

Lyžák 2023

Kam vyrazit, když je v únoru obleva? Přece na lyžák ☺! Počasí se totiž neptá, kdy máme nasmlouvaný termín. Tentokrát v Jizerských horách a novém ubytovacím zařízení pro školy v Josefově Dole. Od soboty 18. 2. do soboty 25. 2. zde bylo na zimním sportovním kurzu 43 žáků 7. ročníku ZŠ a MŠ Rudolfov.

Rekordní počet dětí se ve skiareálech Lucifer a Tanvaldský Špičák učil od základů techniku lyžování, nebo zdokonaloval v již dříve získaných lyžařských dovednostech. O jejich výuku jsme se starali v ideálním počtu pěti - všichni kvalifikovaní tělocvikáři nebo instruktoři lyžování naší školy: Mgr. J. Vašková, Mgr. Z. Doležalová, Bc. V. Osouchová, Mgr. Ivo Schuster a poprvé Mgr. M. Kocina. Mohli jsme proto se žáky pracovat nejen skupinově, ale i individuálně tak, aby všichni na konci kurzu vnímali posun na vyšší sportovní úroveň. Zdravotnickou péči odborně zajišťovala Mgr. J. Šašková.

Ve dnech, kdy počasí pobytu na svahu opravdu nepřálo, jsme pro žáky zorganizovali náhradní program. Vzhledem k tomu, že jsme díky sponzorskému daru měli po celý týden k dispozici autobus a jeho řidiče pana Václava Weisfeita, mohli jsme se pohodlně přemísťovat nejen ke skiareálům, ale i na výlety do okolí. Navštívili jsme vědecko - zábavní centrum IQ LANDIA v Liberci, Muzeum výroby dřevěných hraček Detoa s tvůrčími dílnami v Jiřetíně pod Bukovou a zvládli jsme i fyzicky náročnější turistický výšlap na Ještěd.

V podvečerních hodinách jsme se žáky snažili zaujmout teorií, která k lyžování a pobytu na horách patří. Předávali jsme jim informace o správné lyžařské výstroji a výzbroji, pravidlech chování na sjezdovce, technice carvingového lyžování, významných osobnostech zimních sportů a první pomoci při úrazech v terénu. Méně populární pak byla kontrola úklidu na pokojích v rámci bodovací soutěže, ale bylo to nutné ☺.

Při závěrečném hodnocení kurzu žáci získali Absolventský certifikát LVK 2023 (grafika a tisk další sponzor) a byli pochváleni za svou sportovní snahu v náročných klimatických podmínkách.

Děkuji rodičům žáků za veškerou přípravu, papírovou a materiální. Děkuji sponzorům za finanční i hmotné dary. Děkuji všem svým spolupracovníkům (instruktorům, zdravotnici, řidiči) za odvedenou práci. Když se totiž toto všechno podaří spojit, tak je výsledkem výborně zrealizovaný kurz. I za oblevy ☺.

Fotografie najdete ve fotogalerii.

Mgr. Jana Vašková, vedoucí LVK