**Plán činnosti SO UNO při Speciální základní škole, mateřské škole a praktické škole Ústí nad Orlicí, z.s. na rok 2021**

Sportovní oddíl SO UNO je součástí Českého svazu mentálně postižených sportovců (dále jen ČSMPS) a je registrovaným spolkem ČUS. Zaměřuje se na handicapované děti a mládež, převážně žáky a absolventy Speciální základní školy, mateřské školy a praktické školy Ústí nad Orlicí. **Oddíl má celkem 78 členů , z toho 29** **trenérů** (převážně spec.pedagogů). Činnost oddílu je velmi všestranná. Příprava probíhá v pravidelných trénincích. Některé probíhají každý týden (plavání, stolní tenis, sportovní hry – kopaná, florbal, atletika, badminton), jiné podle podmínek ročních období ( bruslení, běžkování, lezení a jízdy na kánoích a raftech, turistika a cykloturistika, jízdy na koloběžkách).

Průběžně žactvo bude trénovat i v kuželně, na bowlingu a na horolezecké stěně v Domě dětí.

Pravidelné tréninkové hodiny plavání budou opět probíhat dle harmonogramu v ústeckém krytém bazénu od ledna do června a poté na podzim do konce kalendářního roku.. Dopřejeme žactvu 20x trénovat 1 hodinu na 2 pronajatých drahách každé pondělí v krytém plaveckém bazénu. Trénink badmintonu bude probíhat v tělocvičně VÚB, trénink kolektivních sportů a stolního tenisu v tělocvičně SpZŠ, MŠ a PrŠ. Běžecké lyžování dle podmínek na hřišti školy, dále v Orlických horách.

V plánu na rok 2021 jsou tyto aktivity: (jejich uskutečnění závisí na epidemiologické situaci)

**Leden/únor/březen 2021 Trénink v klasickém lyžování – Orlické Záhoří, trasa parkoviště Šerlich-Velká Deštná a Říčky trasa od černé sjezdovky směr Pěticestí ???**

**Únor/březen 2021 MČR v klasickém lyžování Vrchlabí ???**

**Březen 2021 Okresní kolo v klasickém lyžování Šerlich nebo Říčky podle kvality sněhu**. Proběhne podle tradice i pro zájemce -členy ČSMPS z ostatních speciálních škol okresu (Žamberk, Vysoké Mýto). Autobusem vyjedou do hor i další zájemci, kteří si užijí her na sněhu. **???**

**5.3.2021 regionální přebor ve florbalu Hradec Kálové (trenér Bartoš) ???**

**Březen Přebor hlavního města Prahy v plavání ???**

**Březen Přebor Vč v plavání Hradec Králové ???**

**20.3.2021 regionální přebor Vč ve florbalu Hradec Králové (trenér Bartoš) ???**

**24.3.2021 regionální kolo plavání Chrudim ???**

**23.-24.4.2021 MČR v plavání Liberec ???**

 V lehkoatletickém čtyřboji bude žactvo soutěžit v květnu a červnu. Čeká je okresní a regionální kolo, podle umístění třeba i kolo národní.

**7.-8.5.2021 MČR minikopaná mužů Chroustovice (dle zájmu trenéra Bartoše) ???** V lehkoatletickém čtyřboji bude žactvo soutěžit v květnu a červnu. Čeká je okresní a regionální kolo, podle umístění třeba i kolo národní.

**Jarní soustředění se uskuteční podle epidemiologických podmínek na Bedřichovce v Orlickém Záhoří. ??????**

**Říjen 2021 Přechod Krkonoš** prověří členy republikových oddílů při třídenním šlapání po horách s kamarády z různých krajů. ???

**15.-16.10.2021 Na horských kolech si změří výkonnost cyklisti v republikovém závodě horských kol ve Srubech.???**

Podzim bude i ve znamení regionálního a republikového turnaje ve stolním tenisu v Hradci Králové.

**20.10.2021** **Regionální přebor Východních Čech a oblastní přebor družstev ve stolním tenisu**

**24.-25.11 MČR ve stolním tenisu ČSMPS bude probíhat ve dnech 24.-25.11.2021.**

**10.12.2021 Zimní MČR v plavání Liberec**

**19.10.2021 Regionální přebor v plavání Zlín**

**Prosinec 2021 plavání „Vánoční kapřík“ Trutnov**

Celkem se naši členové účastní republikových soutěží v 5ti sportech : lyžování, stolní tenis, plavání, cyklistika-horská kola, turistika-přechod Krkonoš. Přibude i florbal, malá kopaná nebo snad badminton? Uvidíme???

V roce 2020 byl oceněn v kategorii handicapovaný sportovec okresu Ústí nad Orlicí plavec Jan Holub a Lukáš Čermák rovněž v plavání oceněn ČSMPS.

V roce 2020 získal SO UNO oddíl finanční podporu na činnost z prostředků MŠMT (Projekt „Trénujeme-soutěžíme 2020“ z programu Sportování bez bariér) z ČSMPS (loterie) a od Města Ústí nad Orlicí.

K mimořádným výkonům našich sportovců snad pomohou i v roce 2021 dotace získané z projektů podaných na NSA a Město Ústí nad Orlicí.

V projektu podaném v Neinvestičním **programu „Sportování bez bariér ZPS 2021“na NSA je požadována podpora nejen pro oddíl plavání, stolního tenisu, badmintonu, kolektivních sportů ale i badmintonu a běžeckého lyžování.**

**Finanční dotace z  ČSMPS** již nebudou z loterií v roce 2021 poskytovány.

Získané prostředky budou využity hlavně k úhradě dopravy na sportovní akce, startovného a účastnických poplatků na soutěžích, na pronájmy bazénu, tělocvičny a dalších sportovišť, na odměny trenérům a k zlepšení materiálového vybavení sportovními pomůckami.

Pokud budou podány žádosti o dotace Města, budou využity k jednorázovým sportovním aktivitám.

Je potěšující, že může i zdravotně postižené žactvo navíc soupeřit se zdravými vrstevníky v různých soutěžích, organizovaných ve městě Ústí (soutěž ve šplhu v ZŠ Ústecká, Memoriál Václava Čevony, sportovní disciplíny při Městě v pohybu, v plaveckých soutěžích aj.)

Počet členů v oddílu se významně nesnížil ani v roce 2020. Stojí tedy za to, aby se stávajícím sportovcům věnovala patřičná péče. Jejich přístup k tréninkům je v převážné většině příkladný a účast na závodech dokazuje, jak obrovský vliv má sportování na jejich celkovou socializaci. Pozitivně se ke sportování svých dětí v poslední době staví i jejich rodiče. Dík patří trenérům i všem pedagogům, kteří účast žactva na aktivitách podporují a oceňují je za vzornou reprezentaci a příkladné chování na mimoškolních akcích.

 Děkujeme. Za Vv SO UNO Hana Kapounová