



„BASKET NA ZKOUŠKU“



Realizace: 6. března 2024

Středa 6. 3. 2024 patřila v naší školní tělocvičně basketbalu. Pod vedením basketbalového trenéra pana Marka Slováka si mohli žáci 2. stupně naší školy zažít na vlastní kůži basketbalový trénink. Preventivní aktivity se účastnily čtyři skupiny žáků a každá skupina absolvovala 45 minutovou tréninkovou jednotku. Na úvod se všichni rozešli při velmi nápaditých pohybových hrách, zaměřených na postřeh, koordinaci, celkovou tělesnou zdatnost, ale i spolupráci. Pak přišla na řadu práce s basketbalovým míčem. Trénovala se zručnost i zajímavé triky. Pan trenér si připravil nejrůznější pomůcky, které dotvářely celkovou pestrost programu. Účastníci odcházeli zpátky do tříd řádně zpotení, ale také v dobré náladě a spokojení. Naším cílem bylo představit basketbal žákům jako jednu z možností aktivního trávení volného času.



Za financování této aktivity děkujeme městu Kopřivnice („Zdravotnímu plánu“).