

POZVÁNKA / ZAPROSZENIE

Konečný uživatel / Beneficjent:	Základní škola V. Hejny, Červený Kostelec, Komenského 540, okr. Náchod
Název projektu / Tytuł projektu:	Všestrannost 3
Registrační číslo projektu / Nr rejestracyjny projektu:	G.003.04.0047

Název aktivity projektu / Nazwa działania projektu:	5-i denní setkání žáků
Místo konání / Miejsce organizaci :	Bischofstein a okolí (cyklovýlety, pěší výlety viz detailní rozpis akce)
Termín konání / Termin organizaci:	19.5. – 23.5. 2025

Program akce včetně časového harmonogramu / Program wydarzenia wraz z harmonogramem:

Pondělí: Přesun

Dopoledne: sraz: v 8.30 u školy, nakládání materiálu, přesun do sportovního tábora

Odpoledne: po dojezdu, ubytování, seznámení se s prostředím, večere (všichni)

Večer: seznámení s plánem a řádem kurzu,
se sportovními aktivitami na kurzu

osobní volno

překontrolování kol, úprava cyklistického posedu, beseda o bezpečnosti

při jízdě na kole, technika jízdy na kole v různých terénech . rozbor chyb při přesunu, krátké zhodnocení dne

22:00 večerka

Úterý: Téma: Poznáváme

Dopoledne: rozdělení do skupin–

skupina - ½ denní výlet – silniční (Broumov – klášter)

– pěšky, výstup na Korunu a zpět

Odpoledne: obrácené pořadí tříd = cyklovýlet Broumov

pěší výstup na Korunu

Večer: sportovní aktivity, dle zájmu – kopaná, odbíjená, stolní tenis, netradiční

sporty: fresbee, létající talíře....(všichni)

osobní volno

dokončení přednášky s ukázkami: oprava kola, lepení duše, výměna

drátů s vlastní účastí žáků na opravách

večerní bojová hra (všichni)

krátké zhodnocení dne

Středa: Téma: Sportovně-branný den (v táboře a blízkém okolí)

vedoucí dne:

Dopoledne: rozdělení do skupin – s označením A, B, C, D, E

5. stanovišť cca 30-40 minut – střídání skupin (kruhovitě)

1. st. střelba ze vzduchovky

2. st. zdravotní a základy první pomoci

3. st. mapa, buzola, orientace v mapách, měřítko, azimut,

azimutový závod v okolí tábora

4. st. střelba granátem na cíl

5. st. jízda zručnosti na kole – lano, kláda....

Odpoledne: Cyklovýlet do Polska

Dopoledne a odpoledne: celodenní výlet

Večer: sportovní aktivity – trénink na sportovní čtvrteční den (všichni)

prověrka znalostí z pravidel silničního provozu - testy v případě nepříznivého počasí zařadit kamkoli do programu, video..

(ostatní pedagog. prac. pomáhají při vyhodnocování)

krátké zhodnocení dne (

stezka odvahy necháme na dobrovolnosti účastníků kurzu (všichni)

Čtvrtek: Téma: Mezitřídní zápasy a soutěže na kolech, horolezectví

vedoucí dne:

Dopoledne: rozdělení do libovolných skupin – dle potřeby:

soutěže: stolní tenis (soutěž jednotlivců a třídních kolektivů) (Hanušová)

kopaná (soutěž mezitřídní)

odbíjená (soutěž mezitřídní)

cyklistické soutěže – závod všestrannosti družstev,

Odpoledne: časovka na kole (všichni)

Po ukončení - netradiční sporty: sociální hry

létající talíře, fresbee, ringo kroužky, bumerang..

relaxace na sluníčku, koupání (podle počasí),

odpočinek, volno

Večer: společné vyhodnocení soutěžního dne, rozdání diplomů, cen...(všichni).

krátké zhodnocení dne (

ukončení a zhodnocení celého kurzu (.)

diskotéka – po dohodě s vedoucím sportovního zařízení (všichni)

Pátek: Odjezd

Dopoledne: příprava na odjezd : příprava zavazadel na odvoz, úklid zařízení

kontrola kol na zpáteční cestu opět poučení o bezpečnosti jízdy ve skupinách, v různých terénech, rozloučení s táborem (všichni)

pozdrav všem zaměstnancům – odjezd na kolech

přesun na kolech do Červeného Kostelce

Odpoledne: příjezd do Červeného Kostelce – kolem 14.00 - 15.00 (všichni)

