



Ljetni sportski višeboj za osnovnoškolce

Grad Varaždin je u suradnji sa Zajednicom sportskih udruga Grada Varaždina, osnovnim školama i Udrugom kineziologa grada Varaždina i ove godine organizirao popularni, šesti po redu, Ljetni sportski višeboj. Ovogodišnji program trajao je deset dana tijekom ljetnih školskih praznika. Projekt je potpuno besplatan za djecu, a ove je godine uključio stotinjak djevojčica i dječaka od drugog do šestog razreda varaždinskih osnovnih škola. Sudionici su bili podijeljeni u dvije skupine. Jedna provodi aktivnosti na Dravskim bazenima, gdje se vrši obuka plivanja te organiziraju razne igre i sportovi na vodi: vaterpolo, vodenja košarka, ronjenje, skokovi u vodu, ali i odbojka na pijesku te partije velikog šaha. Istovremeno, u sportskoj dvorani Graberje odvijaju se dvoranski sportovi: CrossFit kids, atletika, po prvi puta i hrvanje, borilački sportovi, nogomet, badminton i odbojka. Na taj je način program dinamičan i raznolik, a djeca upoznaju širok spektar sportova koji se nude u Gradu Varaždinu. Program je provodilo 11 kineziologa i trenera.

Uz sportski program, djeci su se nudile i edukativne interaktivne radionice, poput one o oralnom zdravlju, koju je održala dr. med. dent. Karla Vukasović. Kroz kvizove i praktične aktivnosti učili su kako se pravilno peru zubi i što je važno za zdravlje usne šupljine. Uz pomoć indikatora plaka mogli su vidjeti koje površine nisu dobro oprane, što im je bilo jako zanimljivo. Također se govorilo o pravilnom disanju kroz nos, utjecaju disanja na sportsku izdržljivost



i koncentraciju, ali i na rast i položaj zubi. Djeca su, uz majicu i diplomu, dobila na dar i četkicu za zube.

Nakon provedenih sportskih aktivnosti, sedamdesetak varaždinskih višebojaca uživalo je u kupanju, druženju i zabavi u Novom Vinodolskom. U pratnji svojih trenera, sudionici su uživali u raznim vodenim aktivnostima, od plivanja i skokova u vodu, do igre u aquaparku, a na kraju je sve sudionike razveselila zajednička pizza, koja je dodatno pridonijela prijateljskoj atmosferi i druženju. Pridružio im se i Gradonačelnik grada Varaždina dr. sc. Neven Bosilj koji je čestitao svim polaznicima višeboja, podijelio majice i diplome te naveo da Grad Varaždin stalno povećava izdvajanja za sport, jer upravo je sport jedno od najboljih zdravstvenopreventivnih ulaganja. Time djeca dobivaju mnogo, s njima rade stručnjaci iz Udruge kineziologa, a mnogima od sudionika ovo će biti impuls za treniranje nekog od sportova koje su ovom prilikom upoznali.

Grad Varaždin u suradnji sa Zajednicom sportskih udruga Grada Varaždina i Udrugom kineziologa grada Varaždina i Varaždinske županije, ovim višebojem nastavlja tradiciju promicanja zdravih životnih navika, sporta i timskog duha među mladima. Ova hvalevrijedna akcija se nastavlja i iduće godine i bit će besplatna za sve sudionike.

Dražen Cesar, Upravni odjel za društvene djelatnosti Grada Varaždina

Voditelj Odsjeka za sport i rekreaciju

drazen.cesar@varazdin.hr

