

Sčítání doby covidové! Školáci z Čakovic si užili podporu hvězdných sportovců

14.3.2025 - Markéta Kosová | Česká olympijská

V jejich pohybových aktivitách je podpořili také ambasadoři projektu kanoista Lukáš Rohan, stříbrný olympijský medailista z Tokia a zápasnice Adéla Hanzlíčková, bronzová medailistka z mistrovství světa 2024. „Olympijský víceboj mi dává smysl. Má různé fáze - od školních kol přes Olympijské tréninky, které jsou odměnou pro školy za jejich aktivitu v projektu, až po vzdělávání učitelů prostřednictvím nejruznějších kempů, kde je společně inspirujeme, jak zařazovat do hodin tělesné výchovy nejruznější sporty zábavnou formou nebo, jak zapojit všechny děti.“

Při školním kole plnili čakovičtí žáci tři disciplíny Olympijského odznaku - trojskok z místa, hod medicinbalem a leh sedy. „Je potřeba zabrat. Všichni vidíme, co covid období způsobilo. Pohyb šel stranou. Šlo o obrovskou ztrátu, která je těžko nahraditelná,“ dodal Rohan.

Že třeba i prvky zápasu mohou děti bavit, dokázala Adéla Hanzlíčková, která byla ve chvílích, kdy děti odpočívaly mezi disciplínami, doslova v obležení. „Z toho, co jsem tady viděla, usuzuju, že se děti velmi rády hýbou. Jsem naprosto spokojená,“ usmívala se. „Koncept Olympijského víceboje se mi moc líbí, je udělaný zábavnou formou.“

Eva Jelínková, garantka projektu na škole, však díky dennodennímu kontaktu vnímá, že jsou na tom děti hůř než před pandemií. „Situace se změnila, před covidem se děti hýbaly rády a přirozeněji. Třeba ročníky 2009 a 2010 se nemohly v době covidu hýbat vůbec, dnes je to na nich hodně vidět. Chybí jim obecná fyzická zdatnost. Například nevyjdou schody, aniž by se zadýchaly, nebo neujdou pár kilometrů,“ vysvětlila učitelka tělesné výchovy a také někdejší trenérka olympijské šampionky v alpském lyžování a snowboardingu Ester Ledecké.

Sportovní psychologka Jana Harvanová se zamýšlela nad tím, proč vlastně musíme děti k pohybu motivovat. „Pohyb by pro ně měl být přirozenou součástí. Pojďme přemýšlet o tom, jaké prostředí jim vytváříme, že se nemají chuť hýbat,“ nabádala. „Jsou tu děti, které se pohybují, sportují a pak děti, které se pohybují málo. Je to dané tím, že nemají příležitosti, nemají vzory a nemají to správné rodinné zázemí. Příklady, které by ukazovaly, že pohyb je normální věc.“

Do největšího pohybového školního projektu Olympijský víceboj se ročně zapojí zhruba 1200 škol z České republiky, a to znamená 140 tisíc dětí. S podporou týmu Olympijské víceboje probíhá přes 100 školních kol a každoročně také 28 Olympijských tréninků, kdy na vylosované školy dorazí také některý z předních českých olympioniků, jako je bronzový olympijský medailista z Paříže Jiří Beran nebo třeba kanoista Lukáš Rohan, stříbrný olympijský medailista Tokia.

<https://www.olympijskytym.cz/article/scitani-doby-covidove-skolaci-z-cakovic-si-uzili-podporu-hvezdnych-sportovcu->