
Rektorský sportovní den 2010

Rektorský sportovní den 2010

Rektorský sportovní den je tradiční sportovní akcí, kterou vyhlašuje rektor UK pravidelně v půli května. Letošní Rektorský den se uskuteční ve středu 12. května a program pro studenty se speciálními potřebami se mimořádně pořádá o dva týdny později, ve čtvrtek 27. května.

Zeptali jsme se PaedDr. Martina Hrubého, zda pro nás Katedra tělesné výchovy FF UK na letošní Rektorský sportovní den připravila nové sportovní aktivity.



[Program](#)

Můžete nám přiblížit, co to je Rektorský sportovní den?

Posláním Rektorského sportovního dne (RSD) je jakési nadechnutí, uvolnění a nabrání sil před koncem semestru a začátkem zkouškového období, které je pro studenty tou nejnáročnější dobou, v níž musí potvrdit ve zkouškách to, co se během celého roku naučili. To je spojeno se značným psychickým vypětím, ale také se značným omezením pohybu, daného nutností dlouhého vysedávání nad knihou, či počítačem. Proto je RSD zasvěcen pohybu a hlavně radosti z pohybu, který je zdrojem psychického uvolnění. Rektorský den tak významně přispívá k úspěšnému dovršení studijního roku.

Kdo organizuje Rektorský den?

Akci organizují katedry a ústavy tělesné výchovy jednotlivých fakult UK a každým rokem je pověřena jedna katedra či ústav koordinací a propagací celé akce. V letošním roce je touto koordinací pověřena Katedra tělesné výchovy Filozofické fakulty.

Zůstala nabídka sportovních disciplín stejná jako v loňském roce?

Premiéru bude mít golf a tzv. "Zumba", což je něco jako taneční forma aerobiku na latinsko-americké rytmy. Pro letošní rok je připravena řada sportovních soutěží jak pro spontánně vytvořená studentská družstva, tak pro jednotlivce. Na své si přijdou zájemci o atletiku, aerobik, basketbal, florbal, fotbal, volejbal, plavání, tenis, ale i o cyklistiku, orientační běh, kanoistiku, rafting, lezení na umělé stěně atd. Výběr je velmi pestrý. Tradičně jsou zařazeny i pohybové aktivity pro studenty se speciálními potřebami, tentokrát ovšem v pozdějším termínu – 27. května. Vedle sportovních soutěží je organizována i řada pohybových aktivit, kam si mohou přijít zájemci jen tak zacvičit, nebo jak se říká protáhnout tělo. Zkrátka Rektorský den je akcí pro všechny studenty a každý si tam jistě najde tu svou disciplínu. Podrobné informace si již dnes si mohou zájemci otevřít [zde](#). Počátkem května budou také na všech fakultách vyvěšeny informační plakáty a budou dostupné i tištěné informační brožury s programem a všemi potřebnými informacemi.

Bude letošní Rektorský sportovní den něčím výjimečný?

Letošní rok je rokem stého výročí existence tělesné výchovy a sportu na českých vysokých školách. Součástí rektorského dne proto bude i jakési ohlédnutí do historie, které by mělo evokovat zamyšlení nad další budoucností tělesné výchovy na vysokých školách. Hezkou památkou na toto výročí i letošní rektorský den snad budou i trička s emblémem Univerzity Karlovy a upoutávkou stoletého výročí, které jsou připraveny pro vítěze jednotlivých soutěží. Přeji účastníkům Rektorského sportovního dne 2010 za tým organizátorů hodně sportovních zážitků a hodně radosti z pohybu !