

**Střední škola, základní škola a mateřská škola
pro sluchově postižené,
Olomouc, Kosmonautů 4**

Školní projekt
SPORTY

Projektový den
Atletické sporty

14.5.2018

Vedoucí akce: Mgr. Kamila Bártková

Organizátoři: Mgr. Jan Zorád, Mgr. Regina Valentíková, Mgr. Petra Spáčilová, Mgr. Michaela Bočková, Mgr. Erik Kovářík, Bc. Lucie Hájková, Kristina Nesvadbová, DiS., Tereza Dokoupilová, Mgr. Jakub Polešenský, Mgr. Gabriela Budínová, Mgr. et Mgr. Marcela Štolcarová

Spolupráce: Oddíl ZP Atletického klubu Olomouc

Úvod

V letošním školním roce se věnujeme v rámci projektových dní sportovní tematice. Již proběhly projektové dny zaměřené na halové a zimní sporty. Nyní nás čekalo téma "Atletické sporty". Cílem bylo nejen tyto sporty žákům představit, ale zároveň jim umožnit vyzkoušet si některé jejich upravené alternativy.

Věková skupina:

všichni žáci naší Praktické školy dvouleté

Cíle projektu:

- seznámit se s vybranými atletickými disciplínami,
- seznámit se s vybranými upravenými atletickými disciplínami,
- rozvoj motorických dovedností,
- rozvoj zdravé soutěživosti,
- osobní setkání s handicapovanými sportovci,
- zjištění vlastního zájmu o konkrétní sportovní disciplíny.

Časová dotace:

- přípravná fáze: 2 hodiny,
- vlastní akce: 3 hodiny 45 minut.

Časový harmonogram:

8:45 - 9:30 zahájení projektového dne, beseda s handicapovanými sportovci

9:30 - 10:55 atletické disciplíny

10:55 - 11:15 společná rozcvička

11:15 - 11:30 ukončení a společné zhodnocení projektového dne

Realizace:

Projektový den probíhal v prostorách atletického stadionu Lokomotiva, což samo o sobě

navozovalo výjimečnou sportovní atmosféru.

V úvodní části probíhala beseda se dvěma handicapovanými sportovci - Dušanem Ščamburou a Michalem Rotterem. Oba se věnují vrhačských disciplínám. Předali našim žákům informace z těchto sportů, ukázali medaile ale také popsali jaká byla jejich cesta ke sportu a jak se vyrovnali se svým postižením.

Následovalo představení některých disciplín. Žáci si mohli vyzkoušet a zasoutěžit v běhu přes překážky (v několika uzpůsobených variantách), hodů koulí, kuželkou, míčky, kroužky, pěnovým oštěpem a také jízdu na hand-biku. Vše probíhalo venku, přímo na atletickém stadionu.

V další části jsme se přesunuli do vnitřní haly, kde nás čekala nezvyklá rozcvička vedená dvěma klauny, tak aby si žáci mohli vyzkoušet protažení těla podle svých vlastních možností.

Na závěr si žáci převzali pamětní diplomy a medaile.

Pomůcky:

- hand-bike,
- překážky,
- koule a míčky,
- pěnový oštěp,
- vrhací kroužky a kuželky.

Zhodnocení:

Projekt proběhl celý dle plánu. Díky dobrému počasí jsme mohli využít prostředí stadionu, což doplňovalo příjemnou sportovní atmosféru. Důležité pro nás po celou dobu bylo, aby naši žáci pocítili, že aktivní sport není něco vzdáleného a je možné jej provozovat i s handicapem. A to se jistě podařilo.

Zapsal: Erik Kovářik

Fotografie z projektového dne naleznete ve fotogalerii.