

Výchova k pohybu jako základ kvalitního života člověka

Kongresové centrum Praha
30. května 2024





TRENÉŘI

UČITELÉ

RODIČE

SPOLEČNĚ

SPOLEČNĚ
TO MŮŽEME
ZMĚNIT

SPOLEČNĚ
TO MŮŽEME
ZMĚNIT

SPOLEČNĚ
TO MŮŽEME
ZMĚNIT



2017



Kdo jsme a proč se věnujeme tomuto tématu

2017

Fotbalové reprezentace a akademie

„ Společně to můžeme změnit“

2018

Trenéři ve škole

„ Pomozme tady a teď “



ANTONÍN BARÁK

Spoluzakladatel programu a hlavní metodik



ONDŘEJ LÍPA

Manažer rozvoje programu a lektor



BOŘEK DOČKAL

Bývalý profesionální fotbalista a reprezentant ČR a podporovatel programu

Trenéři ve škole



2018

Založení spolku

2019

1. lokalita
(Praha 6)

2024

42 lokalit
260 škol

Školní rok 2024



260 škol
50 tisíc dětí
400 trenérů



Dle údajů WHO se Česko v roce 2021 dostalo na **1. místo v nadváze dětí.**



Podle údajů MZČR **27 % dětí** ve věku 5 až 17 let trpí obezitou.



Do roku 2030 je predikce, že **35 % české populace bude obézní.**



Procento dětí /
Percentage of
children

Oblast grafu

Obezita / Obesity

Nadváha / Overweight

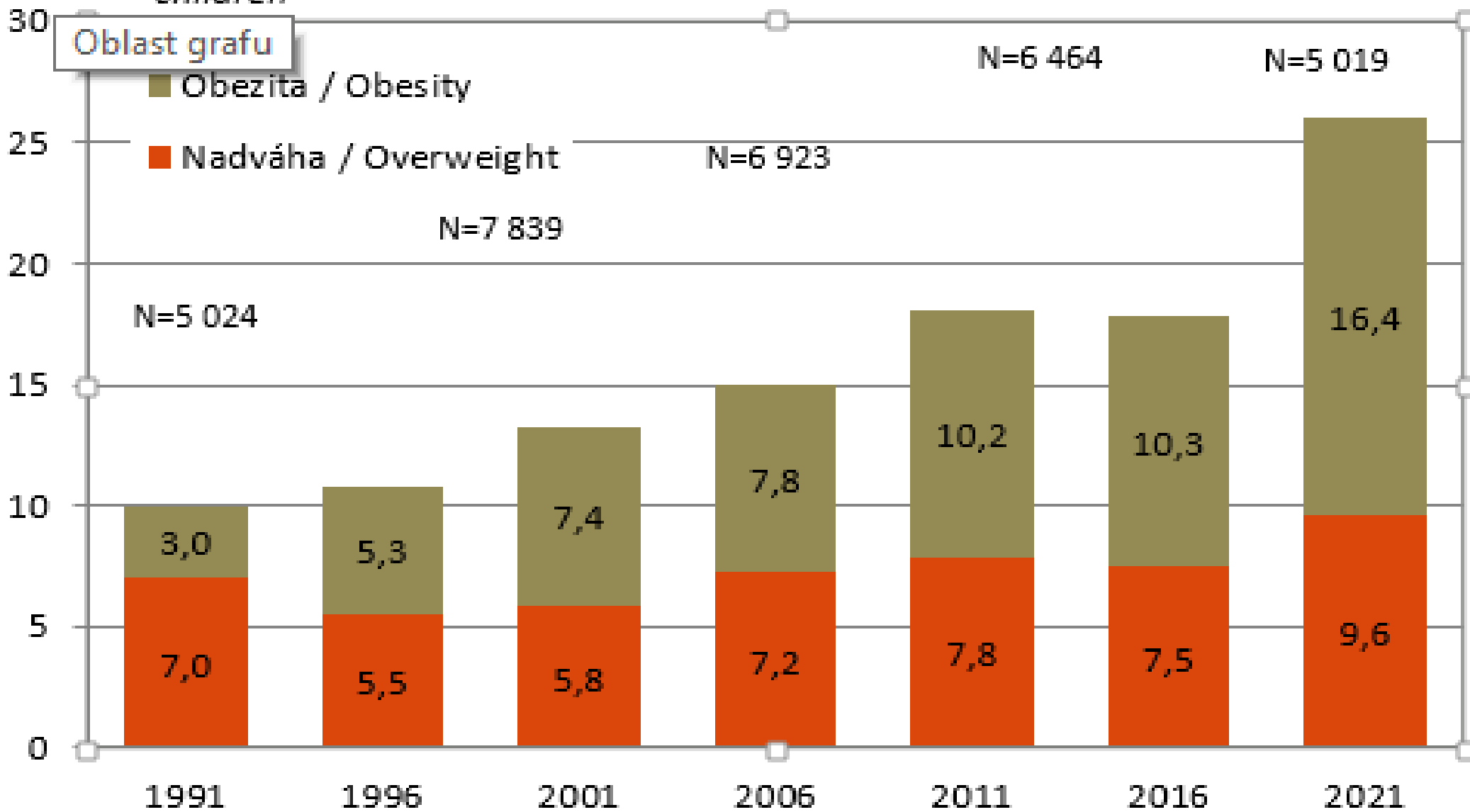
N=6 464

N=5 019

N=6 923

N=7 839

N=5 024





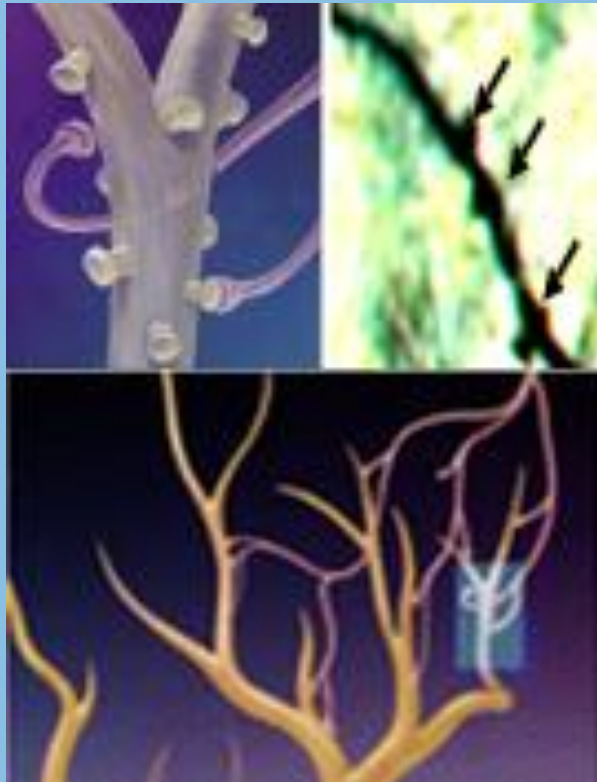
prof. JAN PIRK

Kardiochirurg a emeritní
přednosta Kardiocentra a Kliniky
kardiovaskulární chirurgie IKEM

„Lidské tělo/organismus se nedokáže tak rychle přizpůsobit změně stylu života“
Pračlověk se najedl a odpočíval, pak šel znovu lovit – my jíme a odpočíváme stále

„Fyzická aktivita rozhoduje především o kvalitě života ve stáří, nikoliv o jeho délce“

Vztah mezi pohybovou aktivitou a rozvojem mozku



Málo pohybové aktivity
řidká neurální síť



Hodně pohybové aktivity
hustá neurální síť

Souvislosti pro cílovou skupinu

MŠ – 1.stupeň ZŠ



Mateřské školy
Hra a pohyb



1.stupeň ZŠ
Zásadní změna pro tělo i mysl
Náročnost pro učitele
Pomoc s efektivitou, pestrostí a
bezpečností

Principy programu Trenéři ve škole (TVŠ)



Radost

Vyvoláváme v dětech pozitivní emoce
Budujeme bezpečné prostředí

Efektivita

Každé dítě je v pohybu / Netvoříme zástupy

Komunikace

Mluvíme jednoduše, krátce a srozumitelně
Využíváme více praktické ukázky

Všestrannost

Rozvíjíme všechny pohybové schopnosti
Cílíme na multisportovní rozvoj dětí

Optimální výzva

Věnujeme se všem dětem bez rozdílu
Volíme aktivity podle jejich schopností

Zapojení učitelky

Paní učitelka má aktivní a důstojnou roli
Paní učitelku inspirujeme a celoročně vzděláváme

Bezpečnost

Máme přehled a kontrolu nad činností / Čtyři oči více vidí

Samostatnost

Dáváme prostor samostatným aktivitám a nápadům dětí
Zapojujeme je do rolí

Implicitní učení

Bez vědomého usilí / Nejlépe se rozvíjí hrou

Nenáborujeme

Rozvíjíme děti pro všechny aktivity a sporty bez rozdílu
Necháváme na dětech, jaká pohybová aktivita je zaujme



Jak to funguje?

Učební bloky

5 týdnů

1 řádná hodina týdně

Tandem

Spolupráce učitelka – trenér

Vzájemná inspirace

Rotace

Pestrost pohybových aktivit a kompetencí

Pestrost osobností a přístupů

..... po celý školní rok



Souvislosti Přesah Spolupráce



Školy

Osvěta a inspirace
Školení pro učitelky



Asociace a sportovní oddíly

Sdílení principů vzdělávání
Zvyšování počtu a kvalifikace trenérů

Fakulty

Vědecká spolupráce
Vzdělávání
Garance a zpětná vazba

Zřizovatelé, Magistráty

MŠMT

Školní inspekce

NSA

Projekty

Komerční partneři



MARTIN MUSÁLEK

Předseda Oborové rady
FTVS UK



Kam směřujeme

**Konference
ve spolupráci s FTK**

15.-16.11.2024

Olomouc

Udržitelnost a kvalita

Tandemová výuka

Zvyšování kvalifikace a odbornosti

Zdraví a osvěta

Data



Budujme vztah k pohybu
TADY a TEĎ

Za pozornost děkují,
TRENÉŘI VE ŠKOLE

Ondřej Lípa 603171763
Antonín Barák 606147014

www.treneriveskole.cz
ondrej.lipa@treneriveskole.cz
antonin.barak@treneriveskole.cz