Uczniowie z JEDYNKI gościli w Czechach



W dniach 8.9.10 listopada 2024r. osiemnastoosobowa grupa uczniów naszej JEDYNKI przebywała w czeskim Rymarovie - mieście partnerskim Ozimka. Realizowaliśmy tam wspólny, międzynarodowy projekt SPORT A ZDROWIE. Czescy przyjaciele przygotowali bardzo intensywne zadania i aktywności, dzięki czemu nie było ani minutki nudy. Pierwszego dnia zaczęliśmy od wspólny gier i zabaw ruchowych, był też trening obwodowy oraz intensywne skakanie na trampolinach. To był tylko przedsmak aktywności, które czekały na nas w dniu następnym.

Bardzo zmęczeni, ale zadowoleni, wróciliśmy na nocleg, by po (nie)przespanej nocy powrócić do Střediska volného času, gdzie się odbywały nasze spotkania z czeskimi dziećmi, które także uczestniczyły w projekcie. A czekały na nas nie lada wyzwania - warsztaty ze skakania na skakance. I wydawałoby się, że to nic takiego, że na skakance, to skakać potrafi każdy, ale nie ma nic bardziej mylnego. Na nasze warsztaty przyjechały instruktorki z Pragi. My nie wiedzieliśmy, że na skakance można skakać na tyle przeróżnych sposobów i możliwości. Zaczęliśmy od … zrobienia skakanek. Z maleńkich, różnokolorowych kawałków plastiku, dwóch rączek i kawałka sznurka, wyszły nam prawdziwe arcydzieła. Każda skakanka była inna, ale za to zrobiona na miarę dla jej właściciela. Cudowną niespodzianką była informacja, że skakanki otrzymujemy na własność i możemy je zabrać do domu! Ale nie tylko skoki na skakance były zaplanowane tego dnia. Była także uspokajająca joga i trening funkcjonalny. Graliśmy też w Kinball, czyli piłką Kin, wielką szarą kulą, była to świetna zabawa pod opieką pani Andrea Továrková. Po obiedzie uczyliśmy się tańczyć. Nasza przesympatyczna opiekunka- instruktorka SVC , pani Lucie Laštůvková, z niespożytą energią, ogromną cierpliwością oraz wesołym uśmiechem nauczyła nas "street dance". Krok po kroku nauczyliśmy się tych ruchów, które przydały się wieczorem, gdyż... Gdyż wieczorem była dyskoteka! Wszyscy byliśmy ubrani w czarne stroje, które zostały przyozdobione świecącymi pałeczkami led według indywidualnej inwencji każdego uczestnika. Kiedy w sali tanecznej zgasło światło, fluorescencyjne dekoracje robiły wspaniałe wrażenie, szczególnie kiedy tańczyliśmy popularną "Belgijkę". Nie chciało się iść spać.

Ostatniego dnia pojechaliśmy do Ołomuńca do JumpAcademy. Tam, na trampolinach, było kilka godzin skoków, które bardzo się wszystkim podobały. Chłopcy, pod okiem instruktora, robili salta w powietrzu, skakali na miękkich piankach, materacach. Było świetnie. Po obiedzie jeszcze wspólne spotkanie w SVC, zabawy, pyszny poczęstunek i pożegnaliśmy naszych wspaniałych gospodarzy. Tego dnia, przed wyjazdem, troszkę zwiedziliśmy Rymarov, oczywiście, tradycyjnie, zrobiliśmy fotkę przed Urzędem Miejskim w centrum oraz kupiliśmy pamiątki z tego gościnnego miasta. Żal było wyjeżdżać, bo trzy przeżyte dni były bardzo aktywne i wesołe. Pobyt był bardzo przyjemny, a jedzenie bardzo smaczne, szczególnie czeskie knedliczki - pycha! Teraz czas na czeskie dzieci, by

odwiedziły nas w Ozimku. Już nie możemy się Was doczekać!

Grażyna Świercz, Violetta Oliwa i Aneta Woźnica

Składamy serdeczne podziękowania czeskim instruktorom, a w szczególności Pani Lucie Laštůvková, za niesłabnący zapał, ogromną życzliwość, cierpliwość oraz stworzenie przyjemnej atmosfery w czasie tego międzynarodowego spotkania!



Projekt „Sport i zdrowie/ Sport a zdraví” współfinansowany ze środków programu Interreg Czechy - Polska 2021-2027 w ramach Funduszu Małych Projektów Euroregionu Pradziad