



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, ženski AK Olimp Brno, tržaško športno združenje Bor in slovenski AK Koper. Osrednja ideja projekta je, da bi v sklopu ene šolske ure telesne vzgoje, oziroma športa, podaljšali obdobje višje intenzivnosti gibalne aktivnosti. Raziskava Univerze na Primorskem je pokazala, da so otroci v 45 minutah telovadbe intenzivno aktivni le dvanajst minut in pol, sedaj bi radi to obdobje podaljšali na vsaj dvajset minut. Startali smo tako, da smo si razdelili naloge in določili rotacijo. AK Koper se bo v prvi fazi posvetil vzdržljivosti, AD Bor moči, AK ARAK pliometriji, AK Split koordinaciji. Kasneje se bo fokus dela zamenjal. že aprila smo v Makarski izmenjali izkušnje in izoblikovali skupen model aktivnosti znotraj šolske ure. Prihodnjega januarja se bomo spet srečali na Madžarskem ter ponovno izmenjali izkušnje. Junija nas čaka ponovna vrnitev v Makarsko. Do konca projekta bomo na zgoščenko spravili pet različic 45-minutnega programa aktivnosti znotraj ure športne vzgoje. Vsak klub sodeluje s desetimi atleti in dvema trenerjema, nad vsem bo bdela koprski Znanstveno raziskovalni center ZRS, ki bo obenem prispeval pospeškometerske pasove, s katerimi se ves dan beleži gibanje posameznega otroka in to primerja z gibanjem v času treninga.