

Online – Sportovní liga MĚSTSKÉ ČÁSTI PRAHA 15

Termín:

- Duben–Květen 2021

Časová osa soutěží:

- 29.3.- 2.4.2021 – seznámení s online Olympiádou, (online školení učitelů Tv)
- 5.-11.4.2021 příprava a trénování na 1týdenní výzvu
- 12.-18.4.2021 první týdenní výzva
- 19.-25.4.2021 příprava a trénování na 2týdenní výzvu
- 26.4.- 2.5.2021 druhá týdenní výzva
- Stejným modelem pokračuje 3–4 výzva
- V prvním červnovém týdnu vyhlásíme vítěze

Disciplíny – 4x týdenní výzva

- Trojskok z místa (snožmo)
- Leh – sedy na 2 minuty
- Přeskoky přes švihadlo na 2 minuty
- Kliky na 2 minuty

Realizace:

- Děti obdrží na každý druhý týden online výzvu, kterou doma, venku, na chalupě splní. Výzva bude vždy PO – NE. Jako měřiče mohou zapojit sourozence, rodiče. Výsledky pošlou třídním učitelům. Učitelé zkompletují třídu a předají odpovědnému tělocvikáři. Ten dá dohromady celou školu a vždy do nedělní půlnoci zašle na email:

Bodování

- Výkony žáků v jednotlivých disciplínách zapíše učitelé do zaslaných tabulek. Výkony se převádějí na body jako v atletickém víceboji.

Pravidla:

- Každá týdenní výzva odkazuje na video, kde je přesný popis disciplíny a realizace.
- Každý týden zpracujeme výsledky na vyhlásíme vítěze daného týdne. Rozhodující bude průměr výkonů zapojených žáků

Hodnocení a odměny:

- Vyhodnotíme každý týden zvlášť (nejsilnější škola, škola která naskáče nejvíce na švihadle atd.)
- a pak celkový součet po 5 výzvách = nejvšestrannější škola na Praze 15

Ceny:

- Poháry pro 3 nejlepší školy
- Speciální grafický certifikát pro žáky, kteří splní všechny 4 disciplíny

Kontakt: Mgr. Radek Zavřel 608 276 257

- Výsledky za celou školu zaslejte nejdéle do půlnoci posledního dne konkrétní výzvy. Přijetí emailu vždy potvrdím.

➤ Email: zavrel@olympic.cz