



Od 8.04.2017 do 15.04.2017 je potekal v Makarski prvi od treh kampov evrpskega projekta Erasmus, Programme of the European Union Efficient recommended MVPA obtainment for school and teenagers.

V projektu sodelujejo, hrvaški AK Split, madžarski AK ARAK Szekesfehervar, češenski AK Olimp Brno, trdajaško Å¡portno združenje Bor in slovenski AK Koper. Osrednja ideja projekta je, da bi v sklopu ene Å¡olske ure telesne vzgoje, oziroma Å¡porta, podaljšali obdobje viÅ¡je intenzivnosti gibalne aktivnosti. Raziskava Univerze na Primorskem je pokazala, da so otroci v 45 minutah telovadbe intenzivno aktivni le dvanaest minut in pol, sedaj bi radi to obdobje podaljšali na vsaj dvajset minut. Startali smo tako, da smo si razdelili naloge in dolo?ili rotacijo. AK Koper se bo v prvi fazi posvetil vzdržljivosti, AD Bor moži, AK ARAK pliometriji, AK Split koordinaciji. Kasneje se bo fokus dela zamenjal. Å¾e aprila smo v Makarski izmenjali izkušnje in izoblikovali skupen model aktivnosti znotraj Å¡olske ure. Prihodnjega januarja se bomo spet sreÅ¾ali na Madžarskem ter ponovno izmenjali izkušnje. Junija nas ÄŒaka ponovna vrnitev v Makarsko. Do konca projekta bomo na zgoÅ¡čenku spravili pet različic 45-minutnega programa aktivnosti znotraj ure Å¡portne vzgoje. Vsak klub sodeluje s desetimi atleti in dvema trenerjema, nad vsem bo bdel koprski Znanstveno raziskovalni center ZRS, ki bo obenem prispeval pospeÅ¡kometerske pasove, s katerimi se ves dan beleži gibanje posameznega otrok in to primerja z gibanjem v ÄŒasu treninga.