



*„Jedine tvrdou prácou, cielavedomosťou
a vytrvalosťou je možné úspešne
dosiahnuť cieľ.“*

Marianna Némethová, rod. Krajčírová (* 1948)

Pani Marianna Némethová je osobnosťou, na ktorú by sme všetci mali byť hrdí. Vďaka húževnatosti a talentu získala významné umiestnenia v športovom svete, je nositeľkou mnohých vzácných titulov a právom jej patrí oslovenie športová legenda Slovenska, gymnastka Slovenska 20. storočia či majsterka Československa. Jej príbeh je pre nás všetkých odkazom a inšpiráciou, že keď v sebe objavíme talent a zúročíme ho tvrdou drinou, nemožné sa môže stať dosiahnuteľným.

Pani Marianna Némethová, rodená Krajčírová, sa narodila 1. júna 1948 v Košiciach a napriek tomu, že trpela vážnymi zdravotnými problémami, jej rodičia, obaja aktívni športovci, v nej pestovali lásku k športu. Otec, vojak z povolania, sa musel s rodinou mnohokrát sťahovať, no od roku 1957 sa usadili v Bratislave. Detstvo pamätníčky bolo naplnené aktívnym tréningom, cestovaním spojeným so športovou gymnastikou. Už ako 16-ročná sa v roku 1964 po boku československej reprezentácie predstavila na OH v Tokiu a úspechy v súťaži družstiev zožala aj na ďalších dvoch olympiádach (1968 v Mexico City a 1972 v Mníchove). Je držiteľkou titulu Gymnastka Slovenska 20. storočia a okrem mnohých športových ocenení má vo svojej zbierke šesť medailí z vrcholných podujatí. Po ukončení aktívnej športovej kariéry v roku 1972 sa začala naplno venovať profesii trénerky a popri práci absolvovala štúdium na Fakulte telesnej výchovy a športu Univerzity Komenského v Bratislave. Po páde režimu pôsobila ako trénerka v Taliansku, kde prešla od vrcholového športu k záujmovému. V súčasnosti žije v Bratislave, venuje sa mládeži a teší sa z dcéry i vnúčiek, ktoré sa taktiež venujú gymnastike.

 podcast

 príbeh

Aktivita 1: Rok 1968 a gymnastika

skupinová, hromadná aktivita

Cielová skupina:

základná škola, stredná škola

Téma:

príbehy 20. storočia, totalita a demokracia, vstup vojsk Varšavskej zmluvy do Československa a následná okupácia, gymnastika a osudy gymnastiek poznačené totalitou, občianska angažovanosť

Ciel:

Pochopiť význam jednotlivých historických etáp, udalostí 20. storočia a ich dopad na životy jednotlivcov. Uvedomiť si realitu športu v totalitnom režime prostredníctvom príbehov významných gymnastiek socialistického Československa. Poukázať na dôsledky občianskej odvahy v totalitnom režime.

Pomôcky:

príbeh pamätníčky, PC, dataprojektor/interaktívna tabuľa, internet, dokumenty o udalostiach v roku 1968, tabuľa/flipchart/ veľký bal papiera, fixy, papiere

Postup:

- *Na úvod, v evokácii*, sa so žiakmi porozprávame o udalostiach 20. storočia. Vytvoríme časovú priamku, na ktorej zaznamenáme najvýznamnejšie míľniky 20. storočia. Môžeme ich zapisovať na tabuľu/flipchart/veľký bal papiera.
- Alternatíva: Môžeme vytvoriť živú časovú os:
 - > Žiakov rozdelíme na 2 skupiny.
 - > 1. skupina na papier zapíše 1 významný rok, 1 žiak predstavuje daný rok s označeným papierom.
 - > 2. skupina sa priraduje k daným rokom a predstavuje udalosti viažuce sa ku konkrétnemu roku a krátko popíše udalosť.
- *V hlavnej časti, uvedomenie*, sa sústredíme na udalosť v roku 1968. Priblížime tieto udalosti najskôr v slovnej podobe: 21. augusta 1968 vojská Sovietskeho zväzu, Poľska, Maďarska, Nemeckej demokratickej republiky (NDR) a Bulharska obsadili Československú socialistickú republiku (ČSSR). Invázia bola najväčšou ozbrojenou akciou v Európe od konca druhej svetovej vojny. Začala sa v noci z 20. na 21. augusta 1968. Počet obetí spojených s vpádom a prítomnosťou sovietskych vojsk sa odhaduje na viac ako 400. Na invázii pod krycím názvom Operácia Dunaj sa zúčastnilo 27 bojových divízií a jedna letecká armáda. Intervenčné jednotky boli v počte približne 700 tisíc vojakov s 800 lietadlami, 6300 tankami a 2000 delami a raketami.
Operácia mala zastaviť demokratizačný proces v ČSSR známy ako Pražská jar. Počas nej sa časť komunistických funkcionárov pokúsila o zvrät politiky smerom k demokracii. Na čelo demokratizačného procesu sa postavil Alexander Dubček, od januára 1968 prvý tajomník Ústredného výboru (ÚV) Komunistickej strany Československa (KSČ). Na aprílovom zasadnutí ÚV KSČ v roku 1968 sa prijal Akčný program KSČ, ktorý obsahoval viaceré návrhy na reformy – posilnenie slobody tlače, rozšírenie občianskych práv, ekonomické zmeny a pripúšťal aj možnosť vlády viacerých strán.
Na podporu reforiem vznikla aj výzva Dvetisíc slov, ktorú v júni 1968 skoncipoval spisovateľ Ludvík Vaculík a podpísalo ju množstvo literátov, vedcov, športovcov i široká verejnosť. Pozitívna odozva myšlienok Pražskej jari v spoločnosti bola však dôvodom, prečo sa o situáciu v ČSSR začali intenzívnejšie zaujímať predstavitelia Sovietskeho zväzu. Sovietske vedenie začalo požadovať rázny postup proti antisocialistickým silám v ČSSR. 3. augusta 1968 v Bratislave predstavitelia Sovietskeho zväzu, NDR, Poľska, Maďarska a ČSSR podpísali tzv. Bratislavskú deklaráciu, v ktorej bola zakotvená aj Brežnevova doktrína: právo Sovietskeho zväzu intervenovať v spojenských štátoch. O okupácii Československa sa rozhodlo v Moskve 18. augusta 1968 na stretnutí generálnych tajomníkov komunistických a robotníckych strán krajín Varšavskej zmluvy. Vedúci predstavitelia KSČ na čele s Dubčekom boli násilne prevezení do Moskvy, kde pod nátlakom podpísali súhlas

s pobytom intervenčných vojsk - tzv. moskovský protokol, ktorý ako jediný nepodpísal František Kriegel. Pobyt sovietskych vojsk v Československu legalizovala zmluva zo 16. októbra 1968, ktorú 18. októbra 1968 schválilo Národné zhromaždenie. Okupácia a následný pobyt sovietskych vojsk zmrazili akékoľvek nádeje reformovať komunistický systém v ČSSR. V apríli 1969 nastúpil Gustáv Husák do funkcie prvého tajomníka ÚV KSČ a začal sa proces normalizácie. Postupný odchod sovietskych vojsk sa uskutočnil až po novembri 1989. Posledný vojenský transport z územia bývalého Československa vypravili 19. júna 1991.

Alternatíva 1: Žiakom/žiačkam premietneme krátke video s priblížením tejto udalosti.

Alternatíva 2: Žiaci/žiačky vyhľadávajú z vierohodných, spoľahlivých zdrojov informácie o udalostiach roku 1968 (Pražská jar, Okupácia). Referujú svoje zistenia, zapisujú najvýznamnejšie udalosti tohoto obdobia s krátkymi popiskami.

- Následne žiakom premietneme niektoré z ponúknutých videí, ktoré demonštrujú situáciu, ktorá sa odohrala 21. augusta 1968. Podporíme získané informácie ďalším prostriedkom, aby sme čo najlepšie fixovali fakty vo vedomí žiakov:
 - > Dokumentárne záznamy z roku 1968
 - > Bratislava v deň invázie 21. augusta 1968
- V nasledujúcej časti aktivity žiakov/žiačky oboznámime s príbehom pamätníčky. Vyberieme formu, ktorá najviac vyhovuje vekovej, emocionálnej úrovni žiakov/žiačok.
- Diskusiou rozvineme práve tú časť života pamätníčky, ktorá demonštruje situáciu v socialistickom Československu v roku 1968 a Olympijské hry v Mexiku v tomto roku. Rozprávame sa o tom, čím boli hry výnimočné z pohľadu pamätníčky a ako sa popasovala s novou situáciou.
- Popri príbehu pamätníčky sa oboznámime s príbehom Věry Čáslavskej, ktorá bola našou najúspešnejšou olympioničkou a v roku 1968 bola dokonca vyhlásená za najlepšiu športovkyňu sveta. Věra Čáslavská bola československá športová gymnastka, trénerka a významná športová funkcionárka, sedemnásobná olympijská víťazka, štvornásobná majsterka sveta, jedenásťnásobná majsterka Európy a štvornásobná Športovkyňa roka Česko-Slovenska.
- Pozrieme si video a pomocou internetu spoznáme životné osudy Věry Čáslavskej po roku 1968.
- Spomenieme fakt, že podpísala dokument Dvetisíc slov, čím ohrozila svoju účasť na olympiáde v Mexiku. V priebehu týchto hier sa vydala za Josefa Odložila, českého reprezentanta v behu. Na týchto olympijských hrách ukončila svoju športovú kariéru. Počas slávnostného ceremoniálu odovzdania medailí gestami protestovala proti okupácii Česko-Slovenska, keď stála spoločne na stupienku so sovietskou pretekárkou. Počas slávnostného hrania sovietskej hymny otočila hlavu od súperky smerom do zeme.
- Rozvineme rozhovor o jej občianskej statočnosti, o odvahe postaviť sa zlu a prejavíť vlastný názor v období neslobody a totality napriek tomu, že si zjavne uvedomovala následky, ktoré tieto prejavy spôsobia v jej kariére.
- V záverečnej časti, spätnej väzbe, sa pokúsime transformovať príbeh a témy, ktoré komunikoval, na súčasnosť. Hovoríme o občianskych možnostiach, ktoré demokratické zriadenie na rozdiel od totality zaručuje. Porovnáваме dôsledky ľudského konania v časoch totality s demokratickými vymoženosťami.
- Vyzdvihujeme výhody demokracie a upozorňujeme na jej krehkosť a potrebu každodenne sa starať o jej zachovanie. Poukazujeme na to, že demokracia sa spája aj s povinnosťami a zodpovednosťou, ale práve vďaka nej môžeme zažívať slobody, ktoré pre mnohých nie sú samozrejmosťou.

Aktivita 2: Zdravý životný štýl

individuálna, hromadná aktivita

Cielová skupina:

základná škola, stredná škola

Téma:

príbehy 20. storočia, totalita a demokracia, šport a zdravý životný štýl, športové vzory

Ciel:

Prostredníctvom príbehu pamätníčky pochopiť význam športu. Prebudiť záujem o zdravý životný štýl. Zmeniť pohľad na vlastnú aktivitu a jej podiel na premene spôsobu života.

Pomôcky:

príbeh pamätníčky, dataprojektor/interaktívna tabuľa, PC, reproduktory, záznamové háčky, športové náradie, náčinie a pod.

Postup:

- V úvodnej časti, evokácii, sa oboznámime s príbehom pamätníčky a vyzdvihneme najvýznamnejšie etapy jej života. Svoju pozornosť sústredíme na aktivitu, ktorou sa preslávila, a to šport. Popisujeme gymnastické úspechy pani Némethovej, zdôrazňujeme, čo všetko musela urobiť, aby ich dosiahla.
- Aktivizujeme žiakov, aby si spomenuli, čo rozprávajú ich rodičia, prarodičia o športe v minulosti, aké spomienky sa im viažu so športom v totalitnom Československu. Rozvíjame o tom diskusiu. Porovnáваме šport, športové aktivity v našej nedávnej minulosti so súčasnosťou. Hľadáme paralely a rozdiely.
- Pre dotvorenie obrazu o téme premietneme krátky film. Prípadne na stránkach Memoryofnations.eu môžeme nájsť príbehy iných športovcov, ktoré popisujú športový svet z obdobia totality.
- Rozvíjame rozhovor o tom, aký dôležitý je šport, aktívny pohyb pre naše zdravie.
- V hlavnej časti, uvedomenie, zadáme žiakom/žiačkam nasledujúce otázky a úlohy:
 - > Akému športu si sa doteraz venoval/a? Kto ťa k nemu priviedol? Prečo si sa mu venoval/a? Chcel/a si niekedy s daným športom skončiť? Prečo?
 - > Myslíš si, že šport by mal byť súčasťou nášho života? Zdôvodni svoj názor.
 - > Čo by sme mali zmeniť v našom živote, aby sme sa pravidelne hýbali? Čo k tomu potrebujeme?
 - > Uprednostňuješ individuálny alebo kolektívny šport? Od čoho to podľa teba závisí? Vysvetli svoj výber.
 - > Obdivuješ nejakého športovca/športovkyňu? Prečo? Máš nejaké športové vzory? Opíš nám ich a vysvetli, čím sú pre teba inšpiratívne.
 - > Premysli si, čo z hľadiska pohybu robíš pre svoje zdravie ty. Rozdeľ všetky svoje pohybové aktivity na pravidelné a jednorazové (nepravidelné). Zapiš.
 - > Následne si premysli, akým spôsobom odpočívaš. Rozdeľ tieto spôsoby na aktívne a pasívne. Zapiš.
 - > Skontroluj svoje zápisy.
 - > Zhodnoť, nakoľko si spokojný/á s výsledkom. Ktorých aktivít máš viac? Pravidelných alebo nepravidelných? Chcel/a by si s tým niečo urobiť? Chceš sa teraz rozhodnúť pre zmenu a urobiť niečo pre zlepšenie svojho zdravia?
 - > Ak si zhodnotil/a prevahu športových aktivít na pravidelnej báze, pomôž svojmu spolužiakovi/spolužiačke vytvoriť jeho zmenu režimu dňa a zapojiť ho do aktívneho športového života.
 - > Polož si otázku: Čo môžem zaradiť do mojich pravidelných pohybových aktivít? Čo zvládnem? Čo k tomu budem potrebovať?

- > Spoločne s pomocou aktívneho spolužiaka/spolužiačky vytvorte harmonogram aktivít. Stanovte v ňom, kedy začnete, čím začnete, aké méty si postavíte a ako ich budete naplňať.
- > Svoju aktivitu môžete podporiť vedením denníka športovca so zapisovaním svojich drobných úspechov, natáčaním motivačných videí, záznamov z aktivít, stiahnutím aplikácie, ktorá bude sledovať a hodnotiť vaše postupy.
- Po uplynutí času, ktorý sme si stanovili na zmenu životného štýlu (napr. 2 mesiace), si v triede zdieľame výsledky aktivity, diskutujeme o zmenách, ktoré sa v našom živote udiali, o pocitoch fyzických i psychických. Hodnotíme, čo nám táto zmena priniesla, či v nej chceme pokračovať a prečo.
- V záverečnej časti, spätnej väzbe, sa opäť vrátíme k príbehu pamätníčky a osviežime si informácie o jej športovej kariére. Aké pocity zažívala vďaka športu, čo prežila, do akých častí sveta sa aj napriek totalitným obmedzeniam dostala a čím môže byť pre každého mladého človeka inšpiratívna.