

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ
KATEDRA TĚLESNÉ A SPORTOVNÍ VÝCHOVY



Olympiáda dětí předškolního věku - Pidilympiáda

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

Václav Kaše

Tělesná výchova a vzdělávání

Vedoucí práce: Mgr. Luboš Charvát

Plzeň 2021

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracoval samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

V Plzni 27. června 2021

_____ vlastnoruční podpis

Poděkování

Tímto bych rád poděkoval panu Mgr. Luboši Charvátovi za jeho přístup, ochotu a odbornou pomoc při vypracování mé bakalářské práce. Dále bych chtěl poděkovat mateřské škole ve Stodě a Domu dětí a mládeže Stod za vstřícný přístup a dodání pomůcek, bez kterých bych nebyl schopen organizace této akce. Samozřejmě také firmě Pneuservis Gruber za sponzorský dar.

Obsah

Úvod	6
1. Teoretická část	7
1.1. Projekt	7
1.2. Reklama	8
1.3. Marketing	9
1.4. Sponzoring.....	9
1.5. SWOT analýza	11
1.6. Děti v předškolním věku.....	12
1.7. Děti a pohyb jako součást života	15
2. Olympijské hry	16
2.1. Olympijské hry ve starověkém Řecku	16
2.2. Pokles a oživení olympijské tradice	16
2.3. Olympiáda v průběhu let	16
2.4. Hod oštěpem.....	17
2.5. Běh na krátkou trať	18
2.6. Překážkový běh	18
2.7. Basketbal.....	19
2.8. Fotbal	20
2.9. Stolní tenis.....	21
2.10. Skok daleký	22
2.11. Gymnastika	23
3. Pidilympiáda – disciplíny	26
3.1. U Bány Špotákové – oštěp	26
3.2. Běhej jako Usain Bolt.....	27
3.3. Létej jako Zuzka Hejnová.....	27
3.4. Trefíš se líp, než Michael Jordan?.....	28
3.5. Olympijská brána – dávej góly jako Lionel Messi	28
3.6. U Ivety Vacenovské – stolní tenis.....	29
3.7. Skoč dál, než Mike Powell – skok daleký.....	29
3.8. U Věry Čáslavské – kotoul + kladina	30
4. Praktická část	31
4.1. Příprava her	31
4.2. Uskutečnitelnost her	31

4.3.	Silné stránky.....	31
4.4.	Slabé stránky.....	31
4.5.	Příležitosti	32
4.6.	Hrozby.....	32
4.7.	Financování.....	32
4.8.	Sponzoring.....	32
4.9.	Vybavení	32
4.10.	Personální zajištění.....	32
4.11.	Místo konání.....	33
4.12.	Datum a čas	33
4.13.	Propagace	33
4.14.	Ceny pro účastníky	34
5.	Realizace her	35
5.1.	Zhodnocení akce.....	36
	Závěr	37
	Resumé	39
	Cizojazyčné resumé	40
	Seznam literatury	41
	Seznam obrázků.....	43
	Přílohy:	44

Úvod

Měl jsem během svého působení možnost pracovat snad se všemi věkovými kategoriemi od dětí ze základní školy, až po dospělé. Ovšem jediná kategorie, která mně stále unikala, byly právě děti v předškolním věku. Chtěl bych však rozšířit své obzory, a proto jsem svoji bakalářskou práci zaměřil na tuto věkovou kategorii.

Děti v předškolním věku by neměly být vystaveny nátlaku, co se týče soutěží. Velice negativně by nesly porážku a mohlo by to zapříčinit i záporný vztah k dalším sportovním aktivitám. Tomuto problému chci předejít zvolením individuálních sportovních disciplín, ve kterých si děti zaspoutují a budou za své výkony všechny odměněny.

Jedná se o disciplíny jak silové, tak i koordinační a rychlostní. Bude se tedy jednat o motorické schopnosti a dovednosti aplikované do těchto disciplín: Hod oštěpem, sprint na 30 m, překážkový běh na 30 m, hod na koš, střelba na bránu, stolní tenis, střelba na terč, skok do dálky a gymnastika.

Cíl a úkoly práce

Cíl práce

Cílem mé bakalářské práce bude primárně uspořádat sportovní akci, ve které budou soutěžit děti v předškolním věku z mateřské školy Stod. Akce proběhne ve spolupráci s DDM Stod, který poskytne pomůcky a dobrovolníky, kteří se budou podílet na průběhu jednotlivých disciplín. Pídiolympiáda proběhne ve sportovní hale ve Stodě.

Úkoly práce

- Určení místa konání a termínu sportovní akce
- Zajištění materiálního, finančního a personálního zajištění projektu
- Sponzoring a propagace akce
- Vytvoření harmonogramu soutěží
- Realizace a vyhodnocení akce

1. Teoretická část

V teoretické části se zabývám plánováním z hlediska financí a uskutečnitelnosti celé akce ohledně materiálního a personálního zajištění. Zároveň také popisují jednotlivé disciplíny, ve kterých děti budou soutěžit.

1.1. Projekt

Účelem projektu je stanovit si nějaký cíl, kterého chceme dosáhnout. K této vizi vytvoříme projekt. V projektu se musí uvést nejen vizualizace, ale i rozpočet a stanovení termínu jeho dokončení. Vizualizace nám slouží k představě o tom, jak bude projekt vypadat, až bude zcela dokončen. Musíme také uvést zdroje a veškeré náklady, které budou potřeba na realizaci projektu. Součástí projektu je soupis materiálu a služeb, které jsou nutné pro jeho realizaci. Dále se musí uvést, za jakým účelem je projekt navrhován. Zda splňuje všeobecné normy a zákony pro použití. V projektu bývá uveden i vliv na životní prostředí a jeho dopad na ekologii. Obsahuje i výpočty, jak je projekt energeticky náročný. Termín dokončení je vždy spočítán s určitou rezervou, neboť se všeobecně předpokládá, že dojde k určitému zdržení a v případě nedodržení termínů bývá udělena pokuta. (Němec, 2002)

Projekt projde schvalovacím procesem, kde se k němu vyjadřují všechny příslušné orgány, kterých se tento projekt dotýká. Napíší své vyjádření, zda s tímto projektem souhlasí. Pokud ne, tak navrhnou řešení, jak tento projekt upravit, aby mohl být schválen. Zároveň s tímto schvalovacím procesem probíhá schvalování finančních prostředků na tento projekt. Musí být vypracována finanční rozvaha, ve které jsou uvedené veškeré náklady na realizaci projektu, ale ve které je také uveden zisk, který bude plynout z realizace tohoto projektu (popřípadě tam bude uvedeno, za jak dlouho bude daný projekt splacen v případě úvěru). Bude tam též uvedeno, z jakých zdrojů se bude tento projekt financovat. (Čáslavová, 2000)

Po dokončení a realizaci projektu musíme vyhodnotit, zda se splnilo to, co jsme od projektu očekávali a zda jsme celkově s realizací spokojeni. Každý projekt má svá úskalí a nezdídky se až při realizaci objeví nečekané věci, se kterými jsme při projektu nepočítali. Musíme se také zamyslet nad rizikem daného projektu. Jsou rizika, která můžeme předvídat a ovlivnit (jsou to problémy s financováním, špatná kvalifikace a zkušenosti odborných pracovníků nebo špatně zvolený termín dokončení). Další riziko projektu je neovlivnitelné (nové podmínky v legislativě, zdražování materiálu či služeb, nepřízeň počasí, pracovní postupy – musí se použít jiné technologie, než s jakými se počítalo). Rizikům v projektech se

musíme snažit vyhnout a pokud možno je předvídat. Pokud přesto riziková situace nastane, musíme si zajistit čas a finance na její řešení. V průběhu realizace si projekt průběžně vyhodnocujeme z hlediska financí a časové osy. Zjišťujeme, jakých chyb a přešlapů jsme se dopustili a můžeme se jim v dalších fázích realizace vyhnout nebo být poučeni do dalších projektů. (Němec, 2002)

1.2. Reklama

Reklama obsahuje prezentaci výrobků a služeb. Reklamu si objednává určitý subjekt, který chce prezentovat své výrobky nebo služby. Tato prezentace formou reklamy je za peněžitou odměnu pro subjekt, který reklamu nabízí (rádio, televize, internet, noviny, časopisy, billboardy). Reklama ovlivňuje všechny věkové kategorie a je rozšířená do všech informačních technologií, a proto si každý člověk v určitém věku najde tu svou reklamu, která ho osloví. Reklama podporuje prodej a pracuje s veřejností tak, že ovlivňuje její výběr výrobků a služeb. I když si to nepřiznáváme, tak nás reklama ovlivňuje a když hledáme řešení pro nákup nějakého výrobku či služby, tak nám podvědomě vyvstane v mysli výrobek nebo služba, na níž jsme viděli, či četli reklamu. (Čáslavová, 2000)

Reklama ve sportu je také velice důležitá. Je to reklama, kde se objevují sportovní motivy nebo je to reklama na výrobek, který při sportu můžeme potřebovat ze zdravotního hlediska (doplňky na klouby a svaly). Kromě klasických forem reklamy se ve sportovní reklamě ještě používají např. mantinely, na kterých běží pásy s reklamou. Na těchto pásech už není jen reklama se sportovními motivy, ale nejčastěji obsahují reklamu na firmy, které dané utkání, či sport sponzorují, a proto jsou uvedeny na nejviditelnějších plochách. Nemusí se jednat jen o jednu reklamu, ale na těchto pásech se reklama mění a objevuje se tam více druhů. Tato reklama se objevuje nejčastěji na hokejových a fotbalových stadionech, kde na sebe upozorňuje blikáním především o pauzách. Dále se ve všech formách sportu objevuje reklama na dresech jednotlivých sportovců, či na jejich sportovním náčiní. Každá z těchto uvedených reklam plní na trhu jinou funkci. Reklama na dresech hráčů uvádí nejčastěji prezentaci loga firem, které jsou vyobrazeny na místě dresu podle peněžitého ohodnocení reklamy. Od toho se odvíjí nejen umístění reklamy na dresu, ale i velikost loga firmy. (Čáslavová, 2009)

1.3. Marketing

Sportovní marketing je zaměřený na výrobky a služby, které se vztahují k zákazníkům daného sportu. Dále se zaměřuje na ostatní zákazníky, kteří chtějí propagovat své služby a produkty ve sportovním prostředí. (Mullin, Hardy a Sutton, 2000)

Sportovní marketing se za poslední období stává stále více populárním. Díky tomu se v této oblasti neustále zdokonaluje forma prezentací a nabídek na určitý druh výrobku nebo služby. Využívají se nové technologie k tomu, aby zaujaly a výrobky byly více zviditelněny. Virtuální reklama má ve sportovním marketingu nezastupitelnou roli. Sportovní organizace se snaží zaujmout, a tak zviditelňují svůj prodej vstupenek (prodej přes internet), poskytují skálním fanouškům různé bonusy a karty s výhodami. Také se snaží nabízet pořád něco nového a zajímavého. V dnešní době si sportovní organizace uvědomují, že musí pečovat o zákazníky a fanoušky, neboť jsou dobrým nástrojem na propagaci jejich výrobků. (Čáslavová, 2009)

Sportovní strategií každého sportovního klubu je spolupráce s dobrovolníky, dodavateli a investory. Dalším důležitým krokem sportovní organizace je hlídání konkurenčních firem, abychom o nich stále měli přehled a nemohly nás tudíž ničím překvapit. (Čáslavová, 2009)

Nejdůležitější v chodu sportovní organizace, co se týká marketingu, je ekonomická stránka. Ta je pro chod sportovní organizace nezastupitelná. Ekonomická stránka má výrazný dopad na chod sportovní organizace. Jedná se nejen o dotace a různé podpůrné programy, o prodej reklamy, ale také o výdaje, které jsou s chodem sportovní organizace spjaty. Záleží na tom, aby marketing uměl efektivně rozdělovat své peníze. (Čáslavová, 2009)

1.4. Sponzoring

Sponzoring se využívá při realizaci kulturních, charitativních, výzkumných a sportovních aktivitách. Novinkou posledních let je sponzoring určitého druhu zvířat či ptáků v zoologických zahradách i útulcích. Sponzoring zabezpečuje finanční prostředky na danou realizaci nebo na určitý druh zvířete (sponzoring u zvířat se většinou dělá ve formě adopce). (Čáslavová, 2009)

Sportovní sponzoring se týká především všech sportovních klubů, spolků, organizací a tělovýchovy. Patří sem i sponzoring kroužků se sportovní tematikou. Sportovní sponzoring řeší zajištění finančních prostředků pro daný sport. Může být formou sponzorského daru, který

nemusí být pouze peněžité, ale může se jednat i o výrobky (pořízení nových dresů) nebo služeb (praní dresů zdarma). Sponzorovat můžeme jednotlivce, ale i celé organizace. Sponzor většinou za své finanční prostředky, výrobky nebo službu chce nějakou protislužbu. Jsou to většinou loga jejich firmy a výrobků uvedené na dresech, ale i na billboardech umístěných na stěnách hal a mantinelů, případně na klubových dopravních prostředcích. Může se ovšem stát, že daný sponzor, který přispěje pouze drobných darem, za svůj dar nic nepožaduje. O každém příspěvku v podobě daru vždy musí být sepsána smlouva a v ní musí být uvedena nejen částka, ale i protislužba, pokud nějakou sponzor vyžaduje. Také musí být jasně dáno, v jakém termínu musí být dané logo propagováno a kde se má objevit, popřípadě v jaké velikosti. (Novotný, 2000)

Důvody sponzoringu jsou ve většině případů jasné. Jedná se o zviditelnění firmy, případně některého z výhradních výrobků či služeb dané firmy. Sport je dobré odvětví pro sponzoring, neboť sportovci jsou dobře vidět a prezentují se v televizi i na internetu. Propagují zde výrobky a služby. Vzhledem k tomu, že jsou populární a známí, tak je na jejich názor brán veliký zřetel nehledě na to, že ne vždy propagují jen výrobky zdraví prospěšné nebo nějak spojené se sportem. Sport je všeobecně hodně populární, a tak se sponzoring často zaměřuje právě na sportovní odvětví. (Novotný, 2000)

Dalším důvodem sponzoringu je třeba sponzorský dar od města a kraje, kteří podporují své sportovce zejména proto, že chtějí, aby daný sport v jejich městě či okresu nezankl. Taková spolupráce je pro sport velice důležitá a spousta sportovních utkání, zejména v malých městech, by bez sponzorského daru od města nemohla být vůbec uskutečněna. Jedná se zejména o spolky, které každoročně pořádají nějaký turnaj. Jejich význam není takový, aby mohly tento turnaj pořádat jen díky prodaným lístkům (pokud se vůbec nějaké prodávají). (Novotný, 2000)

Posledním důvodem pro sponzoring je zájem rodičů o kariéru svých dětí ve sportovním odvětví. Rodiče často sponzorují sportovní klub nebo organizaci, kde se jejich dítě věnuje sportu. Tento trend je nejvíce známý v hokeji, kde je bohužel spousta kauz, ve kterých se jedná o úplatek ve formě sponzorského daru, aby jejich dítě hrálo určitý post v hokeji. Na těchto, a ještě dalších kauzách třeba v politice je vidět, že jde sponzorský dar také zneužít. (Novotný, 2000)

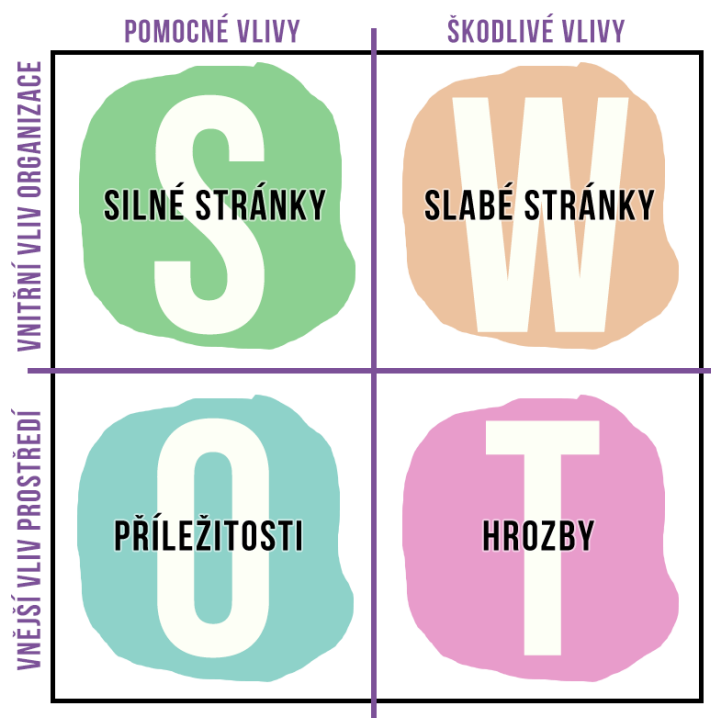


Obrázek 1: Ukázka sponzoringu

1.5. SWOT analýza

Na počátku sportovní akce, která musí projít podrobným plánováním, si musíme vytvořit analýzu. SWOT analýza se zabývá porovnáním všech detailů, které budou ovlivňovat celkový průběh sportovní akce od příprav až po vyhodnocení celé akce a její ukončení. Musíme si dopodrobna srovnat naše silné a slabé stránky akce a zaměřit se na její bezproblémový průběh. Dalšími důležitými aspekty sportovní akce jsou hrozby. Musíme mít v analýze uveden plán v případě nějakých problémů s uskutečněním sportovní akce. Jako příklad uvedu, když nám nebude přát počasí, musíme mít připravenou sportovní halu, kam můžeme tuto sportovní akci přesunout. Při plánování sportovní akce musíme mít vyhotoven finanční rozpočet celé akce, a to nejen jeho uskutečnění, ale i přípravu celé akce a musíme mít v rozpočtu také věcné ceny nebo úklid po této akci. Musíme mít personální obsazení při plnění jednotlivých úkolů sportovní akce. Nedůležitější je stanovení data, místa a času sportovní akce. Příležitostí uskutečnění sportovní akce může být např. dotace či finanční dar nějaké organizace, jednotlivce

nebo též zviditelnění nějakého sportu, či sportovního zázemí nebo sportovního týmu. (Čáslavová, 2009)



Obrázek 2: SWOT analýza

1.6. Děti v předškolním věku

Období předškolního věku začíná v době, kdy se ukončí vývojové období batolete. Toto období zahrnuje třetí až šestý rok života dítěte. Patří sem zejména motorický vývoj dítěte, poznávací procesy a vývoj v předškolním věku. Do tohoto období života spadá také sociální a emoční vývoj. (Vágnerová, 2012)

Předškolní věk je zejména o odloučení se od domova a od své rodiny. Dítě bylo zvyklé pobývat celé dny doma u svých rodičů a najednou v předškolním věku přijde obrovská změna. Dítě nastupuje do školky, kde nikoho nezná. Musí si zvyknout, že má místo rodičů paní učitelku. Musí se naučit komunikovat se svými vrstevníky, ukázat svoji individualitu, naučit se dělit a přizpůsobit se kolektivu, ve kterém se nachází. Přizpůsobuje se jinému režimu, než jaký mělo doma. Je to pro něj nesmírně obtížné a spouště dětí trvá poměrně dlouho, než si na tento nový rytmus života zvyknou. V období předškolního věku se musí naučit spoustu věcí a před

nástupem do školy musí všechny potřebné věci zvládat, aby bylo vůbec připraveno nastoupit do školy. Jedná se zejména o další vývoj motoriky, oblast paměti, vnímání, pozornosti, myšlení, představivosti a řeči. V předškolním zařízení se toto vše procvičuje zábavnou formou hry, kreslení a pohádek. Tyto oblasti se tedy rozvíjejí spontánně. (Vágnerová, 2012)

Předškolní věk se ani tak neukončuje při dosažení šestého roku života, ale až po zvládnutí motorických, emočních a sociálních dovedností a je zakončen nástupem do první třídy. Pokud dítě nezvládá určité dovednosti, tak je doporučeno oddálení nástupu do první třídy. Důležité je posouzení psychologa a diskuse s rodiči, kde se vybírá nejlepší řešení pro dané dítě. Spouště dětí tento rok navíc velice prospěje. Ony se ve svých dovednostech zlepši a psychicky jejich osobnost vyzraje. Děti pak nemají s nástupem do první třídy žádný problém. Dítě je socializované a zvládne nástup do školy po stránce emoční a motorické. (Bednářová, 2011)

Období předškolního věku je pro nás velice významné i z toho důvodu, že to bývá první období v našem životě, které jsme později schopni si vybavit a vzpomenout si na něj. Je pro celý náš život důležité, jaké si vybavíme naše vůbec první vzpomínky. Jestli budou pozitivní nebo negativní. V tomto období se nejvíce utváří naše osobnost. Je to základ toho, jací budeme v dospělosti. Procházíme největším psychickým a sociálním vývojem. Období předškolního věku nás bude ovlivňovat celý život při nástupu do jakéhokoliv kolektivu a při učení jakékoliv nové dovednosti. Vždy budeme čerpat z toho, jak jsme se v předškolním věku zařadili do kolektivu a učili se novým věcem a přizpůsobovali se nové situaci. (Bednářová, 2011)

Dítě v předškolním věku vnímá svou samostatnost. Už se umí samo obléct, najíst se, dojít si na toaletu, je manuálně zručné při hrách a kreslení. Začíná se prosazovat ve společnosti ostatních vrstevníků. Utváří se jeho osobnost a ovlivňují ho při tom lidé, kteří jsou mu v tomto období nablízku. Ve školce tráví velkou část dne, a proto ho všichni v tomto zařízení a jeho vývoji ovlivňují. Snaží se přizpůsobit svým vrstevníkům, snaží se je napodobit, aby dokázalo to, co dokážou další děti. Nechce být vyloučeno z kolektivu, a tak se věnuje různým hrám, které by doma třeba nikdy nehrál. Utváří se u něj zdravý vztah ke sportu. Při vyrábění různých věcí pro rodiče rozvíjí svoji soutěživost. Dochází k rozvoji mozkové kůry, která ovlivňuje psychiku dítěte. Rozvíjí se i hrubá a jemná motorika, která ovlivňuje pohybové funkce. Děti jsou hbitější a upřednostňují fyzickou aktivitu před soustředěním. Chůze je již automatická. Zdokonaluje se v pohybu, který je prováděn na nerovném terénu, což je skákání a běhání. V předškolním věku by se dítě mělo naučit základy sportů, které jsou složitější na koordinaci. Mezi tyto aktivity

patří jízda na kole, plavání, lyžování, bruslení, házení a chytání míče. Z jemné motoriky je to pak zejména práce s tužkou, nůžkami, naučit se modelovat a jíst příborem. (Bednářová, 2011)

V předškolním období se již profiluje konečný vzhled dítěte. Začínají se objevovat charakteristické rysy, které bude mít postava dítěte v dospělosti. Zda bude mít předpoklady k obezitě nebo bude hubené. Dítě zpomaluje svůj růst a přibývání na váze. Za rok přibere tak 2–3 kg a váží průměrně v šesti letech kolem 20–25 kg a je vysoké okolo 120 cm. Zvyšuje se procento svalové hmoty a je důležitý příjem tekutin a vitamínů. Dbáme na výživu dítěte, aby nebyl ohrožený jeho vývoj. (Vágnerová, 2012)

Dítě v předškolním věku si rozšiřuje svoji slovní zásobu, protože ve školce se naučí další slova a slovní spojení, které se u nich v rodině nepoužívají. Pokud má dítě v tomto věku problém s řečí, neumí vyslovit nějaká písmena, je vhodné s ním začít navštěvovat logopeda, který vadu řeči odstraní. Je mnohem lepší nastupovat do první třídy bez vady řeči, protože se dítě potom může soustředit na učení a jeho pozornost neodvádí soustředění na to, aby vyslovil dané slovo správně. Ve třech letech opakuje slova a v šesti letech je již schopno souvisle mluvit v jednoduchých rozvinutých větách. (Bednářová, 2011)

Dítě v předškolním věku má rádo barevné věci. Učí se jejich barvy a vnímá, že určité předměty mají určitou barvu. Pak začne danou barvu poznávat i na jiných věcech. Rozezná již i doplňkové barvy. Jeho sluch je schopen rozeznat zvuk zvířat, aut a mobilu. Co se týče chuti, rozezná všechny druhy (slaná, sladká, hořká, kyselá). Děti nevnímají přesně čas a prostor. Až koncem předškolního věku se u nich objevuje úmyslné zapamatování. Do té doby je paměť pouze mechanická, nikoli úmyslná. Dítě si zapamatuje věci díky různým hrám nebo čtení (dítě si zapamatuje básničku nebo písničku, kterou je schopno kdykoli zopakovat). Případně mechanicky, neboť tyto úkony dělá každý den stále dokola. (Bednářová, 2011)

Děti předškolního věku se ještě nedokážou dlouho plně soustředit, sedět v klidu a potichu. Jejich pozornost se zvyšuje s přibývajícím věkem. Jejich koncentrace však také záleží na jejich temperamentu. V tomto období děti upřednostní fyzickou aktivitu. Naproti tomu je sezení v klidu moc nebaví. (Bednářová, 2011)

1.7. Děti a pohyb jako součást života

V dnešní době jsou pro nás děti nejdůležitější nejen ve společnosti, ale i ve sportu. Od raného dětství jsou soutěživé a mají obrovskou motivaci vyhrávat. Sport je pro ně důležitý nejen po fyzické stránce, ale i po duševní. Vytváří se jejich psychika pro sport hlavně v důsledku toho, že jsou nuceny uznávat a dodržovat nějaká pravidla. Musí brát ohledy na ostatní v kolektivu a mají odpovědnost za tým, pokud se jedná o kolektivní sport. (Perič, 2008)

Dnešní děti mají díky technologiím ztíženou cestu ke sportu. Kolem nich je tolik věcí, které je zaměstnávají, lákají a berou jim čas, který by mohly strávit sportem. Sport je pro ně nezajímavý, namáhavý a málo akční v porovnání s hrami na počítači. Není snadné v dnešní době děti motivovat ke sportu. Nejvíce je mohou motivovat jejich rodiče již od útlého věku a pak je snadnější najít tu správnou cestu ke sportu. Děti mohou s rodiči vykonávat hry od dvou let na pohybové úrovni a pak se jim zdá naprosto přirozené, že se dál pohybují. Začínají s nějakým sportem už ve školce v rámci aktivit a pohyb patří k jejich životu. Děti pohyb potřebují, protože jeho nedostatek vede ke spoustě civilizačních chorob. (Kaplan a Válková, 2009)

Je důležité s dětmi pracovat tak, aby se jim jejich vztah ke sportu nezprotivil. Není každé dítě stejné a nějakému dítěti stačí jen lehká aktivita a při nátlaku by mohlo ztratit o sport zájem. Dítě potřebuje motivovat a nabízet stále nové aktivity. Snažit se ho zaujmout zábavnou formou, aby ho to bavilo, ale nesmíme ho do ničeho nutit. Dítě si nakonec samo zvolí, jaká sportovní aktivita je pro něj nejlepší a jaká aktivita ho oslovila. (Neuman, 2001)

2. Olympijské hry

Koncem 19. století byly oživeny olympijské hry, které vznikly ve starověkém Řecku před 3000 lety a staly se přední světovou sportovní soutěží. Od 8. století př. n. l. do 4. století n. l. se hry konaly každé čtyři roky v Olympii na západním Peloponésském poloostrově na počest boha Dia. První moderní olympiáda se konala v roce 1896 v Aténách a zúčastnilo se jí 280 účastníků ze 13 zemí, kteří se zúčastnili 43 akcí. Od roku 1994 se letní a zimní olympijské hry konají odděleně a střídají se každé dva roky. (Page, Olympiáda. 2000)

2.1. Olympijské hry ve starověkém Řecku

První písemné záznamy o starověkých olympijských hrách pocházejí z roku 776 př. n. l., ale obecně se však věří, že hry do té doby probíhaly mnoho let. Starověké olympijské hry se konaly každé čtyři roky mezi 6. srpnem a 19. zářím během náboženského festivalu na počest Dia. Hry byly pojmenovány podle jejich umístění v Olympii, posvátném místě poblíž západního pobřeží poloostrova Peloponés v jižním Řecku. Jejich vliv byl tak velký, že starověcí historici začali měřit čas čtyřletými cykly mezi olympijskými hrami, které byly známé jako olympiády. Účast na starověkých olympijských hrách byla zpočátku omezena na svobodně narozené muže z Řecka. Nekonaly se žádné ženské akce a vdaným ženám bylo zakázáno účastnit se soutěže. (Zamarovský, 2003)

2.2. Pokles a oživení olympijské tradice

Poté, co Římská říše v polovině 2. století př. n. l. dobyla Řecko, hry pokračovaly, ale jejich standardy a kvalita poklesly. V roce 393 n. l. císař Theodosius I. vyzval k zákazu všech nekřesťanských festivalů a ukončil tak starou olympijskou tradici po téměř 12 stoletích. (Zamarovský, 2003)

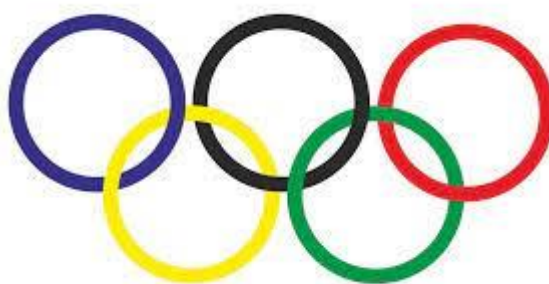
Bylo by dalších 1500 let, než by hry znovu vzrostly, a to především díky úsilí francouzského barona Pierra de Coubertina. Mladý baron, oddaný podpoře tělesné výchovy, se po návštěvě starodávného olympijského místa nechal inspirovat myšlenkou vytvořit moderní olympijské hry. V listopadu 1892 na zasedání v Paříži navrhl Coubertin myšlenku oživení olympijských her jako mezinárodní atletické soutěže pořádané každé čtyři roky. O dva roky později získal souhlas, který potřeboval k založení Mezinárodního olympijského výboru (MOV), který by se stal řídicím orgánem moderních olympijských her. (Zamarovský, 2003)

2.3. Olympiáda v průběhu let

První moderní olympiáda se konala v řeckých Aténách v roce 1896. Oficiálním symbolem moderních her je pět do sebe zapadajících barevných prstenů, které představují

kontinenty Severní a Jižní Ameriky, Asie, Afriky, Evropy a Austrálie. Olympijská vlajka s tímto symbolem na bílém pozadí vzlétla poprvé na OH, které se konaly v roce 1920 v Antverpách. (Page, Olympiáda. 2000)

Olympiáda skutečně začala jako mezinárodní sportovní událost po roce 1924. V tomto roce soutěžilo asi 3 000 sportovců (z toho více než 100 žen) ze 44 zemí a poprvé se na hrách uskutečnil závěrečný ceremoniál. V tom roce debutovaly zimní olympijské hry. (Page, Olympiáda. 2000)



Obrázek 3: Olympijské kruhy

2.4. Hod oštěpem

Jednou paží je hozen oštěp s kovovým hrotem. Sportovec musí držet oštěp v dlani se svým malíčkem nejblíže ke špičce náradí. (Page, Atletika. 2000)

Aby mohl být hod změřen, nesmí se sportovec v žádném stadiu během přiblížení a hodu otočit zády k přistávací ploše. Musí hodit oštěp přes horní část své vrhací paže a nikdy nesmí přešlápnout. Oštěp musí také nejprve přistát špičkou a ve vyznačeném sektoru. Pokud se hrot dotkne země nejdříve, je hod měřen od tohoto bodu. (Page, Atletika. 2000)

Dějiny

Házení oštěpu jako sportu se vyvinulo z každodenního používání kopí při lovu a válčení. To bylo široce praktikováno ve starověkém Řecku a začleněno do olympijských her v 708 př. n. l. jako součást pětiboje. Od roku 1908 pro muže a od roku 1932 pro ženy je součástí moderního programu olympijských her. (Matzner, 2015)

Přepřacování oštěpu

V roce 1986 byl přepřacován pánský oštěp. Jeho těžiště bylo posunuto dopředu o čtyři centimetry, aby se zkrátila vrhací vzdálenost. Stalo se tak proto, že mužům po světovém rekordu v roce 1984, hrozilo, že hodí oštěp za prostor, který je k dispozici na běžných stadionech. V roce 1999 byl podobně přepřacován ženský oštěp. (Matzner, 2015)

Známí čeští oštěpaři

Dana Zátopková, Jan Železný, Barbora Špotáková

2.5. Běh na krátkou trať

Úvod

Sprint neboli běh na krátkou vzdálenost je běh s totálním nebo téměř maximálním rychlostním úsilím. Hlavní vzdálenosti jsou 100, 200 a 400 metrů. (Page, Atletika. 2000)

Vývoj a základní pravidla

Trať pro sprinterské závody je obvykle označena v pruzích, ve kterých musí každý běžec zůstat po celý závod. Původně sprinteři startovali ve stoje, ale po roce 1884 začali startovat z příkrčené polohy pomocí zařízení zvaného startovací blok. Závody zahajuje výstřel z pistole. Špičkoví sprinteři dosahují maximální rychlosti více než 40 km za hodinu. (Matzner, 2015)

Charakteristika

Všechny důležité mezinárodní závody na 100 metrů, 200 metrů a také 400 metrů, jsou provozovány na oválné dráze. Starty jsou střídavé (pruhy dále od středu začínají postupně dále na trati), aby každý běžec uběhl stejnou vzdálenost. Výsledkem je, že závodníci, zejména na 400 metrů, nemají přesnou znalost svých pozic, dokud nedokončí poslední zatáčku. Velký důraz je proto kladen na schopnost sportovce posoudit jeho vlastní tempo, rychlost a vytrvalost. (Matzner, 2015)

Významní čeští běžci

Jarmila Kratochvílová, Pavel Maslák

2.6. Překážkový běh

Úvod

Překážkový běh je sport v atletice, ve kterém běžec závodí přes řadu překážek, které jsou od sebe vzdáleny pevně. Běžci musí během závodu zůstat v přidělených běžeckých drahách, a přestože mohou při překonávání překážek některé srazit, je diskvalifikován běžec, který srazí překážku úmyslně nebo rukou. Vítězem je první překážkář, který závod dokončí. (Page, Atletika. 2000)

Historie

Překážkový běh pravděpodobně vznikl v Anglii na počátku 19. století, kde se takové závody konaly kolem roku 1837. V té době překážkáři pouze běhali a přeskakovali postupně každou překážku. Přistávali na obou nohách a kontrolovali svůj pohyb. Experimentování s počty kroků mezi překážkami vedlo k obvyklému vzoru kroků pro překážkáře - 3 kroky mezi každou vysokou překážkou, 7 mezi každou nízkou překážkou a obvykle 15 mezi každou střední překážkou. Další vylepšení přišla kolem roku 1885, kdy přišli novodobé prvky přeskočení přes překážku s jednou nohou nataženou rovně dopředu. (Matzner, 2015)

Zásadním zlepšením designu překážek byl vynález překážky ve tvaru L v roce 1935, který nahradil těžší konstrukci obráceného tvaru T, jelikož se po sražení překážka sklání dolů mimo cestu sportovce. (Matzner, 2015)

Významní čeští závodníci

Lucie Škrobáková, Zuzana Hejnová, Petr Svoboda

2.7. Basketbal

Historie

Basketbal byl vynalezen v roce 1891. Hra byla vyvinuta, aby poskytovala vnitřní aktivitu pro vedoucí praktikanty. Když se hra hrála poprvé, byly na každém konci tělocvičny přibity koše jako „branky“, proto vznikl název „basketbal.“ (Page, Míčové hry. 2000)

První soubor pravidel byl publikován a distribuován v roce 1892, což vedlo k rychlému šíření hry po celé Kanadě a USA. V roce 1892 se také poprvé hrála hra v Anglii. (Page, Míčové hry. 2000)

V roce 1898 byla v USA založena profesionální liga a do roku 1911 se basketbal rozšířil po Velké Británii. V roce 1924 byl představen jako ukázkový sport na olympijských hrách v

Paříži a Velká Británie získala titul. V roce 1931 byla založena FIBA, což je Mezinárodní basketbalová federace. (Rat a Legrand, 2002)

Anglická basketbalová asociace byla založena v roce 1936, 13 let před založením NBA v Americe. Do roku 1990 bylo ve FIBA 117 členských zemí, díky nimž se basketbal stal nejrychleji rostoucím sportem na světě. (Rat a Legrand, 2002)

Významní čeští hráči

Tomáš Satoranský, Jan Veselý, Eva Horáková

2.8. Fotbal

Úvod

Fotbal má dlouhou historii. Fotbal ve své současné podobě vznikl v Anglii v polovině 19. století. Alternativní verze hry však existovaly mnohem dříve a jsou součástí fotbalové historie. (Page, Míčové hry. 2000)

Raná historie a předchůdci fotbalu

První známé příklady týmové hry zahrnující míč, který byl vyroben z kamene, se vyskytly ve starých středoamerických kulturách před více než 3000 lety. V některých rituálních příležitostech by míč symbolizoval slunce a kapitán poraženého týmu byl obětován bohům. (Macho, 2019)

První známá míčová hra, která zahrnovala také kopání, se konala v Číně ve 3. a 2. století před naším letopočtem. Hrál se na ploše ve tvaru čtverce s kulatou koulí prošívanou kůží s kožešinou nebo peřím uvnitř. (Macho, 2019)

Ze starověkého Řecka byly známy další různé míčové hry. Míč byl vyroben z kousků kůže plněné vlasy (první doklady koulí naplněných vzduchem jsou ze 7. století). Míčové hry však měly nízké postavení a nebyly zahrnuty do panhelénských her. Ve starověkém Římě nebyly hry s míčky zahrnuty do zábavy na velkých arénách, ale vyskytovaly se na vojenských cvičeních. Byla to právě římská kultura, která přivedla fotbal na britský ostrov. Není však jisté, do jaké míry byli Britové touto odrůdou ovlivněni a do jaké míry vyvinuli své vlastní varianty. (Macho, 2019)

Hra fotbalu má svoji podobu

Nejuznávanější příběh říká, že hra byla vyvinuta v Anglii ve 12. století. V tomto století se hry, které připomínaly fotbal, hrály na loukách a silnicích. Kromě kopů hra zahrnovala také údery horními končetinami. Tato raná forma fotbalu byla také mnohem drsnější a násilnější než moderní způsob hraní. Důležitým rysem předchůdců fotbalu bylo, že hry zahrnovaly spoustu lidí a odehrály se na velkých plochách ve městech. Tyto hry však způsobily poškození města a někdy smrt účastníků. To by byl jeden z důvodů prohlášení proti hře, která byla nakonec na několik století zakázána. Fotbalové hry se do ulic Londýna vrátily v 17. století. Trvalo však dlouho, než se rysy dnešního fotbalu uplatnily v praxi. Po dlouhou dobu neexistoval jasný rozdíl mezi fotbalem a ragby. Bylo také mnoho variací týkajících se velikosti míče, počtu hráčů a délky zápasu. (Macho, 2019)

Pokus o vytvoření správných pravidel pro hru byl učiněn na schůzce v Cambridge v roce 1848, ale konečného řešení všech otázek a pravidel nebylo dosaženo. Další důležitá událost v historii fotbalu přišla v roce 1863 v Londýně, kdy byl v Anglii založen první fotbalový svaz. Bylo rozhodnuto, že nošení míče rukama není dovoleno. Setkání také vyústilo ve standardizaci velikosti a hmotnosti míče. Důsledkem londýnského setkání bylo, že hra byla rozdělena na dva sporty: fotbal a ragby. (Macho, 2019)

Tato hra se však nadále vyvíjela po dlouhou dobu a pravidla měla stále velkou flexibilitu. Například nebyly použity dresy k rozlišení vzhledu týmů a hlavička ještě nebyla součástí hry. (Macho, 2019)

České osobnosti

Josef Masopust, Antonín Panenka, Tomáš Rosický, Petr Čech

2.9. Stolní tenis

Úvod

Stolní tenis, také nazývaný Ping-pong, je míčová hra podobná principu tenisu na trávníku. Je hraná na plochém stole rozděleném na dvě stejné části, které jsou oddělené sítí upevněnou napříč jeho šířkou uprostřed. Cílem je zasáhnout míč tak, aby šel přes síť a odrazil se na soupeřovu polovinu stolu takovým způsobem, že na něj soupeř nedosáhne nebo jej správně nevrátí. Lehká dutá koule je poháněna sem a tam malými raketami drženy hráči. Tato hra je populární po celém světě. Ve většině zemí je velmi dobře organizován jako soutěžní sport, zejména v Evropě a Asii. (Page, Míčové hry. 2000)

Dějiny

Tato hra byla vynalezena v Anglii na počátku 20. století a původně se jmenovala Ping-pong. Název stolní tenis byl přijat v letech 1921–22, kdy byla obnovena stará asociace Ping-pong založená v roce 1902. Původní sdružení se rozpadlo v roce 1905, ačkoli se zdálo, že se hra nadále hrála v mnoha zemích. Pod vedením zástupců Německa, Maďarska a Anglie byla v roce 1926 založena Mezinárodní federace stolního tenisu. Jejimi zakládajícími členy byly Anglie, Švédsko, Maďarsko, Indie, Dánsko, Německo, Československo, Rakousko a Wales. (Novotná, 2018)

První mistrovství světa se konalo v Londýně v roce 1926 a od té doby až do roku 1939 ve hře dominovali hráči ze střední Evropy. V polovině padesátých let se Asie stala půdou šampiónů a od té doby vyhrávalo nejčastěji Japonsko nebo Čína. Stolní tenis se stal olympijským sportem v roce 1988, kdy soutěžily dvouhry a čtyřhry pro muže a ženy. (Novotná, 2018)

České osobnosti stolního tenisu

Viktor Barna, Bohumil Váňa, Dana Čechová, Hana Valentová, Tomáš Tregler, Iveta Vacovská

2.10. Skok daleký

Úvod

Jedním z nejvíce vzrušujících a nejtěžších sportů v atletice je skok do dálky. Tento sport pochází ze starověkých olympijských her a je to jediná skoková událost pětiboje starověké olympiády. Jako sport je skok do dálky atletický závod, ve kterém sportovci kombinují rychlost, sílu a hbitost ve snaze skočit co nejdále od místa vzletu. Skok do dálky byl v minulosti dříve prováděn jak ze stoje, tak z běhu. Skok do dálky ve stoje již není zahrnut do velkých soutěží a byl vyřazen z olympijských her po roce 1912. Na druhou stranu je skok do dálky sport, který pochází ze starověkých olympijských her a byl poprvé zahrnut do prvních moderních olympijských her v roce 1896. Skok do dálky se stejně, jako jakýkoli jiný sport v atletice, provádí podle specifických standardních mezinárodních pravidel a předpisů, které stanoví Mezinárodní asociace atletických federací. (Page, Atletika. 2000)

Historie skoku do dálky

Skok do dálky vznikl roku 708 př. n. l., protože byl součástí pětiboje v antických olympijských hrách v Řecku. (další disciplíny pětiboje byly: zápas, běh, hod diskem a oštěpem). (Matzner, 2015)

Skok do dálky, jak je dnes známý, byl součástí od prvních moderních olympijských her v roce 1896, které se konaly v Aténách. Ženy však soutěžily až v roce 1948 na hrách v Londýně ve Velké Británii. V roce 1912 byla vytvořena Mezinárodní asociace atletických federací, která řídí pravidla nejen skoku do dálky, ale také dalších atletických disciplín, které byly standardizovány v roce 1932. (Matzner, 2015)

Američtí a evropští sportovci dominují ve skoku do dálky pro muže. Mezi nejznámější americké skokany do dálky patří: Jesse Owens, který v roce 1935 skočil 8,13 m. Owensův rekord trval více než 30 let. Na olympijských hrách v roce 1968 vyletěl další americký sportovec Bob Beamon v Mexico City na 8,90 m. Druhý rekord trval, dokud ho nepřekonal jiný americký sportovec Mike Powell, který na světovém šampionátu v roce 1991 skokem 8,95 m dosáhl světového rekordu. Powellův rekord je doposud světovým rekordem mužů ve skoku do dálky. (Matzner, 2015)

Na druhé straně Rusko, Německo a USA jsou nejlepšími zeměmi ve skocích do dálky pro ženy. Světový rekord žen patří ruské atletce Galině Čist'akovové s výkonem 7,52 m a byl zapsán již v roce 1988. (Matzner, 2015)

Významní čeští skokani

Milan Gombala, Denisa Ščerbová

2.11. Gymnastika

Úvod

Gymnastika neboli systematická cvičení, při kterých jsou často použity kruhy, tyče a jiné pomůcky nebo nářadí. Provozuje se buď jako soutěžní sport nebo ke zlepšení síly, hbitosti, koordinace a fyzické kondice. (Page, Gymnastika. 2000)

Dějiny

Termín gymnastika, odvozený z řeckého slova, které znamená „cvičit nahý,“ se ve starověkém Řecku používal pro všechna cvičení, která byla praktikována v tělocvičně, kde

atleti skutečně cvičili bez oblečení. Mnoho z těchto cvičení bylo zahrnuto do olympijských her, až do zrušení her v roce 393 n. l. a přesto se některé soutěže seskupené podle této starověké definice gymnastiky později staly samostatnými sporty. (Page, Gymnastika. 2000)

Rozdělení

Olympijská gymnastika je rozdělena do různých odvětví – sportovní, moderní a skoky na trampolíně. Pro muže jsou disciplíny sportovní gymnastiky složeny: prostná, kůň našíř, kruhy, přeskok, bradla a hrazda. U žen se sportovní gymnastika skládá z disciplín: prostná, hrazda, bradla, kladina a přeskok. (Skopová, 2013)

Rytmická skupinová gymnastika patřila původně do uměleckého programu pro ženy, ale stala se samostatným sportem, když byla představena mezinárodně na soutěži v Budapešti v Maďarsku v roce 1963. V roce 1964 nejprve známá jako moderní rytmická gymnastika a později jako rytmická sportovní gymnastika, se tato disciplína stala olympijským sportem v roce 1984. Tuto část gymnastiky praktikují pouze ženy. Pomůcky v rytmické gymnastice jsou: švihadlo, kužele, obruč, míč a stuha. (Skopová, 2013)

Trampolína debutovala jako událost mužů a žen na olympijských hrách 2000. Olympijská soutěž je pouze individuální. Mezi disciplíny s trampolínami patří dvojitá mini trampolína a synchronizované skákání. V druhém případě provádějí dvě gymnastky stejnou sestavu na dvou trampolínách umístěných vedle sebe. (Skopová, 2013)

Dále je tu sportovní akrobacie, ve které jsou soutěže rozděleny: dámské páry, smíšené páry, mužské páry, ženská tria a čtyřky mužů. Dvojice a skupinová cvičení se provádějí za hudebního doprovodu na platformě volného cvičení. Existuje několik rutin, z nichž některé musí zahrnovat „lidské pyramidy“ vytvořené gymnastkami a musí být drženy po dobu čtyř sekund, aby byly hodnoceny. Cvičení párů musí obsahovat alespoň šest prvků vyvážení partnerů držných po dobu dvou sekund. (Skopová, 2013)

Poslední schválenou disciplínou je sportovní aerobik. Toto cvičení je populární formou tělesné výchovy pro širokou veřejnost od poloviny 70. let. Vysoce konkurenceschopná sportovní verze aerobiku zahrnuje rutiny trvající méně než dvě minuty, které provádějí jednotliví muži, smíšené páry, jednotlivé ženy a tria. Tento sport byl poprvé nalezen v programu všeobecné gymnastiky na konci 80. let. V roce 1994 se kongres rozhodl uspořádat mistrovství světa v aerobiku. (Skopová, 2013)

Významní čeští představitelé gymnastiky

Věra Čáslavská, Věra Černá, Josef Čada, Bedřich Šupčík

3. Pidilympiáda – disciplíny

Pidilympiáda neboli olympiáda dětí předškolního věku se týká kategorie dětí ve věku 3–6 let. Vzhledem k dětské soutěživosti a touze vyhrávat, se nebudou porovnávat jejich výkony, ale všechny děti dostanou za svoji snahu a výkony odměny v podobě medailí a samozřejmě nějaké sladkosti.

Děti si budou moci vyzkoušet tyto disciplíny: Hod oštěpem, sprint na 30 m, překážkový běh na 30 m, hod na koš, střelba na bránu, stolní tenis, skok do dálky a gymnastiku. Každá disciplína bude přizpůsobena dětem předškolního věku převážně formou odlehčených sportovních pomůcek a sportovního náčiní.

Děti budou mít vždy několik cvičných pokusů, aby se seznámily s jednotlivými disciplínami a až potom 3 pokusy, které se budou započítávat.

Jelikož děti potřebují nějaký impulz k tomu, aby byly lépe motivovány k jejich výkonu, jsou jednotlivé disciplíny nazvány podle českých sportovců, kteří v jednotlivých sportech dominují. Dětem vždy řekneme o významných českých sportovcích a dáme jim motivaci, aby je překonaly. Bude to pro ně mnohem větší zábava, a navíc se dozví i něco nového.

Po hale bude rozvěšena také jedna minihra pro rodičovský doprovod, kde bude cílem odpovědět na otázky, týkající se jednotlivých disciplín. Prvních 5 rodičů, kteří najdou správné odpovědi na všechny otázky, obdrží sladkou výhru. Tím pádem nebudou soutěžit jen děti, ale také jejich rodiče. Navíc odpovědi na jednotlivé otázky se děti dozvědí vždy u jednotlivých disciplín, takže bude potřeba řádné spolupráce.

3.1. U Bány Špotákové – oštěp

Na tomto stanovišti se bude házet oštěpem. Bude použit měkký pěnový oštěp, aby se dětem lépe, a hlavně bezpečně házelo. Lano bude použito jako výseč pro tuto disciplínu. Výkony se budou měřit za pomoci pásma.

Průběh: Dítě hodí oštěpem, dobrovolník změří vzdálenost a zapíše ji do kartičky. K této disciplíně bude potřeba jednoho dobrovolníka.

Soutěž: Nejdelší hod Bány Špotákové je 72,28m, kdy se jí tento výkon podařil?

- a) ZOH 2008 – Peking
- b) 13. 9. 2008
- c) 1982

3.2. Běhej jako Usain Bolt

Zde budou děti muset vyvinout maximální možnou rychlost. Bude se jednat o 30m úsek a jejich cílem je doběhnout co nejrychleji s co nejkratším časem.

Úsek o vzdálenosti 30 m bude vyznačen čtyřmi kužely a čtyřmi tyčemi. Mezi kužely budou nápisy: start a cíl za pomoci papíru a lepící pásky.

Průběh: Dětem budou vysvětleny startovací pokyny – připravit – pozor – teď. Děti mohou běžet sami nebo i ve větším počtu.

Budou potřeba 2 pomocníci: Start – seřadí a odstartuje

: Cíl – zastaví, změří čas + zapíše do kartičky

Soutěž: Jaký má nejrychlejší čas Usain Bolt na 100 m?

- a) 9,01s
- b) 11 s
- c) 9,58s

3.3. Létej jako Zuzka Hejnová

Zde se děti budou muset soustředit jak na rychlost běhu, tak na skoky přes překážky. Bude se jednat o 30m úsek s pěti překážkami a jejich cílem je doběhnout co nejrychleji s co nejkratším časem.

Úsek o vzdálenosti 30 m bude vyznačen čtyřmi kužely a čtyřmi tyčemi. Mezi kužely budou nápisy: start a cíl za pomoci papíru a lepící pásky.

Průběh: Dětem budou vysvětleny startovací pokyny – připravit – pozor – teď. Děti mohou běžet sami nebo i ve větším počtu.

Budou potřeba 2 pomocníci: Start – seřadí a odstartuje

: Cíl – zastaví, změří čas + zapíše do kartičky

Soutěž: Jakou medaili získala Zuzka Hejnová na LOH 2012 v Londýně?

- a) Zlatou
- b) Žádnou
- c) Bronzovou

3.4. Trefíš se líp, než Michael Jordan?

Cílem tohoto stanoviště bude hod na koš, který bude zavěšen ve výšce 1 m. Děti budou mít k dispozici speciální odlehčené basketbalové míče. Bude potřeba označit místo hodu kuželem. Děti budou házet na vzdálenost 1,5m.

Průběh: Pomocník dětem vysvětlí, že se zde hází na koš a děti tak budou provádět od kuželu. Bude zde potřeba jednoho pomocníka.

Soutěž: Kolik cm měří Michael Jordan?

- a) 205 cm
- b) 186 cm
- c) 198 cm

3.5. Olympijská brána – dávej góly jako Lionel Messi

Půjde o pokutový kop na florbalovou bránu. Kopat se bude na vzdálenost 2 m. Použity budou měkké fotbalové míče. Místo pokutového kopu bude vyznačeno kuželem.

Průběh: Pomocník vysvětlí, že se bude kopat na bránu, příp. může pro zpestření dělat i brankáře. Bude zde stačit jeden dobrovolník.

Soutěž: Do kolika let se smí účastnit na OH muži fotbalového turnaje?

- a) Neomezeně
- b) Do 23 let
- c) Do 21 let

3.6. U Ivety Vacenovské – stolní tenis

Děti budou muset proběhnout skrz slalom, který bude tvořen třemi kužely. V ruce však musí mít lžíci a v ní položený pingpongový míček. Do posledního kužele musí míček vložit bez pomoci rukou. Pokud jim spadne, musí se vrátit na místo, kde jim spadl. Cílem je doběhnout za co nejkratší jednotku času.

Průběh: Dobrovolník dětem vysvětlí, a především názorně ukáže správný postup tohoto stanoviště. Bude stačit jeden pomocník.

Soutěž: Podle čeho vznikl název Ping – pong?

- a) Inspirováno čínským názvem
- b) Dle zvuku, který vydává míček
- c) Dle známého hráče stolního tenisu Ponga

3.7. Skoč dál, než Mike Powell – skok daleký

Zde se bude konat skok z místa. Skok bude měřen na speciálním měkkém “žebříku,” na jehož začátku je i startovací čára. Ke změření pokusu bude použito pásmo.

Průběh: Pomocník připraví dítě na začátek žebříku. Dítě se zahoupe a skočí co nejdál. Bude potřeba jeden pomocník.

Soutěž: Jaký je mužský světový rekord ve skoku dalekém?

- a) 8,95m
- b) 7,52m
- c) 9,50m

3.8. U Věry Čáslavské – kotoul + kladina

Motoricky nejtěžší stanoviště, kde děti budou na žíněnce provádět kotoul vpřed (ideálně zvednutí bez rukou) a následně přejdou speciální malou dětskou kladinu.

Průběh: Dobrovolníci dětem vysvětlí pokyny k tomuto stanovišti a stávají se z nich rozhodčí – jeden bude dětem pomáhat při kotoulu a druhý při přecházení kladiny. Budou potřeba dva dobrovolníci.

Soutěž: Kolik zlatých medailí dohromady získala Věra Čáslavská?

- a) 10
- b) 7
- c) 1

4. Praktická část

V praktické části pojednávám o přípravě, realizaci, finančnímu zajištění a průběhu celé akce. Dále popisuji detailně veškeré disciplíny a personální zastoupení. Na závěr provádím zhodnocení her.

4.1. Příprava her

Ze všeho nejdůležitější je vyvarovat se rizikům, která by ohrozila hladký průběh celé akce. První věc, na kterou jsem se zaměřil, byl pronájem haly. Chtěl jsem sportovní halu ve Stodě, jelikož je to pro mě velice známé prostředí a přímo v hale je veškeré potřebné vybavení. Tím se dostávám k dalšímu bodu a tím je pronájem vybavení, které patří organizaci DDM Stod. Nejdéle mi však trvalo zajistit datum a čas konání her, jelikož se vždy před dnem konání objevila další vlna koronaviru, která mi vzala nejen čas, ale také počet účastníků.

4.2. Uskutečnitelnost her

Jako první musíme vždy brát v potaz samotnou uskutečnitelnost her. Musíme projít všechny aspekty a rizika, která se mohou naskytnout ať už při organizaci, tak při samotném pořádání turnaje. Z tohoto důvodu jsem provedl SWOT analýzu, o které se detailněji zmiňuji v teoretické části.

4.3. Silné stránky

Jelikož 3 roky pomáhám pořádat sportovní akce a turnaje na okresních a krajských úrovních, řadím osobní zkušenost ohledně pořádání sportovních akcí do svých silných stránek. S dětmi pracuji šestým rokem a cítím se sebejistě, když má přijít na práci s dětmi. Pokud vezmu v potaz nynější situaci, děti byly dlouho doma a chybí jim sportovní aktivita. Proto si myslím, že je může malá olympiáda zaujmout. Jelikož jsem nemohl na třetí termín sehnat účastníky, byla pro ně celá akce zdarma.

4.4. Slabé stránky

Mezi mé slabé stránky zařadím nízkou zkušenost s financováním akcí, jelikož jsem se vždy podílel pouze na programu a aktivitách, nikoliv na finančním plánování. Dále bych podotkl, že jsem se pokusil zajistit občerstvení, ale bohužel to v této situaci nebylo možné.

4.5. Příležitosti

Mezi příležitosti bych zařadil samotné město Stod, jako kulturně, a především sportovně založené. Pokud by akce proběhla hladce bez větších potíží a zaujme děti i samotnou MŠ, mohli bychom se dohodnout, že budeme akci opakovat každý rok.

4.6. Hrozby

Jako největší hrozbu bych uvedl samotnou pandemii, která zapříčinila přesouvání turnaje. To vedlo k druhé hrozbě a tím byl počet účastníků, protože ze tří mateřských škol klesl počet na nulu.

4.7. Financování

Financování her nebylo zase až tak obtížné, jelikož pronájem haly, veškerého vybavení a cen pro děti dohromady činilo 3000 korun, a to bylo ve výsledku vše, co jsem na realizaci akce potřeboval. Samozřejmě jsem to začal řešit co nejdříve, aby bylo všechno zarezervované a připravené. Stačilo tedy zajistit pouze sponzorský dar, který by pokryl danou částku.

4.8. Sponzoring

Nejprve jsem chtěl vybírat drobnější částku v řádu několika desítek korun, ale když se na poslední termín akce nikdo nehlásil, rozhodl jsem se pro účast zcela zdarma. Bylo potřeba najít sponzora, který by uhradil příslušnou částku, která činila 3000 korun. Podpořil mě dobrý přítel, který pracuje v rodinné firmě Pneuservis Gruber a byl ochoten mi tuto částku poskytnout, a navíc se podílel na průběhu turnaje.

4.9. Vybavení

Vybavení byla víceméně druhá věc, kterou jsem chtěl mít zajištěnou. V hale se nacházely veškeré potřebné pomůcky, avšak pod vlastnictvím organizace DDM Stod, se kterými jsem se dohodl na pronájmu + poskytnutí cen pro děti.

4.10. Personální zajištění

Pro co nejhladší průběh akce je potřeba vybrat vhodný realizační tým. V tomto případě především lidi, kteří mají zkušenosti v práci s dětmi a mají k nim vybudovaný kladný vztah.

Požádal jsem proto své přátele, kteří se mnou vedli kroužky: Andrea Košťálová a Jiří Sloup. Ti však byli časově zaneprázdnění, a proto mi byli poskytnuti zaměstnanci z DDM Stod: Lenka Kuběnová, Nikola Kršová a Michaela Topinková. Na realizaci akce se také podílel také můj přítel, který poskytl sponzorský dar, Jan Gruber.

Na každé akci nesmí chybět zdravotník, který poskytne v případě nutnosti první pomoc. Tuto funkci zastala moje sestra Tereza Kašová, která má vystudovanou Střední zdravotnickou a Vyšší odbornou školu v Plzni a byla pro to nejvhodnější adeptkou.

Nesmíme zapomenout také na fotografa, který zachytí převládající emoce a zdokumentuje celou akci. Tato dokumentace může posloužit jako zpětná vazba, ale také jako podnět pro zlepšení do budoucna. Této funkce se ujal již zmiňovaný Jan Gruber.

4.11. Místo konání

Tohle byl pro mě osobně nejdůležitější bod. Akce se měla konat ve městě Stod. Chtěl jsem celou akci pořádat v hale, kde to velmi dobře znám a mohu plně využít veškeré možnosti a potřebné vybavení. Byla tu možnost pořádání na víceúčelovém hřišti ve venkovních prostorech, ale z důvodu bezpečnosti a lepší využitelnosti sportovních pomůcek jsem zvolil krytou halu.

4.12. Datum a čas

Termín uspořádání byl největší problém. Kvůli nouzovému stavu byl dvakrát přesunut a na třetí termín jsem ztratil téměř všechny účastníky. Vzhledem k tomu, že se mi ozvala MŠ Stod, bylo nutné akci uspořádat v dopoledních hodinách, aby byla zajištěna maximální účast dětí.

4.13. Propagace

Tato akce probíhala ve spolupráci s organizací DDM Stod, což je jediná organizace, která ve městě Stod nabízí lidem sportovní nebo volnočasové aktivity v podobě různých kroužků. To je také důvod, proč má širokou základnu sportujících členů ve všech věkových kategoriích. Právě proto, že je ve svém okolí jediná, jsem ji kontaktoval o spolupráci. Propagace byla uskutečněna na internetových stránkách DDM Stod. Akci jsem také sdílel na svém osobním facebookovém účtu. Jelikož byla situace nejasná a hrozila další vlna SARS-CoV-2,

nepřihlásil se dlouhou dobu žádný účastník. Na závěr jsem byl však kontaktován od ZŠ a MŠ Stod, kteří projevíli zájem o účast dětí z mateřské školy.

4.14. Ceny pro účastníky

Každé dítě dostalo za svoji účast medaili, které byly dodány také z organizace DDM Stod + sladká odměna za minihru v podobě gumových medvídků

5. Realizace her

Hry byly realizovatelné až ke konci května, konkrétně po dohodě až 31. května v časovém rozmezí 9:30 – 11:30 hodin. Přestože jsem měl všechny pomůcky a věci na pořádání připravené již den dopředu, sešli jsme se v hale s dostatečným předstihem hodinu před zahájením turnaje. Stačilo pouze připravit jednotlivá stanoviště a přidělit k nim pomocníky. Rozhodli jsme se, že proběhne nejprve šest disciplín současně. Následovat bude pauza a poté se uskuteční obě běžecké disciplíny na délku sportovní haly.

Děti dorazily také s časovým předstihem. Připraveny a nastoupeny v hale byly již v 9:15. Rozdělili jsme je podle abecedy na dvě skupiny po pěti a dvě po šesti. Každá skupina měla přidělenou barvu rozlišovacích dresů.

Ze všeho nejdřív proběhla rozcvička, které se ujala Lenka Kuběnová a trvala 15 minut. Děti se rádně zahřály a byly připraveny na sportovní výkon. Během rozcvičky jsem se dohodl s učitelkami z MŠ, které chtěly také pomoci s účastí, a proto jim bylo přiděleno stanoviště.

Já jsem měl na starost dvě disciplíny na jednom stanovišti. Byl to hod oštěpem a skok z místa do dálky. Vždy jsem na úvod dětem předvedl techniku a každý si to mohl vyzkoušet, poté se přešlo na ostré pokusy, přičemž každé dítě mělo tři v obou disciplínách. Bylo ještě druhé stanoviště, kde se konaly najednou dvě disciplíny. Byly to míčové hry, konkrétně fotbal a basketbal. Tohoto stanoviště se ujaly dvě paní učitelky. Každé dítě mělo jeden pokus na zkoušku a poté 3 po sobě naostro. Poté byla gymnastika, kde byly obě zaměstnankyně z DDM, protože se obě věnují gymnastice, a proto byly nejvhodnější adeptky na to, aby dětem pomohly a něco jim předaly. Zde se jednalo o jeden zkušební pokus a poté už jeden, který se dětem zapsal. Poslední stanoviště v první části her byl stolní tenis a toho se také ujala paní učitelka a také se zde jednalo o jeden zkušební a poté jeden ostrý pokus. Zde měla být původně Lenka Kuběnová, která poté pomáhala s fotografováním, přípravou cen a organizací turnaje. Než se všechny děti vystřídaly na všech disciplínách, tak i přes hladký průběh první část turnaje trvala něco málo přes jednu hodinu.

Následovala pauza, která trvala okolo deseti minut, kde si děti odpočinuly a načerpaly síly na závěrečné disciplíny. My jsme mezitím uklidili všechny disciplíny a připravili jsme běžeckou dráhu, přičemž se nejprve běhalo první kolo bez překážek a druhé s překážkami. Děti jsme museli rozdělit střídavě podle abecedy na dvě skupiny pro lepší zapisování výsledků, neboť běžely vždy dvě děti najednou. Největší práci dalo udržet děti na správných pozicích hlavně prvních pár rozběhů, protože děti běžely zpočátku všechny najednou, ale potom šlo již vše hladce. Děti měly odběháno po půl hodině a zbylo tedy 10 minut na předání cen.

Protože se na akci nenacházeli bohužel žádní rodiče, nebyla uskutečnitelná ani moje minihra. Rozhodl jsem se tedy každému dítěti kromě medaile předat i jedno malé balení gumových medvídků, avšak děti zajímala většinou jen blýskavá medaile a na medvídky se často zapomínalo.

5.1. Zhodnocení akce

Organizaci, realizaci i průběh celé akce bych hodnotil velmi pozitivně. Byl jsem připraven na všechny možné varianty i proměnné. Hry však proběhly bez jakýchkoliv komplikací a vzhledem k tomu, že některé děti odmítaly opustit halu, si myslím, že se akce velmi zdařila.

Závěr

Nejdůležitější bod celé práce bylo samotné projektování a organizace olympiády dětí předškolního věku. Jelikož sportovní akce pořádám již pár let, měl jsem představu ohledně toho, jak se mám připravit, případně vyhnout se nějakým rizikům, s čímž mi dost pomohla také SWOT analýza. Nakonec se ukázalo, že největší riziko byla samotná pandemie nemoci SARS-Cov-2.

Na programu byl jako první úkol vymyslet vhodný termín a místo konání akce. Kvůli opatřením, která byla nařízena v období nouzového stavu, se tento bod stal nejrizikovějším, jelikož byly hry uspořádány až ve třetím termínu, přičemž s každým termínem se hlásilo méně účastníků. Naštěstí se přihlásila MŠ Stod a her se zúčastnilo alespoň 22 dětí. Místo i čas jsem vždy řešil s dostatečným předstihem, neboť místní halu velmi dobře znám a mohl jsem si připravit pomůcky, které se nacházejí přímo v hale, den dopředu.

Pro mě zpočátku méně důležitý bod, kterým byla propagace turnaje, se potom však ukázal o dost podstatnější. Do té doby, než jsem akci sdílel a propagoval pouze já sám, se přihlásilo pouze malé množství účastníků. V momentě, kdy se do toho zapojila i organizace DDM Stod, byl vidět velmi znatelný rozdíl. MŠ Stod mi také nakonec kontaktovala, protože viděla text na stránkách DDM Stod.

Další a neméně důležitý úkol bylo získat materiální, finanční a personální zajištění. Pro mě osobně byl tento bod velmi obtížný, jelikož jsem podobné akce vždy pořádal, avšak pouze po stránce organizační, nikoli finanční. Navíc hala patří městu, ale pomůcky organizaci DDM Stod, takže jsem musel vyřešit dvě věci, což zabere více práce a času. Personální zajištění nakonec vyřešila také organizace DDM Stod. S rušením termínů nebyl nikdy problém, jelikož jsem to vždy řešil s dostatečným předstihem, takže vše nakonec dobře dopadlo.

Poté bylo na řadě utvořit harmonogram celé akce. Na to jsem si vyhradil dvě hodiny času. Myslím si, že bez zapojení učitelek z MŠ bych potřeboval možná i více času, neboť velmi pomohli s rozdělením, řazením dětí a průběhem celé akce.

Na posledním místě se nachází realizace akce a její vyhodnocení. Díky skvělé připravenosti veškerého personálu a zkušeností v oblasti práce s dětmi, proběhly celé hry velmi

hladce bez jakýchkoliv potíží. Děti si to užívaly od začátku do konce a poté nechtěly ani opustit halu. Na základě této zpětné vazby hodnotím akci pozitivně.

Všechny body této bakalářské práce byly splněny.

Resumé

Cílem této bakalářské práce je projektování a organizace sportovní akce olympiády dětí předškolního věku. Nachází se zde část teoretická, kde se vyskytuje přesný popis jednotlivých disciplín, ale také například marketing a sponzoring. V praktické části se vyskytuje především realizace a průběh samotné akce.

Tato bakalářská práce byla ohrožena především zpřísněnými opatřeními kvůli SARS-CoV-2, přičemž byla organizována až na samotném konci května. Když jsem viděl úsměvy na tvářích dětí, byla to ta nejlepší zpětná vazba, jakou jsem si mohl přát. Všechny stanovené body této bakalářské práce byly splněny.

Cizojazyčné resumé

The aim of this bachelor's thesis is to design and organize a sports event - Olympics for preschool children. This work has two parts. In the first theoretical part there is an accurate description of individual disciplines and also, for example, marketing and sponsorship. In the second practical part, there is mainly the implementation and the whole process of the event itself.

This bachelor's thesis was jeopardized mainly by strict measures due to the SARS-CoV-2, and that's why it was organized at the very end of May. When I saw the smiles on the children's faces, it was the best feedback I could have wished for. The main goal of this bachelor thesis was achieved.

Seznam literatury

PERIČ, Tomáš. *Sportovní příprava dětí. 2., dopl. vyd.* Praha: Grada, 2008. 176 St. ISBN: 978-80-247-4218-2

KAPLAN, Aleš a Natálie VÁLKOVÁ. *Atletika pro děti a jejich rodiče, učitele a trenéry.* Praha: Olympia, 2009. 122 St. ISBN: 978-80-7376-156-1

NEUMAN, Jan. *Dobrodružné hry v tělocvičně.* Ilustroval Petr ĎOUBALÍK. Praha: Portál, 2001. 243 St. ISBN: 80-7178-555-5

ČÁSLAVOVÁ, Eva. *Management a marketing sportu.* Praha: Olympia, 2009. 225 St. ISBN: 978-80-7376-150-9

ČÁSLAVOVÁ, Eva. *Management v tělesné výchově a sportu 2. vyd.* Praha: Karolinum, 2000. 51 St. ISBN: 80-246-0050-1.

NOVOTNÝ, Jiří. *Ekonomika sportu.* Praha: ISV, 2000. 122 St. ISBN: 80-85866-68-4

NĚMEC, Vladimír. *Projektový management.* Praha: Grada, 2002. 184 St. ISBN: 80-247-0392-0

VOLFOVÁ, Hana a Ilona KOLOVSKÁ. *Předškoláci v pohybu.* Praha: Grada, 2009. 120 St. ISBN: 978-80-247-2748-6.

MULLIN, Bernard James, Stephen HARDY a William Anthony SUTTON. *Sport marketing.* 2nd ed. Champaign: Human Kinetics, c2000. 441 St. ISBN: 0-88011-877-6.

MICHALÍK, Petr, Zdeněk ROUB a Václav VRBÍK. *Zpracování diplomové a bakalářské práce na počítači. 3. vyd.* Plzeň: Západočeská univerzita, 2009, 68 St. ISBN: 978-80-7043-828-2.

PAGE, Jason. *Atletika. Běhy. 1. vyd.* Praha: Egmont ČR, 2000. 32 St. ISBN: 80-7186-474-9.

PAGE, Jason. *Gymnastika. 1, vyd.* Praha: Egmont ČR, 2000. 32 St. ISBN: 80-7186-476-5.

PAGE, Jason. *Míčové hry. 1. vyd.* Praha: Egmont ČR, 2000. 32 St. ISBN: 80-7186-468-4.

PAGE, Jason. *Atletika. 1. vyd.* Praha: Egmont ČR, 2000. 32 St. ISBN: 80-7186-475-7.

MACHO, Milan. *Fotbal – Historie od počátku do současnosti.* Praha: UNIVERSUM, 2019. 600 St. ISBN: 978-80-7617-911-0

RAT, Michel a Lucien LEGRAND. Basketbal. Bratislava: SPN-Mladé letá, 2002. 152 St. ISBN: 80-06-01156-7

NOVOTNÁ, Marta. Stolní tenis. Praha: Mladá fronta, 2018. 272 St. ISBN: 978-80-204-5320-4

SKOPOVÁ, Marie. Základní gymnastika. Praha: Karolinum, 2013. 200 St. ISBN: 978-80-246-2194-4

MATZNER, Karel. Toulky historií veteránské atletiky. Praha: ONYX, 2015. 358 St. ISBN: 978-80-86788-97-5

ZAMAROVSKÝ, Vojtěch. Vzkříšení Olympie. Praha: Erika, 2003. 260 St. ISBN: 80-7190-014-1

VÁGNEROVÁ, Marie. Vývojová psychologie. Praha: Karolinum, 2012. 536 St. ISBN: 80-7190-014-1

BEDNÁŘOVÁ, Jiřina a Vlasta Šmardová. Diagnostika dítěte předškolního věku. Praha: Computer Press, 2011. 218 St. ISBN: 978-80-251-1829-0

Seznam obrázků

Obrázek 1: Ukázka sponzoringu (<https://www.sportbiz.cz/wp-content/uploads/2011/07/2010-Skoda-Partner-logo-Tour-de-France.jpg>)

Obrázek 2: SWOT analýza (<https://zsf.cz/show/swot-analyza-rychleho-nasazeni>)

Obrázek 3: Olympijské kruhy (<https://www.procje.cz/olympijske-kruhy>)

Přílohy:



Příloha č. 1

Foto: Hod oštěpem (zdroj: archiv autora)



Příloha č. 2

Foto: Běh (zdroj: archiv autora)



Příloha č. 3

Foto: Basketbal (zdroj: archiv autora)



Příloha č. 4

Foto: Fotbal (zdroj: archiv autora)



Příloha č. 5

Foto: Stolní tenis (zdroj: archiv autora)



Příloha č. 6

Foto: Skok daleký (zdroj: archiv autora)



Příloha č. 7

Foto: Gymnastika (zdroj: archiv autora)



Příloha č. 8

Foto: Předání cen (zdroj: archiv autora)



Příloha č. 1

Foto: Ukončení akce (zdroj: archiv autora)