

# ATHLETICS CAMP 2018

Pakiet informacji o imprezie



# FUNDACJA KAMILI SKOLIMOWSKIEJ - Organizator

Fundacja Kamili Skolimowskiej została założona w Warszawie w grudniu 2010 roku. Główną idea jej powołania było oddanie hołdu oraz kultywowanie pamięci o tej wybitnej lekkoatletce i najmłodszej polskiej złotej medalistce olimpijskiej. Pierwszymi poważnymi środkami, które zasiliły konto pierwotnie Funduszu im. Kamili Skolimowskiej, a następnie Fundacji były wpływy uzyskane ze sprzedaży złotego medalu olimpijskiego wywalczonego przez Polkę na XXVII Igrzyskach Olimpijskich, które rozgrywane były w Sydney w 2000 roku. Medal od rodziców Kamili odkupił za kwotę 200 tysięcy złotych Polski Komitet Olimpijski i przekazał go do Muzeum Sportu i Turystyki. Dzięki tej wspaniałej inicjatywie pomoc w powrocie do pełnej sprawności fizycznej otrzymało kilku młodych sportowców.

Fundacja od ponad siedmiu lat z powodzeniem organizuje i wspiera wszelakie projekty mające na celu propagowanie sportu ze szczególnym uwzględnieniem tak bliskiej sercu Kamili lekkoatletyki. Do najważniejszych imprez organizowanych przez Fundację należą: lekkoatletyczny Memoriał Kamili Skolimowskiej, Festiwal Rzutów im. Kamili rozgrywany we Władysławowie, Rzuty przez Odrę czy cykl campów lekkoatletycznych – Athletics Camp, skierowanych do dzieci ze szkół podstawowych. Kolejnymi ścieżkami działalności Fundacji są: pomoc w rehabilitacji kontuzjowanych sportowców znajdujących się w trudnej sytuacji materialnej, propagowanie profilaktyki ochrony zdrowia oraz wspieranie rozwoju nowych metod rehabilitacji. Fundusze na działalność Fundacji pozyskiwane są głównie z darowizn, zbiórek, licytacji oraz imprez publicznych. Fundacja może pochwalić się licznymi sukcesami. W roku 2012 działalność Fundacji została nagrodzona przez PKOl listem gratulacyjnym „Fair Play” za „stworzenie sportowcom szansy na realizowanie ich dodatkowych pasji i marzeń”.

Ambasadorami Fundacji są utytułowani, polscy lekkoatleci: Aniła Włodarczyk, Piotr Małachowski i Tomasz Majewski.

# ATHLETICS CAMP - Historia

Pomysł organizacji campów lekkoatletycznych zrodził się w roku 2013. Pracownicy i ambasadorzy Fundacji po sukcesach Małego Memoriału Kamili Skolimowskiej chcąc nawiązać do idei propagowania lekkoatletyki wśród najmłodszych tak bliskiej sercu Kamili postanowili rozpocząć cykliczną imprezę o nazwie Athletics Camp - "Każdy może zostać mistrzem".

Pierwsza edycja campów odbyła się 18 września 2013 roku w warszawskiej Arenie Ursynów. Wzięło w niej udział 200 - uczniów ze stołecznych szkół podstawowych i gimnazjów.

Druga edycja Athletics Campu ponownie zawitała do Areny Ursynów rok później. 17 września 2014 roku 300 dzieci w wieku 9-14 lat miało możliwość spotkania z mistrzami: Anitą Włodarczyk, Piotrem Małachowskim i Tomaszem Majewskim.

Trzecia edycja campu z całkowicie zmienioną formułą odwiedziła cztery polskie miasta: Poznań, Warszawę, Wrocław i Rawicz. We wszystkich campach w 2015 roku wzięło udział ponad 1000 dzieci w wieku 9-14 lat.

Rok 2016 to kolejne 5 campów i 1500 uczestników. W roku 2017 łącznie zorganizowano 7 campów.

W 2017 roku odbyła się rekordowa ilość campów. Fundacji udało się odwiedzić 7 miast i miasteczek. We wszystkich imprezach organizowanych pod szyldem AC udział wzięło ponad 2000 dzieci.

## ATHLETICS CAMP - Cele i założenia

Athletics Camp to cykl imprez sportowych skierowanych do dzieci w wieku 8-12 lat. Głównymi celami ich organizacji są: popularyzowanie wśród najmłodszych sztafardowych konkurencji lekkoatletycznych, edukacja sportowa a także prozdrowotna dzieci oraz zachęcenie ich do podejmowania aktywności fizycznej. Motywem przewodnim i zarazem hasłem imprez jest – „Każdy może zostać mistrzem”. Hasło zostało wybrane nieprzypadkowo. Athletics campy mają stwarzać możliwości bezpośredniego zetknięcia z lekkoatletyką wszystkim bez wyjątku, dlatego też z roku na rok impreza organizowana jest zarówno w dużych miastach jak i małych miejscowościach.

Poprzez organizację przedsięwzięć takich jak Athletics Camp Fundacja chce postawić na promocję sportu, zachęcić dzieci do jego uprawiania oraz prezentować królową sportu w ciekawy i zarazem innowacyjny sposób. Organizator wierzy, że tylko tak trafi do młodego pokolenia które niechętnie garnie się do podjęcia jakiegokolwiek aktywności fizycznej.

Ponadto podczas campów Fundacja:

- ✓ promuje szeroko pojętą aktywność fizyczną jako aspekt pozytywnie wpływający na zdrowie oraz rozwój dzieci
- ✓ promuje lekkoatletykę wśród dzieci

- ✓ zachęca dzieci z grupy wiekowej, w której odnotowuje się największy odsetek osób nieprzestrzegających zalecanej dziennej dawki ruchu do uprawiania sportu
- ✓ prezentuje korzyści płynące z życia sportowca
- ✓ przybliża uczestnikom wiedzę z zakresu psychologii sportu i dietytyki
- ✓ szuka potencjalnych następców wielkich, polskich mistrzów
- ✓ zachęca do aktywnego i kreatywnego spędzania czasu
- ✓ dociera do jak największej liczby dzieci - wychowanie poprzez sport
- ✓ rozwija umiejętności działania i współdziałania
- ✓ kształtuje poczucie własnej wartości oraz akceptacji siebie i innych
- ✓ podejmuje próbę poszerzenia wiedzy i umiejętności nauczycieli wychowania fizycznego z zakresu konkurencji lekkoatletycznych
- ✓ kultywuje pamięć o Kamili Skolimowskiej wśród najmłodszych

## FORMUŁA IMPREZY

Formuła imprezy jest podzielona na trzy bloki: blok teoretyczny w którego skład wchodzi: warsztaty z dietetykiem oraz zajęcia z psychologiem sportowym i blok praktyczny, podczas którego dzieci mogą spróbować swoich sił w czterech najpopularniejszych konkurencjach lekkoatletycznych: rzucie młotem, rzucie dyskiem, biegach i pchnięciu kulą. Uzupełnienie programu stanowią blok ogólnosportowy oraz zajęcia integracyjne.

### 1) Blok teoretyczny – edukacyjny

Głównym jego elementem będą zajęcia i warsztaty poświęcone istotnym aspektom bezpośrednio związanym ze sportem tzn: dietytyka.

Innowacyjne warsztaty z dietetykiem pozwolą uczestnikom zrozumieć jak ważne w ich życiu jest przestrzeganie właściwej diety oraz ruch. Dietetyk wykorzystując mikser oraz różne produkty spożywcze wyjaśni co dzieje się w organizmie człowieka po spożyciu niezdrowych przekąsek oraz zdrowych produktów.

### 2) Blok ogólnosportowy

Mający na celu odpowiednie przygotowanie dzieci (rozciągnięcie i pobudzenie mięśni) do zajęć sportowych. Blok ten będzie obejmował trening ogólnorozwojowy – rozgrzewka, który poprowadzi profesjonalny trener fitness/zumba. Trener nauczy dzieci właściwego wykonywania ćwiczeń oraz pokaże jak zmienić trening w dobrą zabawę.

### 3) Blok praktyczny - lekkoatletyczny

Składający się z zajęć z zakresu sztafetowych konkurencji lekkoatletycznych: rzut młotem, rzut dyskiem, biegów/biegów przez płotki i pchnięcie kulą.

Zajęcia będą prowadzone przez wykwalifikowanych trenerów związanych z klubami i uczelniami sportowymi oraz utytułowanych lekkoatletów,. Podczas spotkania z mistrzami planowana jest prezentacja technik konkurencji uprawianych przez lekkoatletów. Uczestnicy będą mieli również możliwość sprawdzenia swoich dotychczas nabytych umiejętności sportowych. Wszystkie zajęcia będą odbywały się z użyciem specjalnie dostosowanego do wieku dzieci sprzętu lekkoatletycznego (sylikon, pianka, plastik).

# PAKIET DLA UCZESTNIKA

Wszyscy uczestnicy campów otrzymają od organizatora koszulkę stanowiącą element wyposażenia sportowego, certyfikaty oraz pamiątkowe medale.

## DODATKOWO

W czasie campów dzieci otrzymają wodę. Przebieg campów zostanie uwieczniony w obszernej relacji fotograficznej.

## SCZEGÓŁY I PROGRAM MINUTOWY IMPREZY:

**Data imprezy:** 16 czerwca 2018

**Miejsce imprezy:** Boisko lekkoatletyczne  
SP im. Cypriana Godebskiego

**Adres:** ul. Szkolna 2, Raszyn

09:30 - Zbiórka na boisku, rozpoczęcie rejestracji (prosimy o punktualne przybycie optymalnie między 9:15 a 9:30)

10:00 - Oficjalne rozpoczęcie imprezy + słowo wstępu

10:20 - Rozpoczęcie treningu ogólnorozwojowego (rozgrzewki)

10:30 - Rozpoczęcie zajęć praktycznych

12:30 - Wręczenie pamiątkowych medali i certyfikatów

13:00 - Zakończenie imprezy, słowo zamykające + pamiątkowe zdjęcia

Prosimy aby dzieci zjadły porządne śniadanie oraz zabrały ze sobą obuwie na jasnej podeszwie.

**W razie dodatkowych pytań proszę o kontakt:**

**Anna Herba**

**Koordynator projektu Athletics Camp 2018**

**Tel: 790 407 472**

**e-mail: [anna.herba@memorialkamili.pl](mailto:anna.herba@memorialkamili.pl)**