

Základní škola Nižbor, okres Beroun

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

Zajištění výuky plavání ve školním roce 2022/2023

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 10 lekcí po dvou hodinách (2x45 minut).
3. Výuka plavání je určena pro žáky 2. a 3. třídy.
Plavecká výuka proběhne vždy v úterý 8 - 9,30 hod.
Termíny: 7. 2., 14. 2., 21. 2., 28. 2., 14. 3., 21. 3., 28. 3., 4. 4., 11. 4., 18. 4.
4. Dopravu zajistí smluvně autobusem společnost RD Beroun, s.r.o., sídlem Heinemannova 2695/6, Dejvice, 160 00 Praha 6, IČ 07589077.
5. 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, prosíme o přiložení jeho kopie.
6. Zákonný zástupce dodá do 3. 2. 2023 třídní učitelce kopii kartičky zdravotní pojišťovny.
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.
8. Jednorázovou zdravotní nezpůsobilost dítěte je třeba doložit písemně předem, výjimečně v den konání telefonicky a SMS zprávou. V případě dlouhodobé absence bude nutno doložit lékařskou zprávu. V takovém případě bude dítě, pokud bude přítomno ve škole, v době výcviku zaměstnáno podle pokynů třídní učitelky.
9. Po dobu výcviku žáci nemají běžnou tělesnou výchovu a mění se rozvrh hodin.
10. 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.
11. Škola hradí veškeré náklady spojené se zajištěním výuky, a to včetně dopravy.
12. Do jednotlivé hodiny výuky plavání nebudou zařazeni:
 - žáci nemocní a vykazující známky infekční choroby,
 - žáci s kožními chorobami,
 - případně žáci s dalšími omezeními.
13. 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. Doporučujeme mít teplou čepici na přechody k autobusu.

14. Za cenné předměty (mobily, zlaté náušnice, řetízky, prstýnky, náramky, hodinky apod.) škola neručí. Zanechejte je doma.
15. 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:
2. **Ve stanovený den** sraz žáků v budově školy **v 7.00 hod.**, odchod ze školy s pedagogickým dohledem na zastávku autobusu **v 7.15 hod.**, odjezd autobusu v 7.20 hod. Předpokládáný návrat do školy v 10.15 hodin.
3. Žáci jsou dopraveni smluvním autobusem k budově PŠ tam a zpět.
4. V šatnách plavecké školy se žáci pod dohledem pedagoga osprchují a převléknou do plavek. Následně pak společně přejdou do bazénu.
5. Výuka plavání probíhá pouze v prostoru vnitřního krytého bazénu.
6. Výuku vedou odborní lektoři PŠ a žáci jsou pod dohledem pedagogů školy.
7. Žáci jsou povinni dbát bezpečnostních pokynů pedagogů i lektorů PŠ po celou dobu průběhu výuky plavání.
8. Žáci jsou povinni seznámit se s Řádem plavecké školy a Návštěvním řádem bazénu.

V Nižboru dne 6. 1. 2023

Zpracovala Mgr. Ivana Vrbková



Co plavání dětem přináší

- *zpestření výuky tělesné výchovy, radostný zážitek*
 - *rozvoj psychomotorických schopností*
- *podporuje správné zakřivení páteře a posílení zádových 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*