

Sřední škola, základní škola a mateřská škola  
pro sluchově postižené  
Olomouc

Školní projekt  
**SPORT**  
1. projektový den **HALOVÉ SPORŤY**

14. 11. 2017



**Vedoucí projektu:** Mgr. Jan Zorád

### **Organizátoři:**

Na organizaci projektu se podíleli všichni pedagogičtí pracovníci naší Praktické školy dvouleté – Mgr. Marcela Štolcarová, Mgr. Gabriela Budínová, Mgr. Jakub Polešenský, Mgr. Kamila Bártková, Mgr. Michaela Bočková, Mgr. Petra Spáčilová, Mgr. Regina Valentíková, Kristýna Nesvadbová, DiS, Bc. Lucie Hájková, Mgr. Erik Kovářík, Tereza Dokoupilová a Mgr. Jan Zorád.

### **Úvod**

V letošním školním roce se naše střední škola – praktická škola dvouletá zapojila do projektu s názvem SPORT. Toto téma jsme zvolili z důvodu důležitosti realizace pohybové aktivity v životě člověka. Sport a pohybové aktivity jsou mnohdy podceňovanou součástí režimu člověka a proto je důležité tyto návyky v žácích více podporovat. Pomůže to jak z hlediska fyzického, tak z hlediska celkové psychické pohody. Žáky se snažíme motivovat do pohybových aktivit zejména v tělesné výchově, ale pohybu není nikdy dost. Proto jsme se letos rozhodli zrealizovat celkem tři projektové dny, které se vždy zaměří na nějakou sportovní oblast (HALOVÉ SPORTY, ZIMNÍ SPORTY a LETNÍ SPORTY). V těchto třech etapách se budeme snažit v žácích probudit sportovního ducha a ještě větší chuť k pohybu.

Projekt jsme zahájili prvním projektovým dnem s názvem HALOVÉ SPORTY. Tělocvičnu jsme zvolili kvůli nevlídnému podzimnímu počasí. Další etapy budou, když počasí dovolí, venku. Akce byla rozdělena na dvě části, z nichž první byla beseda s paralympijskou vítězkou z Pekingu Evou Kacanů a druhá část byla ryze praktická – sportovní.

Žáci naší PŠ měli možnost seznámit se s paralympijským sportem prostřednictvím návštěvy úspěšné sportovkyně a dozvědět se něco více o disciplínách, kterým se věnuje. Ve druhé části programu si některé disciplíny v upravené formě mohli sami vyzkoušet.

### **Věková skupina**

Projektu se zúčastnili všichni žáci naší Praktické školy dvouleté.

### **Cíl projektu**

1. přispět k vytvoření a rozšíření pohybově sportovních návyků v životě žáků
2. poznat olympijskou atmosféru a atmosféru speciálních olympiád
3. poznat základní rysy a rituály olympijského prostředí
4. seznámit se přímo s paralympijskou vítězkou a prohloubit tak motivaci žáků
5. umět rozeznat jednotlivá sportoviště a sportovní disciplíny
6. poznat a využít netradiční sportovní pomůcky
7. seznámit se s netradičními pohybovými aktivitami
8. rozvoj pohybových schopností a dovedností
9. rozvoj orientace v prostoru

- 10. rozvoj socializace ve větší skupině lidí
- 11. rozvoj schopnosti spolupráce ve skupinách

### Časová dotace

**Přípravná fáze:** 2 hodiny

**Vlastní akce:** 3 h 45 min.

### Časový harmonogram

Čas	Aktivita
8.00–8.45	Seznámení s projektovým dnem, videoprezentace a beseda s paralympijskou vítězkou Evou Kacanů
8.45–9.15	Svačina
9.15	Zahájení činností na jednotlivých stanovištích
9.15–11.45	Postupné plnění úkolů na jednotlivých stanovištích v tělocvičně
11.45	Ukončení akce, závěrečné foto, poděkování Fakultě tělesné kultury

### Složení skupin a jejich doprovod:

Žáci byli rozděleni po dvojicích. Každou dvojici doprovázel asistent nebo učitel, který dopomáhal s plněním úkolů na stanovištích, když bylo zapotřebí.

**Zajištění stanovišť:** Stanoviště vznikla za spolupráce asistenta pedagoga Jana Zoráda a členů katedry Aplikovaných pohybových aktivit FTK v Olomouci.

### Přehled stanovišť s úkoly:

1. **PŘECHOD PŘES BAŽINU** – Sportovec se snaží překonat bažinu tak, aby se nohou nedotkl země. Přechází postupně lavičku, tlusté a tenké lano.
2. **PŘEKÁŽKOVÁ DRÁHA** – Sportovec běží trasu přes různé překážky (pneumatika, průlez tunelem, obíhání kužely, kotoul na žíněnce apod.). Podle potřeby pomáhá asistent.
3. **SLALOM MEZI KUŽELY** – Sportovec probíhá trať mezi kužely se současným válením gymballového míče. Na konci trati musí míčem srazit kuželky. Podle potřeby pomáhá asistent.

4. **FLORBAL** – Sportovec probíhá předem připravenou trasu a vede míč po vyznačené trase. Na konci je umístěna branka, kterou se snaží trefit. Podle potřeby pomáhá asistent.
5. **BOLLO BALL** – Sportovec postupně zavěšuje 6 dvoumíčků na žebřík. Podle potřeby pomáhá asistent.
6. **BOCCIA** – Sportovec se postupně snaží bocciovou koulí trefit co nejvíce obručí položených na podlaze. Podle potřeby pomáhá asistent.
7. **FORMULE 1** – Sportovec se snaží co nejrychleji projet vyznačenou trasu na sportovním invalidním vozíku. Podle potřeby pomáhá asistent.
8. **LANOVKA** – Sportovec se přitahuje po lanu k žebřinám. K přemístění mu slouží tzv. „skate“. Podle potřeby pomáhá asistent.
9. **HOD KINBALLEM** – Sportovec hází od odhodové čáry kinballem co nejdále. Má tři pokusy a počítá se nejlepší. Podle potřeby pomáhá asistent.
10. **CURLING** – Sportovec posílá „kameny“ na ležatý terč na zemi. Snaží se trefit centrum terče. Podle potřeby pomáhá asistent.
11. **PSYCHOMOTORICKÝ PADÁK** – Závěrečná společná disciplína, kdy se střídají aktivity s padákem. Pomáhal i převlečený tučňák a asistenti s učiteli.

## **Pomůcky**

- Učebna s počítačem a interaktivní tabulí, laserové ukazovátko, fotoaparát
- Žíněny, lana, kužely, florbalové hokejky, míčky
- Kinball, psychomotorický padák, skate na přitahování
- Sportovní invalidní vozíky, sada na bocciu, rampa na bocciu
- Pneumatiky, lavičky
- Kartičky a jmenovky na sbírání razítek
- Převlek tučňáka
- Sada na bollo ball, pedallo

## **Realizace projektu**

Projektový den na téma HALOVÉ SPORTY byl naplánován na úterý 14. 11. 2017. Samotné realizaci předcházelo oslovení Fakulty tělesné kultury v Olomouci, která je ochotna zapůjčovat pomůcky a dělat tyto programy pro žáky. Po domluvě jsme mohli tento sportovní den zrealizovat.

Sportovní den začal „suchou přípravou“ v interaktivní učebně, kam zavítala vzácná paralympijská návštěva Eva Kacanů, vítězka z Pekingu ve vrhu koulí. Po krátkém představení s námi vedla besedu na téma rekreační i závodní sportování. Nechyběla její videoprezentace, ve které nám ukázala zlaté okamžiky své paralympijské kariéry. Jako veliký bonus byla ukázka opravdové zlaté medaile z Pekingu, na kterou jsme si mohli sáhnout, prohlédnout si ji z blízka. Po tomto setkání následovala svačina, kde jsme nabrali energii na opravdové sportovní výkony.

Pracovní tým z FTK mezitím připravil tělocvičnu k zahájení praktické části našeho dne. Ze zapřaženého vleku vynášeli netradiční sportovní pomůcky, ke kterým se naši žáci v běžné tělesné výchově nedostanou (bollo ball, kinball, sportovní invalidní vozík, boccia, curling, apod.). Po převléknutí do sportovního oblečení žáky rozdělili do dvojic. Tyto dvojice vždy doprovázel jeden učitel nebo asistent a doprovázel je po celou dobu sportovní části dopoledne. Žáci dostali „score-kartu“, na kterou po splnění stanoviště dostali značku. Úkolem žáků bylo nasbírat 10 značek z 10 sportovních disciplín. Žáci se tohoto úkolu ujali odpovědně a vrhli se na jednotlivá stanoviště, kde je vždy čekal některý z pracovníků FTK. Postupně s radostí vyzkoušeli všechny disciplíny. Po absolvování všech 10 stanovišť následovala minipauza na doplnění pitného režimu. Po ní se žáci se svými asistenty vrátili do tělocvičny, kde je čekala poslední část programu. V této části žáci nebyli po dvojicích, ale celá praktická škola spolu s týmem FTK fungovala jako jeden celek u psychomotorického padáku. Pod vedením animátora Ládi a jeho kamaráda Tučňáka jsme využívali padák na podbíhání, vyhazování míče, vlnobití, trefování míčku do středového otvoru i závěrečnou relaxaci. Nechyběla ani závěrečná fotka celé PŠ a týmu FTK. Celé dopoledne probíhalo ve sportovním duchu a nikdo se rozhodně nenudil.

Poděkování patří týmu FTK, který uměl program „ušít na míru“ pro naše žáky a těšíme se na některé další setkání.

Poděkování patří všem pracovníkům praktické školy, kteří byli pro žáky v tomto projektovém dni trenéry i oporou.

### **Zhodnocení projektového dne**

Celý projektový den probíhal v pohodové sportovní atmosféře. Na žácích bylo vidět, že se jim aktivity velmi líbí, že si všechny činnosti maximálně užívají. Program proběhl v souladu s původně plánovaným časovým harmonogramem.