

Základní škola Nižbor, okres Beroun

Školní 25, 267 05 Nižbor, Tel. 311 693 265, IČO 75030047

Zajištění výuky plavání ve školním roce 2021/2022

I. Úvodní ustanovení

Základní škola Nižbor, okres Beroun, sídlem Školní 25, 267 05 Nižbor (dále jen „škola“), pořádá ve spolupráci s organizací Plavecká škola při TJ Lokomotiva Beroun z. s., sídlem Tyršova 85, Beroun 2 – město (dále jen „PŠ“) **výuku plavání** určenou pro žáky naší školy.

1. Místem konání výuky plavání Městský plavecký areál Tipsport laguna, plavecký bazén, Na Ostrově 900, 266 01 Beroun, tel. 311 514 401.
2. Celkem žáci absolvují 9 lekcí po dvou hodinách.
3. Výuka plavání je určena pro žáky 3., 4. a 5. třídy.
4. Předpokládané termíny kurzu:
 - a. **úterky** od 26. 4. do 7. 6. 8.00 - 9,30 hod. (7 kurzů),
 - b. **pátky** od 17. 6. do 24. 6. v čase 10,15 - 11,45 hod. (2 kurzy),
5. Dopravu zajistí smluvně zvláštním autobusem společnost Autodoprava Hrubý, sídlem Nový Jáchymov.
6. Žáci se mohou výuky plavání zúčastnit na základě přihlášky stvrzené podpisem zákonného zástupce, kde zároveň potvrzují absenci zdravotního omezení pro plaveckou výuku. Není potřeba dokládat Posudek o zdravotní způsobilosti dítěte od lékaře, ale pokud tento posudek máte k dispozici, prosím o přiložení jeho kopie.
7. Plavecký výcvik je podle ŠVP povinnou součástí výuky tělesné výuky a pokud se ho žák nemůže ze zdravotních důvodů plně zúčastnit, musí mít zdravotní doporučení lékaře. V takovém případě bude po dobu plavání zařazen do jiné třídy a účastní se běžné výuky.

Jednorázovou zdravotní nezpůsobilost dítěte můžete doložit písemně nebo výjimečně telefonicky předem. V případě delší absence bude nutno doložit lékařskou zprávu.

V takovém případě bude dítě v době výcviku zaměstnáno podle pokynů třídní učitelky.
8. Po dobu výcviku žáci nemají běžné hodiny tělesné výchovy.
9. Cílem výuky plavání je naučit se základním plaveckým dovednostem, odstranit případný strach z vody a osvojit si další kompetence v souladu se školním vzdělávacím programem. Všechny činnosti vycházejí vždy z potřeb jednotlivých žáků, instruktoři plavání přizpůsobují program věku i schopnostem jednotlivých žáků.
10. Škola hradí veškeré náklady spojené se zajištěním výuky, a to včetně dopravy.
11. Do výuky plavání nebudou zařazeni:
 - žáci nemocní a vykazující známky infekční choroby,
 - žáci s kožními chorobami,
 - případně žáci s dalšími omezeními.
12. Žáci budou v den výuky plavání vhodně oblečeni, vybaveni batůžkem, igelitovým sáčkem na mokré věci, plavkami, pantoflemi s protiskluzovou podrážkou, mýdlem, ručníkem, svačinou a pitím. Vhodná je koupací čepice s viditelným křestním jménem na čelní straně.

13. Za cenné předměty (mobily, zlaté náušnice, řetízký, prstýnky, náramky, hodinky apod.) škola neručí. Zanechejte je doma.
14. Aktovku s učením na ostatní vyučovací hodiny podle rozvrhu ponechají žáci ve škole podle pokynů TU.

II. Průběh plavecké výuky

1. Doprava na výuku plavání:
 - **Úterky** – sraz žáků v budově školy v 7.00 hod, odchod ze školy s pedagogickým dohledem na zastávku autobusu v 7.05 hod., odjezd autobusu v 7.15 hod. Předpokládaný návrat do školy v 10.30 hodin.
 - **Pátky** – odchod ze školy s pedagogickým dohledem na zastávku autobusu v 9.30 hod, odjezd autobusu v 9.45 hod. Předpokládaný návrat do školy ve 12.45 hodin.
2. Žáci jsou dopraveni smluvním autobusem k budově PŠ tam a zpět.
3. V šatnách plavecké školy se žáci pod dohledem pedagoga osprchují a převléknou do plavek. Následně pak společně přejdou do bazénu.
4. Výuka plavání probíhá pouze v prostoru vnitřního krytého bazénu.
5. Výuku vedou odborní lektoři PŠ a žáci jsou pod dohledem pedagogů školy.
6. Žáci jsou povinni dbát bezpečnostních pokynů pedagogů i lektorů PŠ po celou dobu průběhu výuky plavání.

V Nižboru dne 11. 2. 2022

Zpracovala Mgr. Ivana Vrbková



Co plavání dětem přináší

- *zpestření výuky tělesné výchovy, radostný zážitek*
 - *rozvoj psychomotorických schopností*
- *podporuje správné zakřivení páteře a posílení zádoových svalů*
- *rozvoj rovnováhy, koordinace pohybů a orientačních schopností*
- *posílení imunitního systému a celkové odolnosti organismu*
 - *podporuje chuť k jídlu a zlepšuje spánek*
 - *děti se učí spolupráci, soustředění, jsou bystřejší*
 - *zvyšuje se síla, vitalita a pohyblivost celého těla*
 - *může pomoci zachránit život*