

Projekt: Hodina pohybu navíc

Realizace: září 2016 – červen 2018

Donátor projektu: Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

Účel: rozvoj pohybových aktivit dětí, prevence obezity a nemocí, ověřování metodické podpory

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy zařadilo naši školu do pokusného ověřování účinnosti programu zaměřeného na navýšení pohybových aktivit žáků prvního stupně základních škol (Hodina pohybu navíc).

Cíle pokusného ověřování

- Zlepšení zdravotního stavu českých dětí
- Snižování obezity dětí
- Prevence nemocí
- Vytvoření, vydání a ověření metodiky pro pohybové aktivity ve školních družinách
- Ověření možností pozitivního ovlivňování rodičů žáků zapojených do pilotního ověřování,
- Získat vyhodnotitelná data o průběhu zavádění metodiky pohybu programu,
- Připravit kvalitní podklady pro rozhodování o tom zda a v jaké podobě začlenit úpravu koncepce pohybových aktivit do ŠVP školních družin.

Vzhledem k stále se zhoršujícímu zdravotnímu stavu našich dětí, který plyne z nedostatečného pohybu, MŠMT navrhuje zvýšit objem odborně řízeného pohybu žákům v základních školách. Problémy žáků (většinou spadajícím na 2. stupeň ZŠ) potvrzuje prakticky každá studie (HBSC, WHO), která se na tuto zdravotní problematiku zaměřuje. Stále se zvyšující nadváha a obezita u mladé generace generuje další nemoci, jako diabetes, kardiovaskulární nemoci, některé nádory. S tím se pojí stále se zvyšující riziko nadváhy/obezity u dospělé populace, pokud jimi trpí již v dětství. Dalším problémem je špatné držení těla (páteř, postavení nohou, klenba chodidel, svalový korzet atd.), které se již stává normou. Konsekvencí je osvobozování žáků z hodin tělesné výchovy. Samo zavedení programu „Hodina pohybu navíc“ neomezí osvobozování žáků z TV, ale dá jim další možnost se pohybem více bavit, což může v konečném důsledku a v dlouhodobém horizontu vyústit v jejich vyšší účasti na hodinách TV a omezit jejich osvobozování z této výuky. Žáci jsou si také svými nekoordinovanými pohyby „nebezpeční“, své tělo nekontrolují a při každém pádu hrozí zranění. Program „Hodina pohybu navíc“ plně odpovídá dosavadním zjištěním jak na úrovni MŠMT, tak i na úrovni Ministerstva zdravotnictví, vlády a komisí EU.

