

Na lyžařském výcviku v Suché Rudné nechyběly ani monoski

V prvním březnovém týdnu absolvovalo dvacet žáků **Základní školy pro tělesně postižené v Opavě na Dostojevského ulici** v doprovodu osmi pedagogických pracovníků lyžařský kurz, který se letos uskutečnil díky projektu **Pět terapií pro šťastný život s handicapem** (reg. č. CZ.1.07/1.2.25/01.0008) v Suché Rudné v Jeseníkách.

Kurz byl úmyslně realizován bez účasti rodičů s cílem podpořit samostatnost žáků a jejich sebedůvěru nezbytnou pro sebeuplatnění v životě. Tato aktivita byla pro všechny účastníky plně hrazena z ESF a státního rozpočtu ČR. Díky projektu **5T** jsme mohli rovněž pro žáky naší školy zakoupit dvě monoski s příslušenstvím a šest sad lyžařské výbavy, která obsahuje snowblade (miniski, krátké lyže, pozn. red.) s vázáním, lyžařské boty a lyžařské přilby.

Hurá na sních

Po příjezdu na Suchou Rudnou jsme se ubytovali v hotelu Paramon a ještě dopoledne vyrazili na malou procházku po okolí hotelu a sjezdovky. Po výborném obědě započala první lekce výuky lyžování. Žáci byli rozděleni do družstev. Někteří zahájili výcvik na běžkách, jiní na snowbladech, třetí skupinu tvořili žáci, kteří jezdili na monoski. Monoski je speciálně upravená lyže, která kompenzuje



fyzické postižení žáků a umožňuje jim zařadit se mezi zdravou lyžařskou veřejnost. Jedinec ji ovládá buď samostatně s pomocí tzv. stabilizátorů, nebo s doprovodem – asistencí.

Celolyžařská hra, závody a karneval

Další dny výcviku probíhaly ve stejném duchu, jen družstva si měnila vybavení a náplň činností. Výcvik na lyžích

byl zpestřen o hry na sněhu – bobování, sáňkování nebo koulování. Skupina nejzdatnějších lyžařů si užila střeďeční odpoledne ve Ski areálu Annaberg v Andělské hoře, jehož součástí je i snowpark s měřenou slalomovou tratí. Ostatní žáci si odpočinuli od lyží krásnou procházkou.

Ve čtvrtek se všichni těšili na závody ve slalomu na snowbladech, na monoski a v běhu na lyžích. Při večerním programu byly vyhlášeny výsledky závodů a žákům předány diplomy nejen za vynikající výkony, ale i za snahu a píli. Všichni žáci byli v rámci výcviku velmi snaživí, někteří nás překvapili pokroky, které dělali, i když stáli na lyžích poprvé.

Po celý týden probíhala na kurzu celolyžařská hra, jejímž cílem bylo nasbírat co nejvíce žetonů, které mohli žáci poslední večer směnit v jarmarku za věcné ceny a sladkosti. Po jarmarku následovala stezka odvahy, kterou všichni hravě zvládli.

Náš týdenní pobyt vyvrcholil v pátek dopoledne karnevalem, při kterém jsme se pořádně vydováděli. Po obědě na nás čekal nízkopodlažní autobus, který nás všechny v pořádku odvezl až ke škole.

Pozitivní atmosféru lyžařského výcviku umocnilo nádherné slunečné počasí, vstřícný personál hotelu, spokojené tváře žáků a spousta legrace. Na letošní pobyt na horách budeme všichni ještě dlouho vzpomínat!

*Mgr. Silvie Häuserová,
manažer projektu 5T,
hlavní vedoucí lyžařského výcviku*

