ŠKOLA V PŘÍRODĚ S VÝUKOU PLAVÁNÍ

Informace ke kurzu

Děkujeme, že jste svěřili Vaši ratolest do naší péče!

Kdo jsme?

Jsme mladá a dynamická skupina s vášní pro sport a vzdělání. Věříme, že učit lze i bez křiku a pomocí pozitivní motivace. Zakládáme si na partnerském přístupu a pestrosti výuky. K výuce využíváme vlastní metodiku vyvinutou na základě mnohaletých zkušeností z České republiky i zahraničí. Jsme největší plaveckou školou v. Spolupracujeme s Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy při nastavování moderních postupů do systému výuky školního plavání.

Abychom mohli pořádat školy v přírodě s plaváním, je naše společnost držitelem vázané živnosti provozování cestovní kanceláře. Naše společnost je díky tomu pojištěna proti úpadku a veškeré finance školy, i Vás rodičů, jsou tak zcela chráněny. Pro maximální komfort máme sjednané taktéž pojištění odpovědnosti za škodu.

Všichni naši kolegové jsou zkušení pedagogové a držitelé odpovídající certifikace pro plaveckou výuku. Jsme stálý tým, jehož všichni členové procházejí průběžnými školeními naší společností i externími subjekty.

Kurz ZŠ Plavání je součástí intenzivního vzdělávacího konceptu ZŠ PRO DĚTI založeného na partnerském a respektujícím přístupu k dětem.

Více o všech našich aktivitách naleznete zde: **www.zsprodeti.cz**

Kde se kurz odehrává?

Pečlivě vybíráme naše partnerské lokality, abychom dodrželi standardy pro výuku školního plavání v rámci délky a teploty bazénu a co přísné nároky na kvalitu ubytování a okolního prostředí.

Detailní popis místa naleznete na našich stránkách zde:

https://zsprodeti.cz/plavani/lokality

Co se děje před kurzem?

3 týdny před kurzem

Obdrželi jsme:

- definitivní **počet žáků a dospělých účastníků** (doprovodných osob);
- **jmenný seznam** všech účastníků včetně jejich případných speciálních požadavků na stravování (bezlepková dieta, vegetariánství atd.);
- informaci o **časech odjezdů** – v případě, že si dopravu zajišťujete sami;
- **kontakt** na doprovodnou osobu.

7 dní před kurzem

- vedení školy jsme zaslali přesný časový harmonogram kurzu a seznam pokojů s počty lůžek.

Těsně před kurzem

- po příjezdu jsme obdrželi vyplněné **prohlášení pro rodiče** od všech dětí.

Doprava na místo

Doprava je zajištěna naším smluvním dopravcem, partnerským školním dopravcem nebo linkou. Pokud je doprava organizována námi, garantujeme autobus splňující předepsané normy Evropské unie, včetně vybavení bezpečnostními pásy.

Čas odjezdu, návratu a místo srazu bude sdělen prostřednictví zástupců školy.

Pokud si škola zařizuje dopravu sama linkovými spoji, jsme **po domluvě** schopni přepravit zavazadla z nádraží na hotel.

Ubytování a organizace

Jednotlivé pokoje jsou vybaveny vlastním sociálním zařízením (sprcha, WC).

Obsazení pokojů je stanoveno 7 dní před příjezdem dle skutečného počtu žáků.

Večerka: Od 22:00 hodin je dodržován noční klid. Od této hodiny se spouští noční osvětlení, které svítí přes noc až do 7:00. Recepce a celý hotel jsou přes noc uzamčeny.

Úvodní informační schůzka je naplánována ve společenské místnosti v pondělí po obědě. Zde budou probrána pravidla pobytu a zodpovězeny případné dotazy k nadcházejícím dnům.

Stravování

Jídelníček je dopředu daný, vytvořený s ohledem na speciální požadavky, které jsme obdrželi od vedení školy tři týdny před začátkem kurzu. Dodatečné změny v průběhu kurzu tedy nejsou možné. Pro děti s nahlášenými alergiemi / intolerancemi budou připraveny alternativy. Avšak rodičům doporučujeme přibalit pro děti s alergiemi a intolerancemi i to, na co jsou děti zvyklé, zejména bezlepkové pečivo apod.

Časový harmonogram stravování je součástí obecného harmonogramu a škola jej obdrží týden před kurzem.

V pondělí se začíná obědem, v pátek se končí obědem a svačinou na cestu v případě doobjednání ze strany školy.

Snídaně: formou bufetu.

Dopolední svačina: vždy po prvním bloku plavání, většinou ovoce.

Oběd: jedna varianta – polévka a hlavní jídlo.

Odpolední svačina: vždy po prvním odpoledním bloku, většinou buchta / pečivo s pomazánkou apod.

Večeře: jedna varianta, podávají se teplé večeře.

Pitný režim: neomezený po celý den.

Rámcový časový harmonogram

Přesný časový harmonogram vytváříme každé škole na míru – dle ohlášeného počtu dětí. Škola ho bdrží týden před kurzem.

Pobyt začíná v pondělí obědem, po kterém následuje seznamovací a zároveň rozřazovací/adaptační plavecká lekce. Poté proběhne večeře a večerní zábavní program.

Od úterý do čtvrtka děti absolvují každý den dvě plavecké lekce, jeden sportovní program a večerní zábavní program. Každá lekce trvá 1,5 hod. Ve čtvrtek je sportovní program nahrazen lekcí záchrany a sebezáchrany. V pátek děti absolvují pouze dopolední a závěrečnou odpolední plaveckou lekci, doplňkový sportovní program tedy již v pátek není.

V odpoledních hodinách (v Sušici dopoledne) je čas na vlastní program, výuku s učiteli.

V případě, že potřebuje škola v pátek odjet dříve než po odpoledním bloku plavání, lze po domluvě uzpůsobit harmonogram. V takovém případě je ovšem nutné brát v potaz, že nejsme schopni garantovat plnou výši časové dotace dvaceti plaveckých lekcí.

Výuka

Na bazénu se uskutečňuje dle jeho parametrů výuka dvou až tří skupin. Paralelně s těmito skupinami probíhá výuka doplňkového sportovního programu. Po skončení programu a po první svačince se dané skupiny na bazéně vymění, skupinu, která plavala čeká sportovní program. V Sušici probíhá výuka plavání všech skupin současně.

Děti jsou přivedeny na smluvené místo (bazénu nebo např. vstupnímu vestibulu) doprovodem, a to vždy včas před začátkem hodiny.

Před vstupem na bazén děti v šatnách umístí obuv do botníků. Vstup na bazén je povolen pouze naboso, případně v gumových přezůvkách k tomu určených, tzn. nesmí být používány v jiných částech hotelu nebo venku.

Na bazénu si děti již přeberou instruktoři a provedou nástup.

Děti budou rozřazeny do skupin po max. 12. Na jednu skupinu připadá jeden instruktor. Na konci hodiny proběhne opět nástup, po kterém jsou děti předány doprovodu a odchází se usušit na pokoj.

Podmínky účasti doprovodu na hodinách plavání ze strany školy, stejně jako na ostatním programu plynou z uzavřené smlouvy. Naše společnost má tedy povinnost zajistit dozor během plaveckého výcviku a doprovodného programu. Naši instruktoři jsou zvláště proškoleni na dohled během plavecké výuky.

Rozměry bazénu: 12 až 25 m – dle místa konání.

Teplota vody: min. 27 °C.

Teplota vzduchu: min. 28 °C.

Zdravotník

Kurz nepatří mezi tzv. zotavovací akce (viz ust. § 8 zák. č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví, podle kterého je zotavovací akce organizovaný pobyt delší než 5 dnů) a nedopadají na něj tedy požadavky pro zotavovací akce stanované vyhláškou č. 106/2001 Sb., o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti.

V případě, že si zdravotníka škola objedná od nás, bude mít řádnou kvalifikaci a potřebné zdravotnické vybavení. Od Vás, rodičů, budeme v takovém případě potřebovat podepsané souhlasy s podáváním léků.

Co nezapomenout s sebou

- plavecká čepice (podepsaná kvůli ztrátě)
- plavky (nikoli plavecké šortky) - v ideálním případě 2x
- plavecké brýle (nikoli potápěčské)
- ručník – minimálně 2x
- přezůvky pro pohyb v areálu hotelu
- sportovní oblečení – varianta pro pobyt venku i dovnitř

- sportovní obuv
- turistická obuv
- spodní prádlo, ponožky a teplé oblečení na 5 dnů
- pyžamo
- hygienické potřeby (kartáček, pasta, mýdlo, šampon, krém)
- fén
- léky (pokud dítě nějaké pravidelně používá)
- láhev na vodu
- sluneční brýle, kšiltovka
- peníze na nákup drobného občerstvení nebo upomínkových předmětů (volitelné)

Pořizování fotografií

Naši lektoři pořizují ze školy v přírodě fotografie, abyste se i Vy mohli podívat, jak si děti pobyt užily. Fotografie jsou umístěny na webových stránkách www.zsprodeti.cz v sekci fotogalerie a chráněny unikátním heslem. Po skončení kurzu obdrží děti brožurku s heslem a také s vytisknutou památeční fotografií. Abychom tak mohli činit, potřebujeme Váš souhlas viz dokument **„Prohlášení pro rodiče".** Pokud si fotky nepřejte, zaškrtněte, prosím, v dokumentu **NE**. Fotografie nahráváme do systému ve druhé polovině týdne po skončení kurzu.

Často kladené otázky

Jaký je denní režim na kurzech?

Děti, s výjimkou příjezdového dne, dvakrát denně plavou (ráno a odpoledne), dále jednou denně, s výjimkou příjezdového a odjezdového dne, absolvují doplňkový pohybový blok (jeden je vždy zaměřen na rozvoj specializovaných plaveckých dovedností v rámci „suché přípravy" a jeden z pohybových bloků je nahrazen základy první pomoci). Každý večer je připraven tematický večerní zábavní program (výtvarný, hudební, bojovka, stolní hry, party). Každý blok trvá vždy devadesát minut.

Není toho na děti moc?

Nejedná se o fyzicky náročný profesionální plavecký trénink. Účelem školního kurzu ZŠ Plavání je především provedení prevence tonutí, zvládnutí základních plaveckých dovedností a způsobů, vytvoření pozitivního vztahu k vodnímu prostředí i k všeobecnému pohybu, ale taktéž budování pozitivního vztahu k přírodě a pobytu na čerstvém vzduchu. Učíme hravou formou, pomocí vlastní metodiky. Bez ohledu na kvalitu regenerace u dětí ve srovnání s dospělými, dbáme vždy na volbu správné intenzity i dostatečnou regeneraci.

Lze nějak upravit program?

Na všem se lze domluvit. Zároveň jsme ale rádi, když je za námi vidět kvalitně odvedená práce, a kromě dětských úsměvů i co největší zlepšení plaveckých dovedností a celkové motoriky.

Proč jsou plavecké brýle povinné?

- Plavecké brýle žákům pomáhají v lepší orientaci a celkově pozitivním zážitku z plavání. Žáci, kteří brýle používají, mají z našich zkušeností jednoznačně lepší plavecký styl. Mohou se lépe soustředit na správné provedení a nejsou rozptylování diskomfortem.
- Zároveň brýle chrání oči před chlórem, případně slanou vodou.
- Naopak v částech výuky, kde se věnujeme adaptaci na vodu a sebezáchraně, brýle nepoužíváme.

Proč jsou plavecké čepičky povinné?

- Plavecká čepice není jen „pro dlouhovlasé". Ve výuce plavání má několik zásadních funkcí, které se týkají všech dětí bez ohledu na délku vlasů. I krátké vlasy mohou při plavání překážet – lepí se na obličej, do očí nebo do brýlí. Čepice tomu zabrání a děti se mohou plně soustředit na správné provádění cviků.
- Každý člověk běžně ztratí 50–100 vlasů denně. Bez čepice končí ve vodě a následně v bazénových filtrech, což zatěžuje technologii a zhoršuje kvalitu vody. Čepice tuto zátěž výrazně snižuje a pomáhá udržet vodu čistou pro všechny.
- Jednotné pravidlo, že čepici nosí opravdu všichni, je navíc jednoduché a férové – odstraňuje dohady o tom, kdo ji „ještě nepotřebuje" a kdo už ano.
- Označená čepice také zvyšuje bezpečnost: když z vody vyčnívá jen hlava, instruktor dítě okamžitě rozpozná a může ho oslovit jménem.

Proč nemůžou mít žáci volné kraťasové plavky?

- Volné trenkové plavky vytvářejí ve vodě výrazný odpor. Látka se při pohybu nafukuje a působí jako „padák", který dítě zpomaluje a narušuje jeho pohyb. To vede k nesprávnému polohování těla, zbytečné únavě a pomalejšímu učení.
- Naopak přiléhavé plavky minimalizují odpor vody, což umožňuje dětem snáz zvládnout správnou techniku, polohu těla a rytmus záběrů. Stejnou praxi doporučují i národní svazy jako Swim England, Austswim a další, protože u dětí na plaveckých kurzech jde především o správný rozvoj techniky. Jednoduše řečeno: přiléhavé plavky umožňují efektivnější výuku, větší jistotu ve vodě a rychlejší pokrok – děti nejsou brzděny oblečením, ale mohou se soustředit na to hlavní: učit se plavat.

Jakou teplotu má bazén?

Bazény na všech našich objektech jsou vhodné pro plavecký výcvik a mají vždy 27-28°C.

Je třeba kurz nahlásit na hygienu?

Není. Kurz nepatří mezi tzv. zotavovací akce (viz ust. § 8 zák. č. 258/2000 Sb., o ochraně veřejného zdraví, podle kterého je zotavovací akce organizovaný pobyt delší než 5 dnů) a nedopadají na něj tedy požadavky pro zotavovací akce stanované vyhláškou č. 106/2001 Sb., o hygienických požadavcích na zotavovací akce pro děti.

Je přítomen lékař?

Máme kontakty na pediatry v okolí všech našich objektů pro případ nečekaných zdravotních komplikací u žáků. Zároveň máme vždy k dispozici automobily s autosedačkami, pro možnost převozu dětí do nejbližší nemocnice. V takovém případě

je nutné vždy udělit k převozu souhlas (například formou SMS v případě nenadálé situace).

Kolik je instruktorů?

Máme vždy dostatečný počet zkušených a kvalifikovaných instruktorů na každou skupinu. Žáci jsou rozděleni do skupin po 10 až 12 dětech, kdy na jednu skupinu připadá jeden instruktor.

Nenastydnou děti?

Spolu s učitelským doprovodem dbáme na kvalitní ustrojení žáků. Venkovní aktivity po plaveckých lekcích vykonáváme s dětmi až po důkladném vysušení pomocí hotelových fénů.

Potřebují děti na plaveckou výuku čepičky a brýle?

Ano, čepičky z hygienických důvodů i z důvodu snadnějšího výuky. Brýle budeme pro snazší výuku potřebovat taktéž.

Jaká je politika v případě špatného počasí?

Snažíme se s dětmi trávit venku co nejvíce času. Pokud to ale počasí neumožní, přesunuje se venkovní program dovnitř a je nahrazen alternativními činnostmi.

Potřebují s sebou děti nějaké peníze?

V ceně kurzu je započteno již vše. Po dohodě je ovšem možné vyhradit ke konci týdne chvíli pro nákup našich upomínkových předmětů a merche. Děti si tak budou moci na památku koupit například pexeso, karty, sešit, ponožky, čepici, pončo či další produkty.

Jaká bezpečnostní opatření jsou zajištěna pro děti během školy v přírodě?

Bezpečnost dětí je naší prioritou. Během školy v přírodě budou děti pod dohledem zkušených učitelů a instruktorů. Aktivity jsou navrženy tak, aby byly bezpečné a vhodné pro danou věkovou kategorii. Kromě toho se řídíme všemi bezpečnostními pokyny a opatřeními, která jsou relevantní pro dané aktivity.

Může mít s sebou dítě telefon? Případně jak ho můžu kontaktovat?

Doporučujeme, aby si děti s sebou nebraly drahé elektronické přístroje. V případě potřeby můžete děti kontaktovat prostřednictvím učitelů. Mějte prosím na paměti, že jedním z hlavních cílů školy v přírodě je posílit sociální interakci a nezávislost dětí, takže časté telefonáty nejsou ideální. V jejich vlastním zájmu tedy prosím volejte pouze ve výjimečných případech.

Co se bude dít, pokud se mé dítě bude cítit nekomfortně nebo se mu bude stýskat?

S dětmi vždy komunikujeme na partnerské bázi, s respektem a pochopením. Snažíme se je pozitivně motivovat a vyřešit všechny případné problémy. V případě nutnosti budeme ovšem rodiče sami kontaktovat a věříme, že společně najdeme nejlepší možné řešení.

Jaká je storno politika v případě, že se dítě nemůže zúčastnit kurzu?

Pokud se dítě nemůže zúčastnit kurzu, informujte nás co nejdříve. V případě zrušení účasti dostatečně včas vrátíme plnou výši částky. Pokud dítě odjede z kurzu z důvodu nemoci nebo zranění, snažíme se vrátit poměrnou částku.

Mohou jet s námi i manželé / manželky a děti pedagogů?

Ano, mohou. Vyúčtování proběhne samostatnou fakturou po skončení kurzu.

Co dělat, když si nemůžu dovolit kurz zaplatit?

Pobytové akce pro školy jsou nejlepší možností, jak děti socializovat a stmelit jejich kolektiv. Je proto důležité zapojit do kurzů, pokud možno, všechny děti. Velmi intenzivně vnímáme současnou ekonomickou situaci a její dopady do rodin a snažíme se stále držet veškeré naše kurzy v cenových relacích tak, aby byly dostupné pro všechny rodiny.

Je důležité zmínit, že pro účely škol v přírodě, lyžařských výcviků a dalších jednorázových výdajů při vzdělávání dětí, slouží v těchto případech např. jednorázová dávka mimořádné pomoci v hmotné nouzi na náklady související se vzděláváním nebo zájmovou činností dětí (mop.pdf (ochrance.cz)), dále možnost čerpat příspěvky od zdravotních pojišťoven, z FKSP příspěvků zaměstnavatelů rodičů, z městských fondů či z fondů škol apod.

Flashtones, s.r.o., IČ 04275764, se sídlem Vrázova 1059/8, Smíchov, 150 00 Praha 5
zapsaná v obchodním rejstříku vedeném Městským soudem v Praze sp. zn. 245099