

Projekt Hrvatskog teniskog saveza

„Igraj tenis“

Bavljenje tenisom, ali i svim ostalim sportovima, iznimno je važno za djecu, budući je sport važan čimbenik u očuvanju zdravlja i prevenciji raznih bolesti. Sport ima i veliki odgojni potencijal, a redovito treniranje i vježbanje potiče djecu na usvajanje zdravog stila života i razvijanje radnih navika. S obzirom na brojne pozitivne aspekte sporta, zabrinjavajuće su procjene iz proteklih godina o visokom postotku djece koja nisu uključena ni u jedan oblik tjelesne aktivnosti.

S pojavom epidemije COVID-19 i uvođenjem epidemioloških mjera povećao se broj fizički neaktivne djece, koja sve više sati provode sjedeći pred ekranima, što je povezano i s rizikom od kardiovaskularnih bolesti. Osim toga, zabrinjavaju i podaci o tome da je i prije epidemije svako peto dijete imalo određene teškoće mentalnoga zdravlja. Zbog niza ograničenja povezanih sa zdravstvenom krizom, uključujući i ograničenja tjelesnih aktivnosti i mogućnosti sudjelovanja djece u sportskim klupskim aktivnostima, stručnjaci očekuju brojne negativne posljedice, s čijim ćemo se stvarnim razmjerima suočiti tek u predstojećem periodu.

Stoga je pred nama, teniskim djelatnicima i donositeljima odluka odgovorna zadaća, da uz sve mjere zaštite, omogućimo djeci bavljenje sportom posebice u „vrijeme korone“ te da ih na odgovarajući način motiviramo i potičemo na tjelesnu aktivnost – upravo radi dugoročnog očuvanja njihovog zdravlja. Naša odgovornost je poticati djecu na bavljenje sportom, kao i osigurati primjerene uvjete za to.

Nažalost, prije nekoliko godina osmišljen program “Tenis u školama”, koji se organizirao u školskim dvoranama danas nije dobar model. Neke odluke ravnatelja koje se odnose na iznajmljivanje školskih sportskih dvorana, i visoki iznosi zakupa dijelom su onemogućili provedbu našeg programa.

Time je bila onemogućena organizacija treninga u dvoranama, pa je iz istog razloga, ali i pojave Covida osmišljen besplatni program koji započinje u proljeće i odvija se na otvorenim igralištima klubova. Inicijativa HTS-a, usmjerena je na zaštitu dobrobiti i zdravlja djece, te na prevenciju zaraze i proboja virusa među najmlađu populaciju,

Rizici i nepovoljan utjecaj restriktivnih mjera na život i zdravlje djece, programom "Igraj tenis" omogućava djeci nižih razreda osnovne škole bavljenje sportom u zdravom okruženju, udaljava ih od računala, televizora, duljeg bavljenja u zatvorenom prostoru čime smo svjedoci ne samo u Hrvatskoj nego i u cijelom svijetu.

Organizacija treninga za djecu u proljetnom razdoblju, uslijed manjka sportske infrastrukture /dvorana/, u konačnici će utjecati na povećano kretanje, a postupno i dodatno motivirati veliki broj djece za bavljenje teniskim sportom.

Hrvatski teniski savez prijavio se početkom godine, na natječaj za sufinanciranje sportskih programa poticanja lokalnog sporta i sportskih natjecanja u 2022. godini kod Ministarstva kulture i sporta. s projektom pod nazivom „Igraj tenis”,

U teniskom savezu već se duže vremena priprema ovaj projekt, a smatramo da je sada pravi trenutak da ga u očekivanju poboljšanja zdravstvene situacije pokrenemo, i što je moguće prije vratimo djecu u sport.

Cilj programa je upoznati učenike s tenisom kao zdravim oblikom bavljenja fizičkom aktivnosti i provođenja slobodnog vremena. Treninge će voditi licencirani treneri, a provoditi će se prema predviđenom programu u klubovima na lokacijama u blizini škola.

Naš sport minimalno je rizičan za prijenos zaraze, ne samo za djecu koja treniraju već i kod provedbe natjecanja. Iskustva koja smo stekli u 2020. godini primijenjivati ćemo i nadalje u provedbi ovog programa. Djeca su prošle godine u vrijeme kada nije bilo zabrane normalno trenirala, HTS je organizirao preko 200 natjecanja, u dvoranama i na otvorenim igralištima.

Uveli smo nova pravila koja su dodatno zaštitila djecu na treninzima, a rezultati su 100 postotna sigurnost djece, bez prijenosa zaraze i u vrijeme kada je drugdje to bilo itekao prisutno.

Gledajući trenutnu situaciju i kapacitete teniskih klubova, smatramo da postoji izuzetan prostor za povećanje broja djece, koja bi se mogli započeti baviti našim sportom. Provedbom kvalitetnog programa, djeca imaju sjajnu priliku, da u sklopu projekta za koji se natječemo, započnu trenirati tenis u klubovima blizu mjesta stanovanja.

Cilj programa je upoznati djecu prvog i drugog razreda s teniskim sportom. Navedeno bi u značajnoj mjeri utjecalo na poboljšanje njihovog zdravstvenog i

psihosocijalnog statusa, koje je višemjesečnim boravkom u zatvorenim prostorima i neobavljanja sportom ključan u njihovom daljnjem psihofizičkom razvitku.

HTS bi u konačnici svojom aktivnošću privukao novu djecu u sport koja bi se kroz projekt „Igraj tenis“, započela baviti sportom kojim se mogu baviti cijeli život.

Čitajući svjetske medije i stručne članke željeli bi izdvojiti jedan koji vrlo jasno govori o našem sportu: Najniže rizična sportska aktivnost bila je igranje tenisa!

Tenis je sport koji se igra uz socijalnu distancu zahvaljujući velikom prostoru i površini igrališta 36 x 18 metara. Uz nekoliko dodatnih mjera tenis može dodatno smanjiti interakciju među natjecateljima.

Ako se to usporedi s vježbanjem u teretani, u kojoj manju površinu neprestano dijeli mnogo različitih ljudi, ili primjerice košarkom, rukometom u kojoj svaki sudionik tijekom treninga ili utakmice dodiruje drugog, jednostavno je zaključiti da je rizik nusporedivo manji na teniskom igralištu.

Prema mišljenju stručnjaka i razine rizika, od 10. razina, tenis je naveden kao sport s najnižom razinom (1), i vodi se kao najmanje rizičan sport.

Tenis je savršen sport koji pruža društvenu aktivnost svima kojima je nedostajala posljednjih nekoliko mjeseci. Tjelesna aktivnost, također je intelektualno poticajna, a najvažniji faktor je da je, jako zabavno igrati tenis.

Ove godine HTS će uložiti znatna sredstva kroz opremu potrebnu za provedbu programa, a u cilju razvoja teniskog sporta i dovođenje nove djece u sport.

Želja HTS-a je promocija i razvoj sporta, a kroz ovakve projekte kontinuirano svojim angažmanom nastoji privući novu djecu u teniski sport.

Vjerujemo da ćemo na kraju godine kada podučemo crtu imati puno razloga za zadovoljstvo, ali i da ćemo slijedeće godine nastaviti još jače s projektom, ali i bez mjera i uz bolju zdravstvene situaciju nego ove godine.

Gordan Pavlović
Koordinator projekta