

FELHÍVÁS

Otthoni sportolás és fizikai aktivitások digitális módszertani támogatására

A Magyar Kormány az élet- és vagyonbiztonságot veszélyeztető tömeges megbetegedést okozó humánjárvány következményeinek elhárítása, a magyar állampolgárok egészségének és életének megóvása érdekében Magyarország egész területére veszélyhelyzetet hirdet ki (40/2020. (III. 11.) Korm. rendelet). Az élet- és vagyonbiztonságot veszélyeztető tömeges megbetegedést okozó humánjárvány megelőzése, illetve következményeinek elhárítása, a magyar állampolgárok egészségének és életének megóvása érdekében elrendelt veszélyhelyzet során teendő szükségszerű kormányzati intézkedések jelentősen korlátozták a közösségi sportolási tevékenységeket és a fizikai aktivitásokat.

Ugyanakkor veszélyhelyzetben is fontos, hogy a helyzethez alkalmazkodva a magyar polgárok koruknak és egészségi állapotuknak megfelelő testmozgást végezzenek. A köz- és felső oktatás megszervezi a digitális oktatást, aminek szintén része kell legyen a testnevelés és a sportolás. Sok amatőr sportoló számára lehet hasznos, ha segítséget, tanácsot kap sportolásához, a későbbi versenyekre való felkészüléséhez. Az idősebb korosztályok egészségmegőrzését is segítheti, ha útmutatást kapnak az ésszerű fizikai aktivitásaikhoz.

Ezért a Digitális Jólét Nonprofit Kft-hez (DJN) tartozó Digitális Sport Tudásközpont felhívja a magyar sportélet érintettjeit, hogy a sportban meglévő tudásbázist és már egyedi esetleges kezdeményezéseket összefoga terejük közös digitális térbe az iskolai testnevelést, a felsőoktatás sportját, az amatőr sport és fizikai aktivitásokat támogató digitális kezdeményezéseket (videó bemutatók, gyakorlatleírások, edzéstervek stb.) a kényszerű fizikai korlátozások időszakában.

Ehhez a DJN keresztül a Kormányzati Informatikai Fejlesztési Ügynökség tud tárhelyet biztosítani, amely hatékonyan képes kiszolgálni a széles igényeket. A központi adatbázis előnye:

- Szakmailag ellenőrzött dokumentumok kerülnek fel
- Széleskörű hozzáférés biztosított
- Kiegészítő tanácsadás nyújtható
- Jól kommunikálható

Három témakörben kívánunk támogatást nyújtani, mindegyikbe beleértjük a fogatékkkal élőket is:

- 1. DIGITESI.** Ötletek otthon/szabadban végezhető testnevelési gyakorlatokra.
Célcsoport: Testnevelő tanárok, szülők, diákok.
- 2. DIGICOACH.** Edzés tervek, gyakorlatok a nem hivatásos teljesítmény és részvételi sportolók számára.
Célcsoport: Egyetemisták, amatőr sportolók.
- 3. DIGIFA.** Tanácsadás egyszerű fizikai aktivitásokra (innen a FA), benne az otthoni mozgásformákra, gerinctornára
Célcsoport: középkorú és idősebb korosztályok, ülőfoglalkozást végzők.

A programban részt venni kívánók a denes.ferenc@djnkft.hu címre küldjék el a megjelentetni kívánt szakanyagokat, amelyek szakmai ellenőrzéséről és feltöltéséről Digitális Sport Tudásközpont fog gondoskodni. A szakanyagok a beküldők neve alatt fog megjelenni, egyben kérünk is mindenkit, jelöljenek meg olyan kapcsolati forrásokat (email cím), ahova a visszajelzéseket megküldhetjük.

