

Informace o 1. sportovně – turistickém kurzu DS .

Termín - úterý 25. - neděle 30. května 2021.

Místo konání: Berounka + Višňová u Krivokláta.

Účastníci: Studentky DS oboru vzdělání „Předškolní a mimoškolní pedagogika“

Třída 1DB

Zahájení kurzu : úterý 25. května 2021 8:00 u zadního vchodu do školy.

Program dne :

8:00 - 9:00 - naložení lodí, materiálu a nákup potravin

9:00 - odjezd autobusem do Tříman

10:30 - dopolední výcvik na vodě

12:00 – 20 :00 Berounka – cílová stanice (Zvíkovec nebo Skryje) – podle počasí

Zakončení kurzu : neděle 30. května v 16 : 00 – 17:00 v Berouně u školy.

Upozornění : Kurz je oproti dennímu studiu zkrácen na nejmenší možnou míru, takže nikdo nemůže počítat s dřívějším uvolněním. Pokud by někdo odjel z různých důvodů dříve, bude muset nahradit zameškanou část v příštím roce nebo jiném kurzu. Žádné individuální úlevy nepovolují (ani ze zdravotních důvodů).

Program: Vodácký výcvik, cykloturistika, pěší turistika, topografie, zdravotnická příprava, tábornické dovednosti, poznávání přírody, sportovní hry a drobné hry.

Na drobné hry si **každý účastník připraví 2 hry v přírodě** (jednu pro děti předškolního věku, jednu pro děti mladšího, středního nebo staršího školního věku).

Program jednotlivých družstev bude záviset na počasí.

Vybavení účastníků: Vše, co je potřebné na pobyt v přírodě. Osobní věci (spacák, oblečení, obuv, karimatka, stan atd.) se budou převážet krytým přívěsným vozíkem, velké barely jsou nevhodné. Věci budete mít v taškách. **V žádném případě nebudu nakládat kufry.** Vaše zavazadlo nesmí mít více než 20 kg (+ stan). Na ubytování ve stanu se vždy domluvíte 2 – 4 kamarádky. Dobrý je malý vodotěsný barel (max. 10 l pro dvojici) do lodě na peněženku a další nutné věci (léky). **Je nutné mít starší tenisky do vody.**

Kdo se obává nedobrovolného vykoupání při vodáckém výcviku a zdravotních problémů při případném prochladnutí, měl by si někde zapůjčit neoprenový oblek.

Lodě, vesty, pádla a kola jsou školní. Pokud budete trvat na vlastním kole, musíte si zajistit jeho dopravu do Višňové a z Višňové.

Ubytování: V závislosti na počasí. Podle něj bude upraven program. Každý z Vás však stráví 1-2 noci ve stanu, další 4 – 3 noci v chatách Hájek Višňová.

Stravování : Na 1. dopoledne je nutné mít jídlo s sebou.

Suroviny na vaření v přírodě zajišťuje vedoucí kurzu, nádobí na vaření je školní, je nutné mít pouze „ešus“, příbor a utěrku, případně hrnek na čaj nebo kávu. Podél řeky je dostatek příležitostí dodržovat pitný režim.

Jídlo v terénu vaří účastnice kurzu podle rozpisu.

Cena : 2 300,- Kč

Hodnocení kurzu: Aktivní absolvování kurzu je součástí hodnocení předmětu tělesná výchova s didaktikou za maturitní ročník.

Upozornění: V případě nebezpečného stavu řeky může být program změněn.

V Berouně 15. května 2021

Ladislav Šíma

vedoucí kurzu

Informace o 2. sportovně – turistickém kurzu DS .

Termín: úterý 25. - neděle 30. května 2021.

Místo konání: Berounka + Višňová u Křivoklátu.

Účastníci: Studentky DS oboru vzdělání „Předškolní a mimoškolní pedagogika“

Třída 1DA

Zahájení kurzu : úterý 25. května 8:00 u zadního vchodu do školy.

Program dne :

8:00 - 9:00 - rozdělení do družstev

9:00 - 13:00 - 1. skupina - odjezd na kolech do Višňové

- 2. skupina – pěší výlet do Nižbora, vlakem do Roztok, pěšky do Višňové

16:00 – 18:30 - odpolední program podle rozpisu

Zakončení kurzu : neděle 30. května v 16:00 – 17:00 v Berouně u školy.

Upozornění : Kurz je oproti dennímu studiu zkrácen na nejmenší možnou míru, takže nikdo nemůže počítat s dřívějším uvolněním. Pokud by někdo odjel z různých důvodů dříve, bude muset nahradit zameškanou část v příštím roce nebo jiném kurzu. Žádné individuální úlevy nepovolují (ani ze zdravotních důvodů).

Program: Vodácký výcvik, cykloturistika, pěší turistika, topografie, zdravotnická příprava, tábornické dovednosti, poznávání přírody, sportovní hry a drobné hry.

Na drobné hry si **každý účastník připraví 2 hry v přírodě** (jednu pro děti předškolního věku, jednu pro děti mladšího, středního nebo staršího školního věku).

Vybavení účastníků: Vše, co je potřebné na pobyt v přírodě. Osobní věci (spacák, oblečení, obuv, karimatka, stan atd.) se budou převážet krytým přívěsným vozíkem, velké barely jsou nevhodné. Věci budete mít v taškách. **V žádném případě nebudu nakládat kufry.** Vaše zavazadlo nesmí mít více než 20 kg (+ stan). Na ubytování ve stanu se vždy domluvíte 2 – 4 kamarádky. Dobrý je malý vodotěsný barel (max. 10 l pro dvojici) do lodě na peněženku a další nutné věci (léky). **Je nutné mít starší tenisky do vody.**

Program jednotlivých družstev bude záviset na počasí.

Kdo se obává nedobrovolného vykoupání při vodáckém výcviku a zdravotních problémů při případném prochladnutí, měl by si někde zapůjčit neoprenový oblek.

Lodě, vesty, pádla a kola jsou školní. Pokud některá z vás bude trvat na vlastním, bude automaticky v 1. družstvu a musí si zajistit jeho dopravu do Berouna a z Višňové.

Ubytování: V závislosti na počasí. Podle něj bude upraven program. Každý z Vás však stráví 1-2 noci ve stanu, další 4 – 3 noci v chatách Hájek Višňová.

Stravování : Na 1. dopoledne je nutné mít jídlo s sebou. Začíná se obědem ve 14:00.

Suroviny na vaření v přírodě zajišťuje vedoucí kurzu, nádobí na vaření je školní, je nutné mít pouze „ešus“, příbor a utěrku, případně hrnek na čaj nebo kávu. Podél řeky je dostatek příležitostí dodržovat pitný režim.

Jídlo v terénu vaří účastnice kurzu podle rozpisu.

Cena : 2 300,- Kč

Hodnocení kurzu: Aktivní absolvování kurzu je součástí hodnocení předmětu tělesná výchova s didaktikou za maturitní ročník.

V Berouně 15. května 2021

Ladislav Šíma

vedoucí kurzu