

Projekt ROZPOHYBUJ ŠKOLU A OBĚHNĚME SPOLEČNĚ ZEMI,

kdy žáci a učitelé naší školy se virtuálně snaží společnými silami urazit do 18. června 2021 vzdálenost 40 075 km, tedy oběhnout po pomyslném rovníku naší planetu Zemi.

Organizační informace

- žáci a učitelé posílají podklady z uskutečněných pohybových aktivit prostřednictvím následujícího formuláře, který najdete na tomto odkazu [ZDE](#) nebo použijte přiložený QR kód
- nutné znát přihlášení do Microsoft Office (používáte na online výuku k Microsoft Teams)
- vyplnit třídu, typ pohybové aktivity, vzdálenost/čas aktivity a doložit svoji aktivitu snímkem obrazovky
- do soutěže se započítávají pouze aktivity doložené záznamem, můžete využít chytré aplikace v telefonu (stopař - mapy.cz, Strava, Sport Tracker, Běh a Chůze GPS FITAPP, Runkeeper, Sportractive GPS) či chytré hodinky
- započítává se souvislá aktivita (např. 30minutová procházka), nezapočítává se celodenní aktivita (celkový počet kroků za den)
- průběžné výsledky je možné sledovat na Microsoft Teams, skupina „Oběhněme společně Zemi“ a zároveň na webu školy (bude aktualizováno každý týden)
- uskutečněné aktivity platí od 19. 2. 2021 do 18. 6. 2021
- každý může přidat libovolné množství aktivit

Přepočet sportovních aktivit

- 1 km běh/chůze (včetně běžeckého pásu) = 1 virtuální km
- 5 km ujetých na kole = 1 virtuální km
- 2 km běžecké lyžování - klasika, bruslení = 1 virtuální km
- 2 km in-line brusle = 1 virtuální km
- 60 min zimní brusle = 5 virtuálních km
- 60 min sáňkování (včetně lopaty, bobů) = 5 virtuálních km
- 60 min vnitřní sportovní aktivity (jóga, tancování, posilování, kardio atp.) = 5 virtuálních km

V případě vašich dotazů neváhejte kontaktovat Mgr. Aleše Krejčíka.



Zde jsou tipy na měření pohybové aktivity pomocí telefonu, třeba se budou někomu z Vás hodit:

Sports Tracker - odkaz ke stažení pro Android [ZDE](#) a iOS [ZDE](#)

Strava: Track running, cycling - odkaz ke stažení pro Android [ZDE](#) a iOS [ZDE](#)

FITAPP běh, chůze a cyklistika - odkaz ke stažení pro Android [ZDE](#) a iOS [ZDE](#)

Runkeeper - GPS Track Run Walk - odkaz ke stažení pro Android [ZDE](#) a iOS [ZDE](#)

Popřípadě návod na použití aplikace **Mapy.cz** a funkce **Stopař** [ZDE](#)

Věříme, že se nám společně povede rozpohybovat naši školu na cestě kolem Země.