a k efektivnějšímu plnění žádoucích funkcí zeleně. Cílem je k pobytu atraktivní a z hlediska životního prostředí a zeleně funkční a udržitelná školní zahrada, která naplňuje funkce ekologické, edukativní i zdravotně-hygienické.

Příklady realizace

- Vytvoření venkovního prostoru pro vzdělávání a výchovu (didaktické a edukační prvky, lavičky a další mobiliář, amfiteátr, zázemí pro výuku, skladování příslušenství)
- Rekreační mobiliář pro trávení volného času mimo výuku (přestávky, školní družina, mateřská škola)

- Environmentální atrakce – didaktické a populárně-naučné prvky s přírodovědnou tematikou nebo edukci a propagaci místního kulturního dědictví
- Sportovní prvky
- Oprava a údržba stávajícího vybavení - mobiliáře, cest, skladovacích prostor a zázemí údržby
- Vytvoření cest pro pěší v areálu zahrady z pro vodu propustného materiálu
- Oplocení areálu zahrady
- Výsadba stromů, dřevin, eventuálně travin
- Péče o stávající dřeviny (včetně výchovných, bezpečnostních a zdravotních řezů)
- Péče a realizace výsadby sadů ovocných stromů a vinohradů
- Vytvoření zeleninových a bylinkových záhonů a skleníků
- Vytvoření školního arboreta z původních druhů dřevin rostoucích mimo les
- Vytvoření květnaté louky
- Nahrazení invazních druhů rostlin a dřevin druhy původními
- Vytvoření jezírka s vodními rostlinami a živočichy
- Vytvoření retenčního objektu pro dešťovou užitkovou vodu
- Kompostování
- Podpora včelaření - založení a správa školního včelstva
- Podpora biodiverzity hmyzu: budování hmyzích budek a "hotelů"
- Vyvěšování ptačích budek a umisťování ptačích krmítek

Důležité indikátory pro kvalitu žádostí o podporu revitalizace školních zahrad

- Počet uživatelů (velikost školy, otevřená / uzavřená zahrada)
- Míra zapojení uživatelů do rozhodování a zpracování žádosti (proběhlý průzkum či participace)
- Komplexnost projektu (co do zapojených prvků)
- Rozloha projektu (rozloha revitalizované plochy)
- Rozdíl retenční schopnosti dotčené plochy (o kolik více vody se v zahradě a nádržích zadrží)
- Poloha ve městě z hlediska vzdálenosti k další ploše zeleně (čím dále od zeleně, tím je více žádoucí podpořit funkce zeleně)
- Počet nových výsadeb stromů
- Rozloha plochy nově zapojených keřových porostů
- Rozloha plochy nových záhonů
- Počet instalovaných prvků edukativního mobiliáře (tzv. "environmentálních atrakcí")
- Počet instalovaných prvků pro podporu biodiverzity

Příloha č. 3 Plán činnosti

PLÁNOVANÉ SPORTOVNÍ AKTIVITY NA 1 ½ ROKU 2023

REHABILITAČNÍ CVIČENÍ PRO SENIORY.
Jedná se o cvičení pro seniory ve věku 60+ s trvalým bydlištěm na území MČ Praha 10 v TJ Astra na Zahradním Městě. Cvičení bude probíhat každý čtvrtek od 9. 3. a poslední lekce je plánována na 15. 6. 2023 vždy od 11 do 12 hodin. Cvičení je zdarma a velkou výhodou je, že se senioři nemusí registrovat.

REHABILITAČNÍ PLAVÁNÍ S INSTRUKTOREM PRO SENIORY
Plavání je určeno pro seniory ve věku 60+ s trvalým bydlištěm na území MČ Praha 10, v plaveckém bazénu SK Slavia Praha. Termíny od 13. 3. do 19. 6. každé pondělí od 13 do 14 hodin, Jedná se o rehabilitační plavání s rehabilitačními pomůckami. Lekce jsou vedeny instruktorem. Registrace budou probíhat přímo na pokladně SK Slavia. První registrace na březen až duben bude 9. 3. Druhá registrace proběhne v dubnu a bude na květen a červen. Kurzy jsou hrazeny MČ Praha 10. Účastníci platí manipulační poplatek 50 Kč za vystavení permanentky.

LEKCE BĚHU
Lekce běhu probíhají tradičně v Malešickém parku, zdarma a bez registrace probíhají od dubna každé úterý v čase od 18 do 19 hodin.

NORDIC WALKING
Dopolední lekce Nordic Walking v Malešickém parku, zdarma a bez registrace probíhají od dubna každou středu, v čase od 9:30 do 11 hodin.

JÓGA v Malešicích a na Zahradním Městě
Velmi oblíbené lekce jógy v Malešickém parku, zdarma a bez registrace probíhají od května do konce června každý čtvrtek, v čase od 18 do 19 hodin. Lekce na Zahradním Městě jsou organizovány v parku Malinová – Chmelová, jsou zdarma a bez registrace a probíhají od května každé úterý od 18 do 19 hodin. Na Zahradním Městě cvičíme od minulého roku a lekce jsou velmi navštěvované.

PARKOUR PRO DĚTI - NOVINKA
Plánovanou novinkou jsou lekce parkouru pro děti pod dohledem zkušeného trenéra. Lekce jsou plánované přímo na hřišti určeném na parkour, které je na Zahradním Městě. První lekce je plánována na 6. 4., dále pak každý čtvrtek do 15. 6. časově od 17 do 18 hodin. Lekce jsou zdarma.

LEKCE LEZENÍ NA GUTOVCE pro děti i dospělé - NOVINKA
Lezení zdarma a bez registrace plánujeme na lezecké stěně na Gutovce na dvě květnové a jednu červnovou sobotu. Účast zdarma a bez registrace. Vybavení k zapůjčení na místě. Čas lekce od 15 do 19 hod.

LEZECKÝ DEN 22. 4. 2023, 12 – 18 HODIN
Možnost zalézt si na venkovní stěně s instruktorem, dozvědět se spoustu užitečných rad o lezení, zkusit si jak náročné je lezení na boaldru, projít si za sníženou cenu lanové centrum a podívat se na ukázkou lezení zkušených lezců.

SCOUTER DAY, 20. 5., GUTOVKA
Plánovaný půl den na Gutovce pro nadšence na koloběžkách i ostatní. Závod na koloběžkách a doprovodný program.

SPORTOVEC ROKU TRMALOVA VILA
Tradiční vyhlášení Sportovce roku Prahy 10 za rok 2022 stejně jako předešlý rok na zahradě Trmalovy vily. Akcí provází moderátor, během předávání se pouštějí medailonky sportovců, je připravený krátký doprovodný program a po akci raut.

DEN JÓGY 10. 6. 2023 MALEŠICKÝ PARK
Na Dnu jógy bude pro návštěvníky připraveno cvičení různých druhů jógy a poradenství.

Městská část Praha 10

U S N E S E N Í

č. e-spis: P10- 110299/2023

Výboru pro sport a volnočasové aktivity ZMČ Praha 10
č. VSVA/03/06/2023
ze dne 6. 3. 2023
k bodu programu jednání výboru č. 2) Program Trenéři ve škole

Výbor pro sport a volnočasové aktivity ZMČ Praha 10

I. *PODPORUJE rozšíření projektu „Trenéři ve škole" do všech škol Prahy 10*

.....

Ing. Viktor LOJÍK
předseda Výboru pro sport a volnočasové aktivity ZMČ Praha 10

Městská část Praha 10

U S N E S E N Í

č. e-spis: P10- 110299/2023

Výboru pro sport a volnočasové aktivity ZMČ Praha 10
č. VSVA/03/07/2023
ze dne 6. 3. 2023

k bodu programu jednání výboru č. 3) Program Manuál dětských hřišť a sportovišť

Výbor pro sport a volnočasové aktivity ZMČ Praha 10

I. *DOPORUČUJE při realizaci hřišť a sportovišť zohlednit předložený „Manuál pro realizaci a následnou údržbu dětských hřišť a sportovišť"*

.....

Ing. Viktor LOJÍK
předseda Výboru pro sport a volnočasové aktivity ZMČ Praha 10

Městská část Praha 10

U S N E S E N Í

č. e-spis: P10- 110299/2023

Výboru pro sport a volnočasové aktivity ZMČ Praha 10
č. VSVA/03/08/2023
ze dne 6. 3. 2023
k bodu programu jednání výboru č. 4) Akce z oblasti sportu pro první pololetí 2023

Výbor pro sport a volnočasové aktivity ZMČ Praha 10

I. *SOUHLASÍ s plánem sportovních akcí na rok 2023*

.....
Ing. Viktor LOJÍK
předseda Výboru pro sport a volnočasové aktivity ZMČ Praha 10