**Děti na startu**

Celonárodní projekt všeobecné pohybové přípravy dětí předškolního a mladšího školního věku, zaměřený na rozvoj **základní pohybové motoriky, koordinace, obratnosti, rychlosti a síly**. V rámci kurzu se děti:
• naučí základní pohybové věci - jak ovládat své tělo, správně běhat, udělat kotrmelec, skákat, padat, nebát se míče - tedy dovednosti, které tvoří nezbytný základ pro jakoukoliv pohybovou a sportovní činnost,
• seznámí s aktivním životním stylem jako účinnou prevencí proti nadváze, obezitě a civilizačním chorobám,
• získají základ pro celoživotní pozitivní vztah k pohybu, sportu a aktivnímu trávení volného času.

Fyzická kondice, tělesná zdatnost a celkový zdravotní stav české populace se dlouhodobě zhoršuje, protože chybí všeobecná příprava, zaměřená na rozvoj přirozené motoriky a základní pohybové dovednosti, protože předčasná sportovní specializace způsobuje, že i tyto děti mají problém správně zvládat základní cviky,
• protože předčasná specializace = jednostranné zaměření,
• protože předčasná sportovní specializace = předčasná orientace na výkon = strach z neúspěchu a stres,
• protože orientace na výkon rozděluje děti na “lepší a horší”, čímž dochází k vyloučení pohybově méně nadaných či jinak hendikepovaných dětí (nadváha, nemoc, sociální situace) z kolektivu, což negativně ovlivňuje jejich budoucí vztah a přístup ke zdravému aktivnímu životnímu stylu, pohybu a sportu.

Všechny děti ve věku **od 4 do 9 let**. Děti štíhlé, s nadváhou i obézní, talentované i netalentované. Děti z měst i vesnic, z různých sociálních i ekonomických vrstev.

Kurzy Děti na startu a Česko se hýbe, probíhají pod vedením odborně vyškolených trenérů a instruktorů:
• ve školách, družinách a kroužcích jako součást vyučování nebo po vyučování
v mateřských školkách v rámci pohybových aktivit
• v tělocvičnách, sportovních halách, sokolovnách, sportovních klubech a oddílech, fitness centrech,...