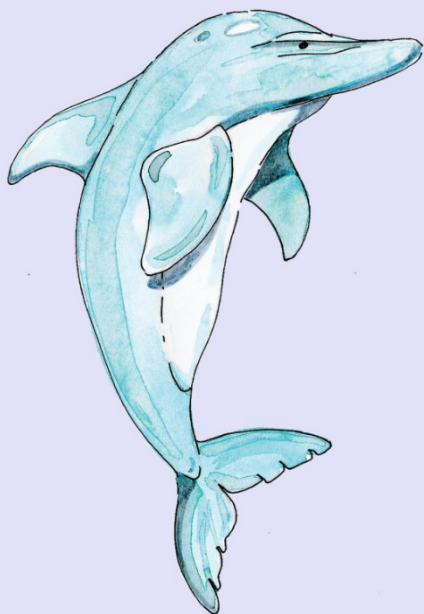


ZŠ PRO DĚTI ZŠ PLAVÁNÍ



Úvod

ZŠ PLAVÁNÍ je jedinečný koncept spojující plaveckou výuku, školu v přírodě, sportovní a zábavní program pro děti mladšího školního věku.

Jak probíhá plavecká výuka?

Děti absolvují v průběhu pěti dnů celkem **deset devadesátiminutových vyučovacích lekcí plavání**, které jsou vždy rozděleny do tří částí:

- **úvodní** – rozcvičení a příprava na plaveckou výuku, rozvoj koordinačních schopností a uvědomování si vlastního těla,
- **hlavní** – osvojování plaveckých dovedností, zvládnutí základních plaveckých způsobů znak, prsa a kraul, seznámení se základy skoků do vody a potápění,
- **závěrečná** – především hry ve vodě.

Jako hlavní forma výcviku je využívána hra.

Jaký je další sportovní program?

Děti absolvují **tři devadesátiminutové lekce** orientované na hry v přírodě, tradiční i netradiční hry a soutěže zaměřené na rozvoj rychlosti, síly, obratnosti, vytrvalosti, postřehu a smyslového vnímání. Jednotky jsou rozdělené do čtyř částí:

- **dynamická** – rozcvičení a hry pro zahřátí organismu,
- **hlavní** – vysvětlení pravidel hry a hra samotná,
- **relaxační** – zklidnění a vydýchání,
- **závěrečná** – hodnotící, v rámci, které se děti ke hře vyjadřují, obohacují se o podněty získané během hry a přidávají nápady a alternativy pravidel.

Jedna z lekcí zahrnuje školení první pomoci.

Co obsahuje zábavní program?

Zábavní program probíhá každý večer a je zaměřen na mimo sportovní aktivity, jako jsou hry v přírodě, bojovky, stolní hry, hry na rozvoj kreativity,

představivosti a také rozvoj hudebních a výtvarných schopností.

Kde se kurz odehrává?

Hotel Energetik

je umístěn v Krkonošském národním parku, **kousek od Sněžky, přímo na sjezdovce Hnědý vrch**. Hodiny plavání probíhají ve vyhříváném krytém bazénu o rozměru 16 x 6 m vhodném pro všechny plavecké úrovně. Pro další aktivity je využíváno sousední hřiště, dětská herna, školící salónek a okolní krásná příroda.

Hotel Fontána

se nachází v nadmořské výšce 750 m v malebné oblasti na břehu Lipna. Hodiny plavání probíhají ve vyhříváném hotelovém bazénu o rozměru 12 x 6 m, který se hodí pro výuku dětí ve věku 6-12 let. Samotný resort je tvořen centrální budovou hotelu s několika ubytovacími budovami, vlastní novou písčnou pláží se sportovišti, cyklo trajektem a marinou.

Hotel Roušarka

je zcela novým objektem na okraji západočeského městečka Sušice, tzv. brány Šumavy. Hotel je součástí fantasticky vybaveného sportovního komplexu s venkovními i vnitřními prostory a hřišti, zelenými stezkami a v neposlední řadě moderním bazénem

s tobogánem a atrakcemi. Bazén má rozměry 25 x 10,45 metrů a je tak univerzálně využitelný pro skupiny s předškoláky při plavání na šířku, pro starší děti při plavání na délku nebo kombinovaně pro děti mladšího školního věku.

Hotel Astra

se nachází 15 minut od letiště Václava Havla, ihned vedle autobusové zastávky. To z něj dělá skvěle dostupné místo pro kurzy především pražských a středočeských škol. Pro další aktivity jsou k dispozici konferenční prostory, prostorný venkovní altán, kurty, dětské hřiště i sousední les. Plavání probíhá v bazénu o rozměru 12 x 8 m. Ten je vhodný pro výuku dětí ve věku 6-12 let.

Penzion na Vysočině

lehuje okraj obce Hartmanice na pomezí Pardubického kraje, Jihomoravského kraje a kraje Vysočina. Hodiny plavání probíhají ve vyhříváném vnitřním bazénu se slanou vodou, která působí příznivě na pokožku dětí. Bazén má rozměry 12 x 6 m a je vhodný pro kurzy dětí ve věku 6-12 let. Pro další aktivity je využíván velký venkovní areál se čtyřmi hřišti, venkovními bazény, posezením u krbu a přírodním ohništěm.

Další objekty naleznete zde:

<https://zsprodeti.cz/zs/lokality>

Proč ZŠ Plavání?

Díky mnohaletým lektorským a trenérským zkušenostem z České republiky i zahraničí se nám podařilo vytvořit **unikátní metodiku** výuky plavání pro žáky prvního stupně základní školy.

S využitím nových pedagogických metod i osvědčených nenásilných postupů výuky plavání jsou děti vedeny k lásce k vodě a následnému zvládnutí základních plaveckých způsobů. Projekt ZŠ Plavání je součástí intenzivního vzdělávacího konceptu ZŠ PRO DĚTI.

- Kurzy ZŠ Plavání projdou ročně tisíce žáků a jsme tak momentálně největší plaveckou školou v ČR.
- Máme četné zkušenosti s pořádáním různorodých dětských sportovních i zábavních akcí a vedením dětských skupin.
- Naši klienti jsou s námi spokojeni a máme takřka stoprocentní návratnost škol.
- Pečlivě vybíráme naše partnerské lokality, abychom dodrželi standardy pro výuku školního plavání v rámci délky a teploty bazénu a co nejpřísnější nároky na kvalitu ubytování a okolního prostředí.
- Abychom mohli pořádat školy v přírodě s plaváním, jsme držitelé vázané živnosti

cestovní kancelář. Naše společnost je tedy pojištěna proti úpadku a veškeré finance školy i rodičů jsou tak zcela chráněny. Pro maximální komfort máme sjednané taktéž pojištění odpovědnosti za škodu.

- Forma intenzivního týdenního plaveckého kurzu pomáhá ředitelům škol vyřešit povinnou plaveckou výuku bez každotýdenní organizace autobusu, personálu apod. a navíc šetří čas, který lze místo přejezdů do bazénu věnovat výuce.
- Intenzivní forma plaveckého výcviku je pro danou věkovou kategorii prokazatelně vhodnější a děti dosahují po absolvování kurzu v průměru lepší úroveň dovedností než u průběžné formy plavání.
- Kurz je zaměřen kromě výuky plavání na všeobecný pohybový rozvoj dítěte a vytvoření předpokladu k trvale udržitelnému pozitivnímu vztahu ke sportu a pohybovým aktivitám.
- Doplňkový sportovní program probíhá, pokud je to možné, venku na čerstvém horském vzduchu.
- Mimo rozvoj pohybových dovedností klademe důraz také na poznávání přírody a jejích mechanismů. Usilujeme o zlepšování úrovně

vzdělanosti dětí v oblasti životního prostředí a nutnosti ochrany přírody.

- Díky umístění našich lokalit mohou rodiče žádat o příspěvek na ozdravný pobyt.
- Spojením školy v přírodě a povinného plavání snižujeme náklady rodičům i školám.
- Do všech společných aktivit vnášíme přesah sebezpoznání a budování přirozené sebedůvěry, utužování vztahů ve skupině, vzájemný respekt a spolupráci v kolektivu.
- Zásluhou uceleného pestrého sportovního i mimo sportovního programu odjíždí děti s novými dovednostmi a se zážitky, na které dlouho a rády vzpomínají.

Náš tým

Mgr. Omar el Karib

- Absolvent magisterského studia Fakulty tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy (2009)
- Spoluzakladatel a provozní manažer ZŠ Plavání a ZŠ PRO DĚTI – školy v přírodě s výukou plavání, environmentální kurzy, školy v přírodě, vzdělávací aplikace Dobrilo, autor knižní publikace Ostrov Socci (od 2017)
- Trenérská a lektorská praxe v plaveckých klubech Junior (2006-2009), ASC a PŠ Vodník (2015-2017)
- Pedagogická praxe na SŠ elektrotechnická V Úžlabině (2011-2012), ZŠ z Lobkovic a Gymnázium Trojská (2007-2008)
- Manažerské pozice v Bohemiafit, a.s. (2009-2011) a Radix CZ, s.r.o. (2012-2015)
- Spoluzakladatel AJVA, o.s. - pořádání sportovních a kulturních akcí
- Několikanásobný mistr ČR v plavání, vítěz závodů ČP v triatlonu – USK Praha, TJ Tábor

Marcel Valouch

- Absolvent ASA výukového programu pro učitele plavání, Londýn, Velká Británie (2012)
- Spoluzakladatel, provozní manažer a lektor ZŠ Plavání a ZŠ PRO DĚTI – školy v přírodě s výukou plavání, environmentální kurzy, školy v přírodě, vzdělávací aplikace Dobrilo (od roku 2017)
- Držitel certifikátů vodní záchranné služby z Velké Británie a USA (2012)
- Lektorská a vodně-záchranná praxe v GLL (Londýn, UK), Disney Cruise Line (USA, Karibské moře, Evropa), PŠ Vodník a ASC (Česká republika), (2012-2017)
- Juniorský reprezentant ČR ve vodním pólu
- Několikanásobný mistr republiky ve vodním pólu

Další lektoři

<https://zsprodeti.cz/zs/about#about>

Co je ZŠ PRO DĚTI?

Jsme mladá a dynamická společnost, která si klade za cíl přinést do vzdělávacího systému svěží vítr. Chceme pomoci tam, kde jsme jako externí subjekt působící mimo MŠMT schopni, a zároveň tam, kde si myslíme, že má systém největší mezery. Pořádáme sportovní a vzdělávací akce pro ZŠ i pro veřejnost, usnadňujeme online vzdělávání.

Naším mottem je bavit, vzdělávat a rozvíjet. Chceme dětem ukázat nejkratší cestu, ale také je nechat samostatně hledat cesty nové. Učíme děti nenásilně nacházet jejich hranice a umožňujeme jim další růst. Podporujeme rozvoj jednotlivců i týmu. Povzbuzujeme přirozenou sebedůvěru, chuť spolupracovat, vzájemný respekt, toleranci i smysl pro humor. Pomáháme dětem budovat pozitivní vztahy na všech úrovních – k sobě samým, ke druhým lidem, ke zvířatům, k živé a neživé přírodě i k lidským výtvorům.

Užívané hry na kurzech, názvy družstev, postavy v online hrách a cvičeních a celkový vizuální obsah projektu ZŠ PRO DĚTI je protnut s příběhem a postavami v naší publikaci Ostrov Socci.

Kontakty

info@plavani.cz

zsprodeti.cz

zsplavani.cz

facebook.com/zsprodeti

instagram.com/zsprodeti



ZŠPRODĚTI

ZŠPLAVÁNÍ **ZŠDOMA** **ZŠENVIRO**

ZŠVÝLETY **ZŠLYŽOVÁNÍ** **ZŠACADEMY**