

---

# ŠKOLNÍ VZDĚLÁVACÍ PROGRAM DDM VĚTRNÍK 2023/2024

---



Dům dětí a mládeže Větrník, Liberec, příspěvková organizace  
Riegrova 16, 460 01 Liberec 1  
IČO: 712 945 11

---

Napsala: Mgr. Marta Kultová  
Platnost od 1.9.2023 do 31.8.2024

## **OBSAH**

### **Školní vzdělávací program dle zákona**

*Identifikační údaje školského zařízení*

*Vize*

*Poslání*

*Hodnoty DDM Větrník*

*Charakteristika zařízení*

*Cíle zájmového vzdělávání*

*Formy a metody zájmového vzdělávání*

*Podmínky pro zájmové vzdělávání*

*Obsah ŠVP*

*Délka ŠVP*

*Časový plán ŠVP*

*Hodnocení a autoevaluace*

### **Krátkodobý plán - standardy zájmového vzdělávání**

*Pravidelná činnost*

*Prázdninová činnost*

*Soutěže*

*Spontánní a příležitostná činnost*

*Výukové programy*

**Příloha č.1: Přehled zájmových útvarů ve školním roce 2023/2024**

# Školní vzdělávací program dle zákona

## Identifikační údaje školského zařízení

### *Název, adresa a druh organizace:*

Dům dětí a mládeže VĚTRNÍK, Liberec, příspěvková organizace  
Riegrova 16, Liberec 1, telefon: 482710401,  
e-mail: [marta.kultova@ddmliberec.cz](mailto:marta.kultova@ddmliberec.cz),  
příspěvková organizace s právní subjektivitou  
IČO: 712 945 11, IZO: 691 009 571

### *Zřizovatel:*

Statutární město Liberec

### *Ředitel organizace (statutární orgán):*

Marta Kultová

### *Součásti zařízení:*

- Desná v Jizerských horách, Souš - tur. chaty
- Oldřichov v Hájích č.p. 182 - turistická ubytovna
- Liberec, ul.5.května 36 – V klub (otevřený klub pro mládež) – v rejstříku škol od 1.6.2006

### *Datum zařazení do sítě škol a škol. zařízení:*

1.3. 1998

### *Celková kapacita zařízení:*

16 200 (Větrník pojme najednou cca 200 lidí)

### *Zájmové obory :*

- přírodovědné
- estetické
- společenské
- technické
- turistické
- tělovýchovné
- soutěže
- klub pro mládež - otevřený

## Vize

„Jsme otevřené centrum pro volný čas, které nabízí tradiční i trendy aktivity a prostor pro všechny.“

## Poslání

„Vedeme mládež cestou zájmového vzdělávání, zážitků a zábavy k hodnotám a dovednostem pro život.“

## Hodnoty DDM Větrník

### *Pestrost je naší tradicí*

různé formy práce (zážitek)

různé aktivity  
mnoho různých lidí  
společné aktivity pro rodiny

#### *Dostupnost a otevřenost*

finanční dostupnost  
místní dostupnost  
jsme otevření všem generacím  
informační dostupnost – aktivně zveřejňujeme o sobě informace  
aktivně reagujeme na požadavky a zpětnou vazbu lidí

#### *Bezpečně se postaráme o vaše děti*

Fyzická bezpečnost – upravené prostředí/prostor, jasná pravidla pro fungování  
Emoční/psychické bezpečí – každý může vyjádřit svůj názor

#### *Odbornost a profesionalita*

o děti se starají pouze specializovaní pedagogové volného času  
odborníci ve svém oboru  
plně vybavené zázemí

## **Charakteristika zařízení**

Dům dětí a mládeže je školské zařízení pro volný čas, uskutečňuje zájmové vzdělávání a rekreační činnost pro děti a mládež, jejich rodiče a další dospělé zájemce pravidelnou a nepravidelnou zájmovou činností. Ta je realizována nejrůznějšími formami např. příležitostnými akcemi, spontánními činnostmi, prázdninovými aktivitami, klubovou činností, Parlamentem mladých Liberec. Rovněž pořádá výchovně-vzdělávací programy pro mateřské školky a základní školy.

Pravidelná činnost probíhá v zájmových útvarech pěti oborů, jimiž jsou zejména kroužky, kluby, soubory a tělovýchovné oddíly (např. keramické, výtvarné či technické kroužky, deskové hry, tělovýchovné a turistické oddíly, cca 110 zájmových útvarů).

Příležitostné akce, patřící do nepravidelných činností, mají pro DDM především funkci zviditelnění zařízení a tím také náborovou (např. besedy, víkendové akce, Dračí den, Pohádkový Les, Malá a velká řapka, Advent, Apríl s...).

Pokračují soutěže ve stejném rozsahu jako v předchozích letech. Jejich význam spočívá především v možnosti mladých lidí prezentovat své práce, v podstatě celoroční zájem, či svůj talent.

Výchovně vzdělávací programy pro MŠ a ZŠ se odehrávají ve V-klubu (např. program Správná třída, Vánoce v EU, Velikonoce v EU), v DDM (vánoční programy pro ZŠ, výukové programy) nebo jdeme se svým programem přímo za dětmi do školského zařízení (programy pro MŠ).

Spontánní a klubová činnost se uskutečňuje v otevřeném klubu V-klub. Zájem o tuto formu činnosti rok od roku roste. Víceúčelové hřiště využívaly děti na příměstských táborech i na kroužcích. Je stále otevřeno, takže ho využívá i veřejnost.

Činnost o letních prázdninách i prázdninové aktivity během školního roku jsou realizovány formou táborů a zotavovacích akcí jako vyvrcholení činnosti zájmových útvarů a jako akce pro děti s ještě nevyhraněnými zájmy, tedy pro veřejnost. Jsou zajišťovány jednak kmenovými zaměstnanci, jednak externími i dobrovolnými pracovníky DDM. Tábory jsou s nejrůznějším zaměřením, všestranné, pobytové i putovní i příměstské (s denním docházením). Cílem je nabídnout dětské

veřejnosti a mladým lidem co nejpestřejší nabídku trávení volného času, a to jak po oba měsíce letních prázdnin, tak po dobu všech ostatních prázdnin a prodloužených víkendů. K táborům a zotavovacím akcím využívá Větrník ubytovny v Oldřichově v Hájích, případně chatky na Souši, ale i penziony, či jiná ubytovací zařízení.

Během pravidelné i nepravidelné práce s dětmi pedagogové Větrníku užívají různé druhy metod např. individuální přístupy, práci s talenty, participace dětí a mladých lidí na aktivitách, ale i chodu DDM a života ve městě, zážitkové, psychosociální a další hry, pokoušejí se nabídnout i adrenalinové činnosti. Při činnostech menších dětí se nezapomíná na tzv. volnou hru, kdy si děti samy najdou činnost, která jim vyhovuje a tím relaxují. Individuální práce se děje téměř ve všech zájmových útvarech, táborech a ostatních akcích, především však tam, kde se pracuje s talentovanou nebo naopak problémovou mládeží. (výtvarné či taneční kroužky, tělovýchovné odd., Tábor pro všechny, modelářství,...).

DDM podává i odborné rady v oblasti práce s dětmi, vzdělávání vedoucích táborů, vzdělávání pedagogů v oblasti komunikace se žáky, změn klimatu ve škole, příkladů OSV, ale i získávání praktických dovedností v oblasti volného času. Větrník se účastní přednášek a konferencí o volném čase dětí nebo mladých lidí, či k primární prevenci. Zaměstnanci DDM se sami vzdělávají.

## Cíle zájmového vzdělávání

- vzdělávat pro praktický život (životní kompetence)
- rozvíjet zájmy, vlohy a talenty
- vést k šetrnému vztahu k přírodě (ENMV)
- dovednosti v různých oborech lidské činnosti (neformální vzdělávání)
- sociální učení, rozvoj osobnostních i sociálních vazeb
- smysluplný volný čas pro všechny věkové kategorie
- ICM (Informační centrum pro mládež)

Tyto všeobecné cíle jsou rozpracovány podle jednotlivých činností – oborů. Současně je stanoven i obsah zájmového vzdělávání a metody, které vedou k dosažení těchto cílů a zároveň i k dosažení standardů (očekávaných výstupů) a klíčových kompetencí. Tyto cíle jsou smysluplné, reálné, akceptovatelné a termínované.

## Formy a metody zájmového vzdělávání

### Formy:

**Příležitostná činnost** – výchovná, vzdělávací a zájmová činnost je realizována zejména akcemi pro veřejnost i účastníky zájmových útvarů, preventivním programem, výukovými programy pro školy.

**Pravidelná činnost** – je ta, kde se nejvíce naplňuje zájmové vzdělávání. Jsou to zájmové útvary kroužky, oddíly, kurzy či kluby. Cílem v této formě činnosti je co nejpestřejší nabídka a současně zvýšení její kvality a také kvality pedagogické práce (individuální a partnerský přístup pedagoga, nižší počet účastníků v jednotlivých útvarech). Přihlášky účastníků ZÚ tvoří školní matriku DDM Větrník.

**Táborová činnost** – většinou rekreační činnosti, které jsou spojené buď se změnou pobytu (pobytové, putovní) nebo s denním docházením (tzv. příměstské tábory). Nabídkou jsou oslovováni jak účastníci zájmových útvarů, tak veřejnost.

**Osvětová činnost** – vzdělávání vlastních externích vedoucích, vzdělávání hlavních vedoucích, beseda k aktuálním událostem, činnost Parlamentu mladých Liberec.

**Individuální činnost** – probíhá ve vybraných zájmových útvarech (formou individuální péče o talenty) a v otevřeném klubu pro mládež V-klub, kde pedagogové nabízí například příležitostné doučování, pomoc s vypracováním referátů apod.

**Spontánní činnost** – probíhá zejména ve výše zmíněném klubu, kde si mládež spontánně vybírá aktivity, které ji vyhovují a nejsou pochopitelně organizované a také pravidelné.

**Sociální služby** – do V-klubu dochází terénní pracovník sociální služby nízkoprahového zařízení pro děti a mládež za účelem sociální práce s cílovou skupinou rizikových dětí a mládeže

#### *Metody:*

- prožitková pedagogika
- praktický nácvik činností, vlastní tvorba a trénink
- individuální, kamarádský přístup
- participace
- činnosti pravidelné, příležitostné, prázdninové a spontánní
- soutěže

## **Podmínky pro zájmové vzdělávání**

### ***Ekonomické a materiálně provozní***

DDM Větrník je zřizován Statutárním městem Liberec.

DDM má vícezdrojové financování – SML (provozní prostředky), MŠMT (mzdy), úplata za kroužky, granty, doplňková činnost, sponzorské dary.. .

Většina kluboven DDM je univerzální, protože Větrník je na stotisícové město příliš malý, aby mohly mít svou klubovnu jednotlivé ZÚ. Přesto několik speciálních kluboven má. Jsou to např. PC učebna, dvě keramické dílny, klubovna chovatelů se zvířaty, výtvarné klubovny, loutkové divadlo. Má také menší tělocvičnu, ale většina sportovních kroužků se odehrává v pronajatých tělocvičnách. Nedostatečné jsou prostory pro ukládání věcí, malé jsou místnosti pro hromadné setkávání. Prostory pro pedagogické pracovníky jsou vyhovující ( jedna kancelář na 1-2 zaměstnance, PC pro každého pedagoga, síť). I správní zaměstnanci mají „malý koutek“. Externisté mohou využívat malou kancelář společně (zázemí s PC a tiskárnou). Didaktické pomůcky a materiál pro zájmové vzdělávání si pořizují pedagogové na svá oddělení sami, a to z úplaty a dalších zdrojů dle potřeby.

### ***Vybavenost Větrníku:***

- Turistické objekty na Souši
- Plně vybavená ubytovna pro 50 osob v Oldřichově
- Přívěs za auto pro přepravu materiálu
- Otevřený klub pro mládež V-klub

### ***Podmínky přijímání účastníků do zájmového vzdělávání, průběh a ukončování zájmového vzdělávání***

**Přijímání** do pravidelné činnosti probíhá většinou on-line, tj. bez talentových zkoušek a jakýchkoli jiných omezení (pouze přihláška a úplata, jejíž výše je stanovena dle nákladovosti kroužku a dle cen za podobné služby v místě obvyklé). Pro účast na táborové činnosti je nutná přihláška, úplata a dodržení dalších podmínek daných např. vyhláškou o zotavovacích akcích, vnitřním řádem DDM, ubytovny,....

Účast na příležitostných akcích se řídí předem stanovenými podmínkami pro každou akci.

Vstup do V- klubu je volný a má sloužit především neorganizované mládeži. Je omezen pouze věkem, dodržováním stanovených pravidel chování a vnitřním řádem V-klubu.

Do soutěží MŠMT se účastníci přihlašují dle platné vyhlášky.

Pro všechny činnosti platí zásada rovné příležitosti pro všechny. Činností se mohou účastnit i děti se speciálními vzdělávacími potřebami, talentovaní žáci i děti s handicapem, avšak v rámci možností DDM.

**Průběh** zájmového vzdělávání se odvíjí od typu i formy činnosti a je popsán níže v kapitole „Standardy zájmové činnosti“.

V případě závažného a opakovaného porušení vnitřního řádu DDM je ředitel oprávněn účastníka zájmového vzdělávání podmínečně, v případě nutnosti pak i nepodmínečně vyloučit.

**Ukončování** zájmového vzdělávání je individuální pro jednotlivé zájmové činnosti, u většiny činností na konci května. Po ukončení zájmové činnosti v daném školním roce nedostává účastník osvědčení o absolvování zájmové činnosti (není pro DDM legislativou stanoven). Za svoji celoroční práci si děti z některých zájmových útvarů odnáší diplom.

Předčasné ukončení zájmové činnosti řeší příslušný vedoucí činnosti. Součástí je i domluva na eventuálním vrácení poměrné částky úplaty a to dle důvodu odhlášení. Její vrácení a výši schvaluje ředitel organizace.

### *Úplata za zájmové vzdělávání*

Ceny pravidelných činností jsou stanoveny každoročně v „Přehledu pravidelných zájmových útvarů“ pro daný rok, který je vyvěšen na webových stránkách DDM Větrník. Pro ostatní činnosti (vstupné na akcích, výlety, krátkodobé pobyty, ...) je úplata stanovována průběžně.

Úplata za pravidelnou zájmovou činnost se vybírá jednorázově nebo pololetně s termíny splatnosti vždy v říjnu a únoru. V případě že se účastník přihlásí do pravidelné zájmové činnosti po termínu splatnosti, může mu být úplata poměrným způsobem snížena, pokud předloží písemnou žádost.

Podle vyhlášky o zájmovém a předškolním vzdělávání může být úplata i mimořádně snížena případně prominuta. Rozhodnutí o snížení nebo prominutí úplaty je v kompetenci ředitele.

### *Ochrana zdraví a BOZP*

**Pro zajištění ochrany zdraví a BOZP jsou v DDM Větrník stanovena následující pravidla:**

- 1) Účastníci zájmového vzdělávání jsou povinni se při vstupu do tělocvičny, 1. a vyšších pater přezouvat, dospělí návštěvníci mají možnost používat návleky.
- 2) Všichni zaměstnanci DDM, vedoucí a účastníci se chovají při pobytu v DDM i na akcích mimo DDM tak, aby neohrozili zdraví svoje ani jiných osob.
- 3) V kroužcích se zvýšeným bezpečnostním rizikem má DDM právo vyloučit účastníka, pokud by jeho chování ohrožovalo bezpečnost jeho samého nebo ostatních účastníků kroužku.
- 4) Každý úraz, poranění či nehodu, k nimž dojde během kroužku v klubovně, na chodbě nebo na hřišti a úrazy, ke kterým došlo při společné činnosti mimo DDM, jsou účastníci povinni hlásit ihned svému vedoucímu nebo vedoucímu akce. Vedoucí podle povahy zranění rozhodne o dalším postupu, případně přivolá lékařskou službu. V případě vážného úrazu sepíše neprodleně vedoucí ve spolupráci s odpovědným zaměstnancem, popř. vedením DDM záznam o úrazu, a to nejpozději do 5-ti pracovních dní po úrazu. Do

knihy úrazů zapíše úraz odpovědná osoba.

- 5) Účastníkům je zakázáno manipulovat s elektrickými spotřebiči, vypínači a elektrickým vedením bez dozoru vedoucího.
- 6) Při přecházení na místa schůzek či jiných akcí mimo budovu DDM se účastníci řídí pravidly silničního provozu a pokyny doprovázejících osob. Před takovými akcemi doprovázející vedoucí zvláště poučí účastníky o bezpečnosti. Pro společné zájezdy, lyžařské kurzy, pobyty v přírodě a tábory platí obecně platné bezpečnostní předpisy, se kterými jsou účastníci předem seznámeni. Při pobytu v ubytovacích zařízeních se účastníci podřizují vnitřnímu řádu tohoto zařízení a dbají všech pokynů zaměstnanců tohoto zařízení.
- 7) Při činnosti v tělocvičně, dílnách a odborných klubovnách (počítače, chovatelé apod.) zachovávají účastníci specifické bezpečnostní předpisy pro tyto učebny, dané provozním řádem klubovny. Vedoucí jsou povinni s nimi seznámit účastníky na první schůzce školního roku a dodatečně poučit účastníky, kteří na první schůzce chyběli. O poučení účastníků o bezpečnosti provede vedoucí záznam do deníku zájmového útvaru.
- 8) Ve všech prostorách DDM platí přísný zákaz kouření a požívání drog, také vstup pod jejich vlivem je přísně zakázán. Dále je zakázána šikana a diskriminace. Vše uvedeno v tomto bodě může být důvodem k vyloučení účastníka, ale i k ukončení pracovněprávního vztahu s vedoucím.
- 9) Všichni vedoucí musí být proškoleni o BOZP odpovědným zaměstnancem DDM, doložit výpis z rejstříku trestů, doklad o dosaženém vzdělání a doklad o vstupní prohlídce.
- 10) V celé budově je zákaz manipulace otevřeným ohněm.

Tyto pravidla jsou zakotvena i ve vnitřním řádu a jsou s nimi seznámeni všichni účastníci zájmového vzdělávání i rodiče nezletilých účastníků.

Účastníci zájmového vzdělávání jsou zároveň povinni dodržovat řády jednotlivých kluboven.

Ve V-klubu a ubytovně je BOZP zakotveno ve vlastních vnitřních řádech.

Činnost probíhá v rámci zákonů a vyhlášek týkajících se zdraví.

### **Minimální preventivní program DDM Větrník**

#### **Nespecifická primární prevence**

Nespecifická primární prevence je automatickou součástí všech základních forem zájmového vzdělávání realizovaných v DDM Větrník. Tyto aktivity ze své podstaty smysluplně naplňují volný čas dětí a mládeže, podporují jejich socializaci, osobnostní rozvoj, zdravý životní styl a další aspekty prevence.

#### **Pedagogové volného času v rámci nespecifické primární prevence pracují na těchto postupech:**

- Nastavení bezpečného sociálního klimatu ve skupině zájmové aktivity s důrazem na komunikaci a vztahy mezi účastníky
- Sledování sociálně patologických projevů v chování účastníků (verbální či fyzické, přímé a nepřímé)

#### **Postup při řešení zachycené sociální patologie:**

- Neprodleně informovat o projevech a řešení nadřízeného, který v případě potřeby převezme další řešení problému, lektorovi zajistí odbornou podporu
- Situaci nepřecházet, s nadhledem ji vyhodnotit, věnovat jí pozornost a vhodně intervenovat



- K jednotlivým případům přistupovat individuálně – zohlednit všechny okolnosti a zvolit nejvhodnější postup, který všechny zúčastněné nepoškodí jak v krátkodobém, tak i v dlouhodobém časovém horizontu
- V závažnějších případech na základě vyhodnocení okolností přejít za účelem identifikace a řešení problému na spolupráci s rodiči, na spolupráci s vedením organizace či na spolupráci s dalšími kompetentními institucemi

### *Specifická primární prevence*

Specifická primární prevence se v DDM Větrník uskutečňuje přirozeným zařazováním jejich prvků do aktivit zájmového vzdělávání.

Organizace realizuje programy zaměřené na diagnostiku třídního kolektivu a programy primární prevence pro třídní kolektivy místních základních škol. Rovněž tyto programy zařazuje i do vybraných táborů či zájmových útvarů.

### *Personální podmínky*

Pedagogické vzdělání mají všichni pedagogové. Jsou to lidé většinou flexibilní, kteří mají jasnou představu o moderních metodách práce s dětmi a mladými lidmi v DDM. Jsou to profesionálové, kteří mohou a jsou ochotni předávat své zkušenosti a dovednosti. Všichni zaměstnanci se nadále vzdělávají. V DDM pracuje pedagogický sbor schopný týmové práce, vstřícné komunikace a spolupráce.

### *Pracovní doba:*

Každý nově příchozí zaměstnanec předkládá potvrzení o studiu, přehled předchozí praxe, výpis z rejstříku trestů a vstupní prohlídku. Každý zaměstnanec má stanovenou pracovní dobu, která se eviduje elektronicky. Ta se koncem měsíce tiskne a ukládá výkaz pracovní doby, který slouží jako podklad pro tvorbu mezd. Přesčasy se po dohodě s vedením vybírají v podobě náhradního volna.

Dle Nařízení vlády 75/2005 Sb. je pedagogům volného času stanoven minimální týdenní rozsah přímé pedagogické činnosti 6 hodin a řediteli 2 hodiny. Přímá pedagogická činnost je evidována ve výkazu pracovní doby.

## **Obsah ŠVP**

Obsah je zpracován podrobně pro každý obor – činnost zvláště v sekci: **Krátkodobý plán - standardy zájmového vzdělávání.**

## **Délka ŠVP**

**Zájmové kroužky a pravidelné zájmové činnosti** se opakují každý týden v rozsahu minimálně 1 hodiny nebo 1 x měsíčně v rozsahu 1,5 hodiny.

**Akce pro veřejnost – příležitostná činnost** je jednorázová a trvá zpravidla několik hodin (velké akce, vystoupení,...).

**Soustředění – příležitostná činnost** je jednorázová, většinou trvá několik hodin, ale může proběhnout i v několika dnech.

**Pobytové akce a táborová činnost** probíhají od dvou dnů do dvou týdnů a to o víkendech a v době školních prázdnin.

**Příměstské tábory** jsou zpravidla 5 denní (výjimkou může být neúplný první a poslední týden letních školních prázdnin) a to v době jarních a letních školních prázdnin.

**Spontánní činnost** probíhá dle potřeby.

**Osvětová činnost, vzdělávací aktivity a výukové programy** probíhají kdykoliv v průběhu celého roku a mohou trvat od několika hodin až po několik dnů.

**Soutěže** probíhají dle předem stanovených termínů.

Většina forem zájmového vzdělávání se uskutečňuje v období školního roku, kdy k zahájení dochází obvykle v polovině září, nejpozději však 1. týden v říjnu. K ukončení dochází v polovině června. Výjimku tvoří tábory a další příležitostná činnost, která probíhá v době školních prázdnin.

Vyučovací hodina pravidelné činnosti trvá 60 minut a lze ji dělit nebo spojovat.

## Časový plán ŠVP

*Dlouhodobý plán – strategické cíle organizace:*

### **Strategické cíle organizace**

- 1) Usměrnování počtů účastníků ZÚ a ostatních návštěvníků DDM s ohledem na prostorové, finanční a demografické možnosti.
- 2) Efektivně a přitom účinně využívat rozpočtových prostředků (racionální využívání zařízení a jeho vybavení), rozvoj fundraisingu.
- 3) Hledání možností pro nové žádané činnosti (adrenalinové sporty, multimédia, technické, přírodovědné kroužky...), dle potřeb klientů.
- 4) Spolupráce s neziskovými organizacemi pracujícími s dětmi a mládeží.
- 5) Poskytování pracovní příležitosti mladým lidem a tím zajistit lepší komunikaci s –náctiletými.
- 6) Užší spolupráce s pedagogickou fakultou TUL s cílem motivovat studenty k plnění praxí v organizaci.
- 7) Realizace dalšího vzdělávání pedagogických pracovníků a dalších zájemců pro potřeby DDM, realizace projektu DVPP – K2.
- 8) Podpora integrace znevýhodněným ohrožené skupiny mládeže v otevřeném klubu pro mládež V klub, nabízet spontánní aktivity neorganizované mládeží.
- 9) Při každém působení na děti a mládež usilovat o jejich participaci.
- 10) Rozvoj estetického prostředí DDM a jeho materiální zajištění.
- 11) Posilování týmové spolupráce a větší spolupráce a péče o externí pracovníky.
- 12) Zvyšování nabídky a kvality služeb.
- 13) Rozšiřování nabídky výukových programů pro školy a navazování spolupráce se školami.
- 14) Zatraktivnění zahrady DDM, zvýšení jejího využití dětmi – pro volnou hru, sportovní vyžití, výukové programy.
- 15) Podpora inkluze v zájmovém vzdělávání DDM Větrník – specifitější vymezení možností zájmového vzdělávání pro handicapované děti, větší možnosti pro děti se speciálními vzdělávacími potřebami.

*Krátkodobý plán 2022/2023:*

Krátkodobý plán je dán ročními plány zájmových útvarů, soutěží, táborů, akcí ....

Jeho platnost je vymezena školním rokem 2022/2023, tedy od 1.9.2022 do 31.8.2023.

## Hodnocení a autoevaluace

S ohledem na další rozvoj a zkvalitňování činností DDM je nezbytné zpětné hodnocení a autoevaluace.

### *V rámci hodnocení je sledováno:*

- naplňování krátkodobého plánu - standardů zájmového vzdělávání
- kvalita práce a pracovní výsledky zaměstnanců DDM
- podmínky pro realizaci zájmového vzdělávání

### *Rozvržení a forma hodnocení:*

- 1 x 14 dní – průběžné a operativní hodnocení zájmového vzdělávání a akcí na pracovních poradách
- 1 x měsíčně - hodnocení pracovních výsledků a kvality práce zaměstnanců
- 1 x měsíčně - zhodnocení personálních a materiálových podmínek – finanční plánování
- 1 x ročně – autoevaluace pracovníků
- 1 x ročně – celkové zhodnocení činnosti DDM – Výroční zpráva, Závěrečná zpráva
- 1 x ročně – zpětná vazba klientů – dotazník
- 1 x ročně – zpětná vazba zaměstnanců vůči vedení DDM
- hospitační činnost vedení DDM

# Krátkodobý plán - standardy zájmového vzdělávání

## *Pravidelná činnost*

Každý pedagog si sám vytvořil standardy činností - metu, ke které chce směřovat – obsah vzdělávání na zájmovém útvaru, za který odpovídá. Proto i úroveň a forma jednotlivých standardů, které následují, je různá. Jsou však velmi cenné, protože se pedagogové s nimi ztotožňují.

## *Seznam zájmových útvarů*

3D TISK a 3D MODELACE

AIRSOFT

ANGLICKÝ JAZYK PRO DĚTI A DOSPĚLÉ:

ANGLIČTINA I. – IV., ANGLIČTINA S RODILÝM

MLUVČÍM PRO DĚTI I. A II., ANGLICKÁ

KONVERZACE PRO DOSPĚLÉ –

ZAČÁTEČNÍCI/FALEŠNÍ ZAČÁTEČNÍCI A

POKROČILÍ, ANGLIČTINA S RODILÝM

MLUVČÍM PRO DOSPĚLÉ I. A II.

AUTOMOBILOVÍ MODELÁŘI

BALET A MODERNÍ TANEC I., II.

BOTANICKÝ KROUŽEK

CVIČENÍ RODIČŮ S DĚTMI

DESKOVÉ HRY

DÍLENSKÝ KROUŽEK

DODGEBALL I., II.

DRAMATICKÉ KROUŽKY

ELEKTRONIKA

FIT DANCE

FLORBAL

FOTOGRAFICKÝ KROUŽEK

GEOCACHING

GYMNASTICKÉ HRÁTKY A AKROSPORT

GYMNASTIKA - PŘÍPRAVKA

HEJBLATA

HUDEBNÍ ČINNOSTI – FLÉTNY, KYTARY, KLAVÍR

HUDEBNÍ PŘÍPRAVKA A ZPÍVÁNKY

CHOVATELSKÝ OBOR

INLINE BRUSLENÍ

JÓDA – DĚTI I., II.

JÓGA – DOSPĚLÍ III., IV.

KERAMICKÉ KROUŽKY

KLUBY PRO RODIČE S DĚTMI

KRUHOVÝ TRÉNINK – DOSPĚLÍ

LEHKÁ ATLETIKA I., II., III.

LEZECTVÍ I. – V.

LODNÍ MODELÁŘI

LOUTKOVÉ DIVADLO

LUKOSTŘELBA I. A II.

MÍČOVÉ HRY

MINIMATEŘINKA

MLADÝ BADATEL

MODELÁŘSKÁ PŘÍPRAVKA

MODELY BOJOVÉ TECHNIKY

OPIČÁRNÝ – PŘEKÁŽKOVÉ DRÁHY AJ.

PAPÍROVÍ MODELÁŘI

PARKOUR PRO ZAČÁTEČNÍKY

PC KROUŽKY GRAFIKA

POSILKO PRO HOLKY, PRO KLUKY

RADIOORIENTAČNÍ BĚH

ROPE SKIPPING

RUKODĚLNÉ TVOŘIVÉ KROUŽKY PRO DĚTI –

HOLČIČINY; ŠVADLENKA; ŠITÍ

RUKODĚLNÉ TVOŘIVÉ KROUŽKY PRO DOSPĚLÉ

SEBEOBRANA

SPORTÁČEK

STOLNÍ TENIS I., II.

ŠÉFKUČAŘ

TABATA PRO MAMINKY I S DĚTMI

TANEČNÍ ČINNOSTI PRO DĚTI, PRO DOSPĚLÉ

TANEČNÍ A POHYBOVÁ PŘÍPRAVKA VIVINKY

TANEČNÍ MIX I., II.

TANEČNÍ OBČASNÍK PRO DOSPĚLÉ

TURISTICKÉ ČINNOSTI

TVOŘÍLEK-společné tvoření a dvougenerační tvoření

TWIRLING, TWIRLINGOVÁ PŘÍPRAVKA

VÝTVARNÉ KROUŽKY PRO DĚTI

VÝTVARNÉ KROUŽKY PRO DOSPĚLÉ

ZDRAVÁ ZÁDA

ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ PRO ŽENY I., II., III.

ZUMBA

## 3D TISK a 3D MODELACE

### Charakteristika:

Konstrukce 3D tiskárny, modelování v 3D programech a tisk na 3D tiskárně

### Cíle vzdělávání:

- vést k rozvoji logického a technického myšlení
- posilovat pozitivní vztah k okolí
- vést k systematické práci
- rozvíjet motorické dovednosti a upevňovat pracovní návyky
- rozvíjet schopnost komunikace
- vést ke schopnosti samostatně pracovat
- vést ke schopnosti přijmout vlastní chybu a poučit se z ní
- vést k trpělivosti a vytrvalosti

### Získané znalosti, dovednosti a postoje pro život

- používá účinně a bezpečně materiály, nástroje a vybavení, dodržuje vymezená pravidla
- spolupracuje s ostatními a je ohleduplný
- vytváří si pozitivní poznatky o sobě samém
- rozhoduje se zodpovědně podle dané situace
- rozpozná a pochopí problém, přemýšlí v souvislostech, hledá příčiny problému a volí nejvhodnější způsob, jak jej vyřešit
- vyhledá a třídí informace a efektivněji je využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě

### Začátečník:

- orientuje se v základech používání nářadí, nástrojů a pomůcek
- zvládá základní pracovní postupy (pájení, manipulace se součástkami)
- získává teoretické vědomosti o základech 3D tisku a ví jakou funkci mají jednotlivé díly
- poznává vlastnosti používaných materiálů, učí se správnému zacházení s nimi při tisku
- získává znalosti o konstrukci 3D tiskárny a dokáže pochopit způsob jejího návrhu
- je schopen (pod dohledem) seřadit 3D tiskárnu a dokáže si ji spustit

### Pokročilý:

- pracuje s návodem a blokovým schématem
- zvládá (pod dozorem) výrobu 3D tiskárny v domácích podmínkách
- je schopen podle navrhnut ve 3D programu díly pro tisk
- je uveden do základů digitální techniky a robotiky
- pod dohledem sestavuje složitější elektroniku 3D tiskárny
- rozšiřuje si vědomosti z elektroniky
- pracuje s elektronickými měřicími přístroji

### Obsah vzdělávání:

- projektování jednoduchých i složitějších dílů pro tisk
- jednoduché pracovní operace a postupy – pájení, manipulace se součástkami a díly
- práce s návodem a elektronickým schématem

- poznání vlastností používaných součástek a materiálů pro elektroniku a 3D tisk
- používání vhodných pracovních nástrojů a pomůcek
- získávání znalostí v oborech fyzika a elektrotechnika, 3D software
- získání dovedností při navrhování 3D tiskáren

#### Metody:

- klasické ( vysvětlování, předvádění a pozorování, práce s příkladem, instruktáž a napodobování)
- aktivizující ( řešení problémů, rozhovor, fyzikální experiment, akce s konstrukcí)

#### Klíčové kompetence:

- rozvíjí schopnost aktivního využití volného času
- rozvíjí své zájmy a záliby
- umí dobře relaxovat
- rozvíjí a vede profesní orientaci
- rozvíjí odbornost
- vede k seberealizaci
- zvyšuje zdravé sebevědomí
- rozvíjí nadání

## AIRSOFT

#### Charakteristika činnosti:

Airsoftovo - outdoorový kroužek pracující s dětmi od 10 do 19 let. Činnost probíhá pomocí pravidelných schůzek a cvičení během celého roku.

#### Výchovně – vzdělávací cíl:

- Pomocí organizované činnosti ve věkově různorodém kolektivu zájmového kroužku naučit děti v akčním a dynamickém duchu trávit volný čas. ´
- Ukázat členům, že fyzická aktivita pomocí taktických vojenských cvičení s airsoftovými zbraněmi, pochodových cvičení a celkově pohybem ve vojenské výbavě může být zábavná a zdraví přínosná.

#### Obsah činnosti:

- Pohybová – Nácvik skupinové taktiky a vzájemné spolupráce. Dále rozvíjení taktických gestikulačních schopností.
- Vlastivědná – kulturní – práce s mapou, kompasem a časté chození do přírody.
- Sociální – podpora týmové a vzájemné spolupráce a komunikace účastníků v kroužku i mimo něj

#### Metody a formy:

- Práce v klubovně - Nácvik rychlého nabíjení, značkování, cvičení kotoulů a dramatické hry na seznámení a zábavu.
- Jednodenní tematické cvičení se scénářem a dalšími herními variantami.

- Branná cvičení a podobné vojenské aktivity. Stmelování kolektivu pomocí cvičení rychlé pomoci uprostřed boje atd.

### Očekávané výstupy:

- Člen kroužku se dokáže bez problémů pohybovat ve vojenské výbavě a má přehled o Airsoftu jako takovém.
- Prohloubí si znalosti o vojenské taktice, rozpoznávání maskáčů a o místech, kde se pohybuje (příroda, druhy terénu)
- Zlepší si kondici.
- Naučí se pečovat o své vybavení a zbraň.
- Je komunikativní, umí se chovat jako platný člen kolektivu, je kamarádský a vždy je ochoten maximálně pomoci, ať se stane cokoliv.

### Klíčové kompetence:

- Je schopen se pohybovat bez problémů v jakémkoliv druhu terénu, aktivně a rychle vyhodnotit a řešit nastalou herní situaci, umět využívat jak přírodní, tak umělé kryty a hlavně hrát fair play.
- Dokáže se starat o své vybavení, vyměnit vybitou baterii, vyčistit zašpiněnou hlaveň.
- Prohloubí a rozšíří si schopnosti spolupráce ve skupině, stane se ohleduplným i k pomalejším členům skupiny, přijímá různé role v týmu.
- Dokáže se podělit s ostatními o informace a upozornit na různá nebezpečí.

## ANGLICKÝ JAZYK PRO DĚTI A DOSPĚLÉ

### Charakteristika:

Kroužky anglického jazyka jsou určeny pro děti od 6 do 15 let a pro dospělé. Zaměřují se na rozšíření slovní zásoby, výslovnosti, porozumění vybrané gramatiky, ale především na konverzaci v angličtině.

### Výchovně-vzdělávací cíle:

- podpora vzájemné komunikace
- schopnost samostatné i skupinové práce
- použití základní slovní zásoby v komunikačních situacích
- motivace účastníků k zájmu o anglický jazyk
- poznávat a prakticky používat základní pravidla výslovnosti
- činností formou naučit účastníky základní slovní zásobu z jim blízkých oblastí
- činností formou výuky naučit žáky jednoduchá základní pravidla gramatiky a základní zdvořilostní fráze
- rozumět jednoduchým pokynům v anglickém jazyce a reagovat na ně
- vést účastníky k získání schopnosti číst s porozuměním přiměřené jednoduché texty v anglickém jazyce

### Obsah činnosti:

- seznámení se základními časy v anglickém jazyce

- rozšíření slovní zásoby
- hry, kvízy, dialogy používané na procvičení gramatiky a slovní zásoby

### Očekávané výstupy:

- účastník se umí zeptat na základní informace a adekvátně reaguje v běžných formálních i neformálních situacích
- účastníci jsou schopni komunikovat v anglickém jazyce na lepší úrovni než na začátku kurzu účastník umí vést rozhovor a sdělit své myšlenky
- jsou schopni vyprávět jednoduchý příběh či událost, popíše osoby, místa a věci ze svého každodenního života
- rozumí krátkým a jednoduchým textům, vyhledá v nich požadované informace

### Metody práce:

- samostatná a skupinová práce
- dialogy a diskuze
- výklad
- četba, poslech
- hry, kvízy, křížovky

### Klíčové kompetence:

- kompetence k učení – propojuje probraná témata a jazykové jevy, chápe důležitost schopnosti komunikovat anglicky pro další studium i praktický život
- kompetence k řešení problémů – umí řešit jednoduché problémové situace v cizojazyčném prostředí, nebojí se mluvit anglicky s cizím člověkem
- kompetence komunikativní – porozumí jednoduchému sdělení v anglickém jazyce, umí zformulovat jednoduché myšlenky anglicky
- kompetence sociální a personální – umí spolupracovat v anglicky hovořící skupině na jednoduchém úkolu
- kompetence občanské – má představu o zvycích v anglicky mluvících zemích a umí je porovnat se zvyky našimi
- kompetence pracovní - využívá anglický jazyk k získávání informací

## BALET A MODERNÍ TANEC I., II.

### Charakteristika činnosti:

Balet a moderní tanec je taneční kroužek, určený pro děti (přednostně dívky) od 6 do 9 (resp. 8 – 15) let. Jeho náplní je systematický trénink jednotlivce v oblasti tanečního projevu, přičemž není opomíjena prožitkovost aktivity. Zaměření kroužku je hlavně na základy klasického baletu a na současné formy tance.

### Výchovně-vzdělávací cíl:

- rozvoj pohybových schopností zejména obratnosti, ohebnosti, rovnováhy a koordinace, které jsou předpokladem pro osvojování specifických tanečních dovedností
- rozvoj rytmických a tanečních dovedností



- zajištění optimálního vývoje dětí s důrazem na osvojení správných pohybových návyků, na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví
- rozvoj vlastního „já“ v kolektivu, seznámení se s celou řadou sociálních rolí ve skupině

#### Obsah činnosti:

- rozvoj pohybových schopností – obratnosti, rovnováhy a koordinace
- rozvoj kreativity
- nácvik specifické pohybové dovednosti
- taneční a gymnastická průprava
- činnosti skupinové a individuální

#### Očekávané výstupy:

- zvládnutí otoček, zvětšení rozsahu, skoky, základní taneční pozice, kroky, baletní sestavy, choreografie moderního tance
- zvládnutí individuálních i skupinových sestav
- orientace v prostoru
- praktické zvládnutí výstupu „na jevišti“
- zdokonalení ve vlastním pohybovém projevu

#### Metody a formy:

- kolektivní i samostatná činnost, převážně však činnost ve skupině v tréninkové jednotce přizpůsobené věku a výkonnosti dětí
- účast na vystoupeních
- pravidelné tréninky

#### Klíčové kompetence:

- kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru na tréninku při vysoké psychické a fyzické zátěži, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- kompetence k učení – dítě je schopno naučit se náročné prvky tréninku, rozvíjet schopnosti pozorování a napodobování, učení se z vlastních chyb
- kompetence občanská – respektuje názory druhých, trenéra, členů kroužku, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti
- kompetence pracovní – používá správně a bezpečně sportovní náčiní, dodržuje správné tréninkové postupy
- kompetence k řešení problému – kreativně řeší úkoly zadané trenérem
- kompetence komunikační – samostatně řeší případné problémy, diskutuje s trenérem a ostatními členy týmu, je schopen konstruktivní kritiky

## BOTANICKÝ KROUŽEK

#### Charakteristika:

Botanický kroužek je určen pro děti ve věku od 7 do 13 let. Zaměřuje se na zkoumání rostlinné říše (v přírodě, pod mikroskopem, v atlasech) a celkově rozšiřuje znalosti o živé přírodě.

### Výchovně-vzdělávací cíle:

- podpora vzájemné komunikace
- schopnost samostatné i skupinové práce
- podpořit a dále rozvinout kladný vztah k přírodě
- ovládnutí základních pěstitelských prací a postupů

### Obsah činnosti:

- seznámení s rostlinnou říší (základní dělení rostlin)
- práce s hlínou, rostlinami, sazenicemi
- mikroskopování
- práce s atlasem
- poznávání rostlin v přírodě
- návštěvy botanické zahrady
- tvorba herbáře
- tvoření a dekorování s rostlinami

### Očekávané výstupy:

- účastník rozlišuje základní systematické skupiny rostlin a určuje jejich zástupce pomocí klíčů a atlasů
- umí pojmenovat stavbu jednotlivých částí těla vyšších rostlin
- zvládá pracovat podle pracovního postupu
- je schopen samostatné i skupinové práce

### Metody práce:

- samostatná i skupinová práce
- hry
- výklad
- pozorování
- společné navštěvování botanické zahrady
- tvoření

### Klíčové kompetence:

- kompetence k učení – vyhledává a třídí informace, samostatně pozoruje a experimentuje
- kompetence pracovní – používá správně a bezpečně nářadí a pomůcky, dodržuje pravidla
- kompetence sociální a personální – spolupracuje v kolektivu, podílí se na utváření příjemné atmosféry v týmu
- kompetence komunikativní – formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory

## **CVIČENÍ RODIČŮ S MIMINKY (od 6 měsíců) A MALÝMI DĚTMI (do 3 let)**

### **Charakteristika činnosti:**

Kroužek je zaměřen na postupné zdokonalování přirozených pohybových vzorců (plazení, lezení, chůze, běh, skákání).

Během kroužku probíhá protahování i cvičení v doprovodu říkanek a písniček, akrobacie s dětmi. Cvičení na nářadí rozvíjí hrubou motoriku dítěte, používání náčiní při cvičení pak jemnou motoriku.

Rodiče na cvičení poznávají nové tváře, poskytují svým dětem pomoc při různých činnostech, ale i posilují tělo při akrobatickém cvičení se svými dětmi. Naučí se dětské masáže, tzv. Handling, a dostane se jim rad pro domácí cviky.

### **Výchovně-vzdělávací cíl:**

- rozvoj pohybových schopností zejména obratnosti, rovnováhy a koordinace
- rozvoj přirozených pohybových vzorců (plazení, lezení, chůze, běh)
- rozvoj jemné motoriky (práce s náčiním)
- rozvoj řečových dovedností (písničky, básničky, říkadla)
- osvojení správných pohybových návyků s důrazem na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví
- vytvoření vztahu ke sportu jako k celoživotní aktivitě

### **Obsah činnosti:**

- rozvoj pohybových schopností – obratnosti, síly, rovnováhy a koordinace
- nácvik pohybových dovedností za pomoci běžného a gymnastického náčiní
- činnosti skupinové a individuální

### **Očekávané výstupy:**

- zvládnutí cvičení potřebných k udržení kondice
- zlepšení fyzické zdatnosti
- odstranění menších svalových tenzí při pravidelném cvičení
- zlepšení psychické pohody při relaxačním cvičení
- zdokonalení ve vlastním pohybovém projevu
- přispění k zdravému vývoji dítěte

## **CVIČENÍ RODIČŮ S DĚTMI od 2 do 5 let**

### **Charakteristika činnosti:**

Tento kroužek je zaměřen na postupnou socializaci dítěte ve větším kolektivu, a to prostřednictvím pohybu a hudby. Zároveň je také zaměřen na upevnění vztahu rodič – dítě po jeho odchodu do mateřské školy. Děti společně s rodiči hrají pohybové hry, protahují se za využití básniček, písniček, nebo pomůcek (balon, švihadlo, plyšák atd.) Trénuje se také chůze, běh, lezení, plazení i odvaha např. na překážkové dráze. Během kroužku se také bude klást důraz na rozvoj mluvení, jemné motoriky a fantazie.

### **Výchovně-vzdělávací cíl:**

- rozvoj pohybových schopností zejména obratnosti, rovnováhy a koordinace
- rozvoj přirozených pohybových vzorců (plazení, chůze, běh, lezení, skákání)
- rozvoj jemné motoriky při práci s náčiním
- rozvoj řečových dovedností (doprovodná říkadla, básničky a písničky)
- osvojení správných pohybových návyků s důrazem na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví

### **Obsah činnosti:**

- rozvoj pohybových schopností – obratnosti, síly, rovnováhy a koordinace
- nácvik specifických pohybových dovedností při práci s jednotlivým náčiním
- činnosti skupinové a individuální

### **Očekávané výstupy:**

- zvládnutí cvičení potřebných k udržení kondice
- zlepšení fyzické zdatnosti
- zdokonalení ve vlastním pohybovém projevu
- osamostatnění dítěte

## **DESKOVÉ HRY**

### **Charakteristika:**

Kroužek deskových her je určen pro děti ve věku od 8 do 15 let.

Klub deskových her je určen pro mládež od 15 let a dospělé bez omezení věku.

Oba kroužky jsou zaměřeny na zvládnutí pravidel různých her a postupné zlepšování herních dovedností a jsou vhodné pro začátečníky i pokročilé.

### **Výchovně vzdělávací cíle:**

- Seznámit účastníky s variantami deskových a karetních her
- Rozvíjet morálně volní vlastnosti a smysl pro fair play
- Rozvíjet schopnosti abstraktního a logického myšlení
- Podporovat komunikaci a schopnost spolupráce

### **Obsah činnosti:**

- Stručné seznámení s historií deskových her
- Rozbor, vysvětlení a pochopení pravidel různých deskových her
- Základy taktiky v jednotlivých hrách
- Strategii v jednotlivých hrách
- Hra na kroužkovém/klubovém turnaji.

### Metody práce:

- Ukázka a objasnění dílčích témat podle obsahu činnosti
- Cvičné pozice a jejich individuální řešení
- Trvalý rozvoj schopnosti systematického propočtu variant
- Hraní cvičných her a rozbor chyb
- Účast na soutěžích v deskových hrách pro začátečníky

### Očekávané výstupy:

- Účastník zná pravidla různých deskových her
- V průběhu tréninku došlo k prokazatelnému zvládnutí pravidel daných her
- Účastník zná pojmy spojené s jednotlivými hrami.
- Projevuje zdravou soutěživost a ducha fair play.
- Základní uvědomění si pojmů týmový duch a spolupráce

### Klíčové kompetence:

- Účastník získá schopnost abstraktně myslet, rozvíjí představivost a předvídavost v situaci soutěžní hry
- Rozvoj schopnosti koncentrace na samostatné hledání řešení konkrétních problémů herní pozice
- Rozvoj sebedůvěry a samostatnosti
- Schopnost vyrovnat se s neúspěchem a poučit se s vlastních chyb

## DÍLENSKÝ KROUŽEK

### Charakteristika:

Dílenský kroužek je určen pro děti ve věku od 11 do 15 let. Kroužek dětem umožní získat dílenské návyky a dovednosti a schopnost orientovat se výrobní dokumentaci.

### Cíle vzdělávání:

- vytváření pracovních dovedností a návyků
- podpora vzájemné komunikace, schopností spolupráce, ale i schopnosti pracovat samostatně
- rozvíjení technického myšlení a manuální zručnosti
- rozvíjení zájmu o pronikání do podstaty věcí, do podstaty jejich konstrukce a do podstaty jejich fungování

### Obsah činnosti

- pracovní: pracovní postupy, práce s dílenským nářadím, pečlivost a přesnost práce
- vzdělávací: získávání schopnosti orientovat se v technických výkresech, získávání a rozšiřování znalostí o dílenském nářadí a jeho použití, rozvíjení konstrukčních schopností

### Metody:

- klasické – výklad, pozorování, předvedení postupu při čtení z technického výkresu a konstrukci

- aktivizující – samostatná práce, konzultace technických problémů, diskuze nad technických problémem, vyvozování závěrů z výsledků dílčích kroků konstrukce

#### Očekávané výstupy:

- člen kroužku získá základní pracovní, hygienické a bezpečnostní návyky pro práci v technické dílně
- zvládá pracovat podle technického výkresu a dílčí kroky konstrukce vyhodnocuje
- v kolektivu dětí diskutuje o problému a sám či kolektivně hledá další varianty řešení problému
- prohloubí si praktické znalosti o technickém výkrese, dílenském nářadí a technické konstrukci

#### Klíčové kompetence:

- rozvíjí své zájmy a záliby
- rozvíjí odbornost
- rozvíjí schopnost aktivního využití volného času
- získává sociální a pracovní kompetence
- vede k seberealizaci
- zvyšuje zdravé sebevědomí

## DODGEBALL

#### Charakteristika:

Jedná se o sportovní kroužek určený dětem ve věku od 9 – 12, resp. 13 – 15 let. Dává dětem základ všech míčových sportů, směřuje však k dodgeballu. Dodgeball je moderní forma vybíjené, která se hraje s 5 míči najednou. Sportovní trénink respektuje specifika dětí.

#### Výchovně vzdělávací a sportovní cíle:

- rozvoj morálně volných vlastností, soutěživosti a současně také sportovní i obecné slušnosti
- rozvoj pro-týmového chování a jednání
- rozvoj elementární obratnosti, síly a vytrvalosti, snaha o zlepšování rychlostních vlastností
- vybudování základní techniky při práci s míčem
- orientace v pravidlech dodgeballu
- základní taktika hry

#### Obsah činnosti:

- morální/psychologická výchova se zaměřuje na správné chápání smyslu sportu jako takového, důraz klademe na soutěživost provázenou slušností vůči spoluhráčům i soupeřům, vůle po vítězství nesmí jít na úkor „fair play, prohlubování smyslu pro tým a partu
- fyzická příprava se orientuje na všeobecnou obratnost a rychlost, začíná rovněž, byť velmi opatrně, síla a vytrvalost
- technická příprava se zaměřuje na prohlubování základní techniky, z individuálních herních činností prohlubování zručnosti při přihrávce a útoku

- taktická příprava se zaměřuje na hlubší zvládnutí pravidel míčových her a rozvoj herní chytrosti

#### Očekávané výstupy:

- prohlubování zručnosti při herních činnostech jednotlivce
- budování týmové taktiky

#### Metody a formy:

- pravidelná tréninková činnost zaměřená na rozvoj všech součástí sportovního tréninku, tj. na kondici, taktiku, techniku a psychiku sportovce

#### Klíčové kompetence:

- Kompetence sociální a personální – účinná spolupráce ve skupině, přejímá role v tréninkové činnosti, podporuje dobrou atmosféru v kolektivu
- Kompetence k učení – osvojuje si tréninkové postupy, samostatně pozoruje a získané výsledky používá v různých částech tréninkového procesu
- Kompetence k řešení problémů – řeší praktické problémy sportovního tréninku a soutěžní hry, poučuje se z chyb
- Kompetence občanská – respektuje názory druhých lidí, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti
  - Kompetence pracovní – používá správně a bezpečně tréninkové pomůcky a vybavení tělocvičny, dodržuje vymezená pravidla, plní povinnosti a závazky spočívající v pravidelné účasti na tréninku a soutěžních zápasech.

## DRAMATICKÉ KROUŽKY

#### Charakteristika činnosti:

Kroužky s DRAMATICKÝM ZAMĚŘENÍM se zabývají činnostmi interpretačními, pohybovými, inscenačními, rozvojem kompetencí v oblasti sociální a emoční inteligence. Vhodné pro mladší i starší školáky, pro studenty, případně i dospělé.

#### Výchovně-vzdělávací cíl:

- Podpořit zájem o literaturu a dramatické umění
- Podpořit rozvoj v oblasti sociální a emoční inteligence, rozvoj tzv. měkkých kompetencí
- Rozvíjet předpoklady dramatického jednání a schopnost podílet se na procesu dramatické a inscenační tvorby
- Vzbudit zájem o interpretaci textu, podpořit individuální talent

#### Obsah činnosti:

- KOMPETENCE V OBLASTI SOCIÁLNÍ A EMOČNÍ INTELIGENCE
  - tzv. soft skills – kreativita, komunikační dovednosti, schopnost kooperace, improvizace, řešení konfliktů, asertivní jednání, schopnost sebereflexe, tvůrčí a týmové řešení problémů, ochota riskovat, otevřenost novým nápadům a mnohé další
- ZÁKLADNÍ PŘEDPOKLADY DRAMATICKÉHO JEDNÁNÍ

- psychosomatické dovednosti – práce s dechem, správné tvoření hlasu, držení těla, verbální a neverbální komunikace
- herní dovednosti – vstup do role, jevištní postava; strukturace herní a jevištní situace
- sociálně komunikační dovednosti – spolupráce, komunikace v běžných životních situacích, v herních situacích a v situacích skupinové inscenační tvorby, prezentace, reflexe a hodnocení, organizace tvůrčí skupinové práce
- PROCES DRAMATICKÉ A INSCENAČNÍ TVORBY
  - náměty a témata v dramatických situacích – jejich nalézání a vyjadřování
  - práce na postavě – charakter, motivace, vztahy
  - konflikt jako základ dramatické situace – řešení konfliktu jednáním postav
  - dramatická situace, příběh – řazení situací v časové a příčinné následnosti, dramatizace literární předlohy
  - inscenační tvorba – dramaturgie, režie, herecká práce, scénografie, scénická hudba a zvuk
  - komunikace s divákem – prezentace, sebereflexe
- INTERPRETACE TEXTU
  - Interpretace prózy i poezie skupinová
  - Interpretace prózy i poezie individuální

### Očekávané výstupy:

- Uplatňuje kultivovaný mluvený a pohybový projev, dodržuje základy hlasové hygieny a správného držení těla
- Propojuje somatické dovednosti při verbálním a neverbálním vyjádření, na příkladech doloží souvislosti mezi prožitkem a jednáním u sebe i druhých
- Rozvíjí, variuje a opakuje herní situace (samostatně, s partnerem, ve skupině), přijímá herní pravidla a tvořivě je rozvíjí
- Prozkoumává témata z více úhlů pohledu a pojmenovává hlavní téma a konflikt; uvědomuje si analogie mezi fiktivní situací a realitou
- Přistupuje k dramatické a inscenační tvorbě jako ke společnému tvůrčímu procesu, ve kterém přijímá a plní své úkoly, přijímá zodpovědnost za společnou tvorbu a prezentaci jejího výsledku
- Rozpozná ve vlastní dramatické práci i v dramatickém díle základní prvky dramatu; pozná základní divadelní druhy a dramatické žánry a jejich hlavní znaky; kriticky hodnotí dramatická díla i současnou mediální tvorbu

### Metody a formy:

- Dramatická cvičení
- Dramatické hry, tvorba etud
- Improvizace pohybová i verbální
- Strukturované a příběhové drama
- Inscenační činnost vedoucí od procesu k produktu, včetně případné účasti na přehlídkách a soutěžích
- Individuální interpretace textu, včetně případné účasti na přehlídkách a soutěžích



### **Klíčové kompetence:**

- Formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory srozumitelně pro diváka či posluchače
- Naslouchá promluvám druhých lidí, porozumí jim, vhodně na ně reaguje, účinně se zapojuje do diskuse, obhajuje svůj názor a vhodně argumentuje
- Rozumí různým typům textů a záznamů, obrazových materiálů, běžně užívaných gest, zvuků a jiných informačních a komunikačních prostředků, přemýšlí o nich, reaguje na ně a tvořivě je využívá ke svému rozvoji a k aktivnímu zapojení se do společenského dění
- Využívá různorodé komunikační prostředky pro kvalitní a účinnou komunikaci s okolním světem
- Využívá získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů potřebných k plnohodnotnému soužití s ostatními lidmi
- Účinně spolupracuje ve skupině, podílí se na utváření příjemné atmosféry v týmu
- Chápe potřebu efektivně spolupracovat s druhými, respektuje různá hlediska a čerpá poučení z toho, co si druzí lidé myslí, říkají a dělají
- Vytváří si pozitivní představu o sobě samém, která podporuje jeho sebedůvěru a samostatný rozvoj; ovládá a řídí svoje jednání a chování tak, aby dosáhl pocitu sebeuspokojení a sebeúcty

## **ELEKTRONIKA**

### **Charakteristika:**

Tvorba el. konstrukcí a získávání základních poznatků z elektrotechniky

### **Cíle vzdělávání:**

- vést k rozvoji logického a technického myšlení
- posilovat pozitivní vztah k okolí
- vést k systematické práci
- rozvíjet motorické dovednosti a upevňovat pracovní návyky
- rozvíjet schopnost komunikace
- vést ke schopnosti samostatně pracovat
- vést ke schopnosti přijmout vlastní chybu a poučit se z ní
- vést k trpělivosti a vytrvalosti

### **Získané znalosti, dovednosti a postoje pro život:**

- používá účinně a bezpečně materiály, nástroje a vybavení, dodržuje vymezená pravidla
- spolupracuje s ostatními a je ohleduplný
- vytváří si pozitivní poznatky o sobě samém
- rozhoduje se zodpovědně podle dané situace
- rozpozná a pochopí problém, přemýšlí v souvislostech, hledá příčiny problému a volí nejvhodnější způsob, jak jej vyřešit
- vyhledá a třídí informace a efektivněji je využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě

### **Začátečník:**

- orientuje se v základech používání náradí, nástrojů a pomůcek

- zvládá základní pracovní postupy (pájení, manipulace se součástkami)
- získává teoretické vědomosti o základech elektroniky a ví jakou funkci má daná součástka
- poznává vlastnosti používaných součástek, učí se správnému zacházení s nimi při pájení
- získává znalosti o výrobě plošných spojů a dokáže pochopit způsob jejich návrhu
- je schopen (pod dohledem) sestavit jednoduchou konstrukci a dokáže si ji oživit

### **Pokročilý:**

- pracuje s návodem a elektronickým schématem
- zvládá (pod dozorem) výrobu plošného spoje v domácích podmínkách
- je schopen podle schématu si sám jednoduchý plošný spoj navrhnout
- je uveden do základů digitální techniky a robotiky
- pod dohledem sestavuje složitější elektronické konstrukce
- rozšiřuje si vědomosti z elektroniky
- pracuje s elektronickými měřicími přístroji

### **Obsah vzdělávání:**

- sestavování jednoduchých i složitějších konstrukcí z elektroniky
- jednoduché pracovní operace a postupy – pájení, manipulace se součástkami
- práce s návodem a elektronickým schématem
- poznání vlastností používaných součástek a materiálů pro elektroniku
- používání vhodných pracovních nástrojů a pomůcek
- získávání znalostí v oborech fyzika a elektrotechnika
- získání dovedností při navrhování a vyrobení desek plošných spojů

### **Metody:**

- klasické ( vysvětlování, předvádění a pozorování, práce s příkladem, instruktáž a napodobování)
- aktivizující ( řešení problémů, rozhovor, fyzikální experiment, akce s konstrukcí)

### **Klíčové kompetence:**

- rozvíjí schopnost aktivního využití volného času
- rozvíjí své zájmy a záliby
- umí dobře relaxovat
- rozvíjí a vede profesní orientaci
- rozvíjí odbornost
- vede k seberealizaci
- zvyšuje zdravé sebevědomí
- rozvíjí nadání

## **FLORBAL**

### **Výchovně vzdělávací cíle:**

- Připravovat dítě na soutěžní činnost ve florbale
- Rozvíjet morálně volní vlastnosti a smysl pro fair play
- Rozvíjet pohybové schopnosti a to zejména obratnost , rychlost, vytrvalost, postřeh a sílu

### Obsah činnosti:

- Kondiční příprava je zaměřena na všestranný rozvoj pohybového aparátu dětí a to především formou her a zábavných cvičení
- Technická příprava je zaměřena na zvládnutí základních herních činností (střelba z místa a za pohybu, přihrávka z místa za pohybu, účinné formy bránění protihráče). Trénink základních dovedností brankáře.
- Taktická příprava je zaměřena na objasnění a praktické zvládnutí pravidel florbalu. Dále na objasnění úkolů hráčů v obranné a útočné činnosti.
- Psychologická příprava je zaměřena na rozvoj soutěživosti dětí a vůle po vítězství. Je trvalou součástí tréninku.

### Metody práce: základní metodická řada:

- Rozcvičení, hry na rozvoj rychlosti a vytrvalosti, základní cviky na rozvoj síly
- Nácvik individuální techniky střelby a přihrávky s využitím pomůcek. (kužely pro slalom, pomůcky pro nácvik přesnosti střelby)
- Skupinová cvičení ve dvojicích a trojicích zaměřená na útočnou fázi a úspěšnou střelbu
- Volná hra
- Tréninkové zápasy s týmy z Liberce a okolí ve stejné věkové kategorii

### Očekávané výstupy:

- Dítě zná pravidla florbalu
- V průběhu tréninku došlo k měřitelnému zvýšení fyzické zdatnosti (rychlost, síla, obratnost, vytrvalost)
- Základní uvědomění si pojmů týmový duch a spolupráce
- Rozvoj soutěživosti a touha po vítězství
- Rozvoj vědomí hry fair play

### Klíčové kompetence:

- Žák získá schopnosti k řešení problémů, komunikativní, pohybové
- Osvojil si smysl pro povinnost a cílevědomost při dosahování cílů tréninku
- Získal pozitivní vztah ke sportu
- Chápe podstatu pojmu týmový duch a spolupráce v týmu

## FOTOGRAFICKÝ KROUŽEK

### Charakteristika:

Práce na PC s grafickými programy, fotoaparátem a mobilním telefonem při fotografování

### Cíle vzdělávání:

- vést k rozvoji logického a konstruktivního myšlení
- vést k systematické práci
- upevňovat pracovní návyky
- rozvíjet schopnost odborné komunikace
- vést ke schopnosti samostatně pracovat

- vést ke schopnosti přijmout vlastní chybu a poučit se z ní
- vést k trpělivosti a vytrvalosti

### **Získané znalosti, dovednosti a postoje pro život:**

- využívá všechny vlastnosti softwarových aplikací
- vytváří si pozitivní poznatky o sobě samém
- rozhoduje se podle dané situace
- rozpozná a pochopí problém, přemýšlí v souvislostech, hledá příčiny problému a volí nejvhodnější způsob, jak jej vyřešit
- vyhledá a třídí informace a efektivněji je využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě

### **Začátečník:**

- orientuje se v základech používání softwarových aplikací
- zvládá základní pracovní postupy v daném programu nebo vývojovém prostředí
- získává teoretické vědomosti
- je schopen samostatnější práce na jednodušších úkolech

### **Pokročilý:**

- rozšiřuje si v základy používání softwarových aplikací
- zvládá pokročilejší pracovní postupy v daném programu nebo vývojovém prostředí
- prohlubuje si teoretické vědomosti
- je schopen samostatnější práce na náročnějších úkolech

### **Obsah vzdělávání:**

- jednoduché činnosti v dané softwarové aplikaci nebo vývojovém prostředí
- zautomatizování pracovních postupů
- práce s odborným textem pro softwarovou aplikaci nebo vývojové prostředí
- poznání vlastností používaných softwarových aplikací nebo vývojového prostředí
- používání vhodných pomocných utilit nebo softwarových nástrojů
- získávání znalostí v oborech informatika, PC grafika a programování

### **Metody:**

- klasické ( vysvětlování, předvádění a pozorování, práce s příkladem, instruktáž a napodobování)
- aktivizující ( řešení problémů, rozhovor, rozbor činnosti)

### **Klíčové kompetence:**

- rozvíjí schopnost aktivního využití volného času
- rozvíjí své zájmy a záliby
- umí dobře relaxovat
- rozvíjí a vede profesní orientaci
- rozvíjí odbornost
- vede k seberealizaci
- zvyšuje zdravé sebevědomí

- rozvíjí nadání

## **GEOCACHING**

### **Charakteristika:**

Turistické kroužky pracující s dětmi ve věku 7 – 16 let v několika oddílech prostřednictvím pravidelné činnosti (schůzky, výlety, výpravy, pochody letní a zimní tábory,..)

### **Výchovně -vzdělávací cíl:**

- Pomocí organizované činnosti ve věkově různorodém kolektivu zájmového kroužku geocashingu naučit jeho členy základním dovednostem a znalostem turisty
- Nabídnout pestrou náplň s využitím her v klubovně i venku, případně s další možností cyklo turistiky, zimní a vodní turistiky.

### **Obsah činnosti:**

- Pohybový – sportovní hry a činnosti, turistika, pracovní činnosti
- vlastivědně – kulturní – návštěvy a výzkumy památek, přírodních zajímavostí a turistických cílů
- Letní a zimní turistika

### **Metody a formy:**

- Práce v klubovně. Příprava turistických výletů. Hry zaměřené na základní znalosti a dovednosti turisty (tábornické minimum), vlastivědné a přírodovědné znalosti.
- Jednodenní turistické výlety za poznáním přírody, nebo historie.
- Vícedenní výlety zaměřené na rozvoj tábornických dovedností, hry a poznávání.
- Letní, zimní i putovní tábory.

### **Očekávané výstupy:**

- Člen kroužku ovládá prakticky geocashingové dovednosti, je schopen „pohybu v přírodě“
- Prohloubil si znalosti o Libereckém kraji, zná mnoho turistických tras a míst
- Je komunikativní, umí se chovat jako platný člen kolektivu hledačů cashek
- Má řadu praktických znalostí o přírodě a historických památkách
- Letní, případně zimní tábor

### **Klíčové kompetence:**

- Prohloubil a rozšířil si schopnosti spolupráce ve skupině, přejímá určené role při různých činnostech venku i v klubovně, podporuje dobrou atmosféru v kolektivu.
- Je schopen pracovat s informacemi při plnění nejrůznějších praktických úkolů turisty, samostatně pozoruje a získané výsledky používá k řešení úkolu například her v přírodě, poučuje se z chyb.
- Respektuje názory druhých lidí, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti, plní praktické úkoly na výletech a táborech, chápe a ctí tradice oddílu.
- Používá správně a bezpečně nástroje a vybavení turisty, dodržuje vymezená bezpečnostní pravidla, plní povinnosti a závazky, které dostává od vedoucích

## GYMNASTICKÉ HRÁTKY A AKROSPORT

### Charakteristika:

Kroužek se zabývá tělovýchovnými činnostmi se zaměřením na tanec a gymnastiku. Je určen pro děti od 7 – 12 let.

### Výchovně-vzdělávací cíl:

- hlavní pozornost je zaměřena na všestranný rozvoj pohybového aparátu dětí
- zvyšování obratnosti pomocí různých her a průpravných cvičení
- rozvoj flexibility, síly a stability
- rozvoj paměti a prostorové orientace při nácvičování sestav
- při skupinových činnostech naučit děti komunikovat a spolupracovat
- naučení správné techniky při provádění základních gymnastických prvků a prvků týmové akrobacie

### Metody a formy:

- rozcvičení, hry na rozvoj rychlosti a postřehu, základní cviky na rozvoj síly
- nácvičování individuální techniky při nácvičování tanečních kroků, gymnastických cviků a prvků týmové akrobacie

### Očekávané výstupy:

- v průběhu tréninku dojde k měřitelnému zvýšení fyzické zdatnosti (rychlost, síla, obratnost)
- základní uvědomění si pojmů týmový duch a spolupráce
- rozvoj vědomí hry fair play

### Klíčové kompetence:

- upevnění fyzické zdatnosti, uvědomění si vlastních schopností, učení se novým věcem
- osvojení si smyslu pro povinnost a cílevědomost při dosahování cílů tréninku, získání pozitivního vztahu ke sportu

## GYMNASTIKA - PŘÍPRAVKA

### Charakteristika:

Sportovní kroužek rekreačního charakteru určený pro děti od 4 – 7 let. Zaměřuje se na systematický sportovní trénink vedený kvalifikovanými trenéry, vysoké intenzity.

### Výchovně vzdělávací cíle:

- Rozvoj pohybových schopností zejména, obratnosti, kloubní pohyblivosti, síly a rychlosti, které jsou předpokladem pro osvojování specifických gymnastických dovedností
- Zajištění optimálního vývoje dětí s důrazem na osvojení správných pohybových návyků s důrazem na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví
- Vytvořit u dětí vztah ke sportu jako k celoživotní aktivitě

### **Obsah činnosti:**

- Rozvoj pohybových schopností – síly, rychlosti, obratnosti a kloubní pohyblivosti
- Gymnastická průprava – odrazová, zpevňovací, rotační, rovnovážná....
- Návuk pohybových dovedností na jednotlivých nářadích – lavička, hrazda, žebřiny
- Cvičení užitá – přirozená cvičení – chůze, běhy, skoky..
- Rytmická pohybová průprava

### **Forma:**

- Tréninková jednotka ve skupinách podle věku a výkonnosti

### **Očekávané výstupy:**

Zvládnutí základních pohybových gymnastických dovedností

### **Klíčové kompetence:**

- Kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- Kompetence k učení – je schopno naučit se prvky sportovního tréninku, rozvíjet schopnosti pozorování a napodobování, učení se z vlastních chyb
- Kompetence občanská – respektuje názory druhých, trenérů, členů oddílu, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti za tým
- Kompetence pracovní – používá správně a bezpečně sportovní nářadí a pomůcky

## **HEJBLATA – SPORTOVNÍ HRÁTKY PRO HOLKY A KLUKY (děti 5-8 let)**

### **Charakteristika:**

Kroužek je zaměřen na seznámit se základy atletiky, gymnastiky, míčových her i oblíbené opičí dráhy, díky tomu se rozvíjí i tělesná zdatnost mladých školáků a zároveň se prohlubují motorické schopnosti.

### **Výchovně vzdělávací cíle:**

- Rozvíjet morálně volní vlastnosti a smysl pro fair play.
- Rozvíjet pohybové schopnosti a to zejména obratnost, rychlost, vytrvalost, postřeh a sílu.
- Vybudování kladného vztahu ke sportu.

### **Obsah činnosti:**

- Kondiční příprava je zaměřena na všestranný rozvoj pohybového aparátu děti a to především formou her a zábavných cvičení.
- Technická příprava je zaměřena na zvládnutí základních sportovních činností (běhy, skoky, hody, gymnastické prvky).

### **Metody práce: základní metodická řada:**

- Rozcvičení, hry na rozvoj rychlosti a vytrvalosti, základní cviky na rozvoj síly
- Návuk individuální techniky základních atletických disciplín i s využitím pomůcek
- Rozvoj všestrannosti s pomocí náčiní a nářadí (žíněnky, kruhy; lana, lavičky...)

- Volná hra

### Očekávané výstupy:

- Základní uvědomění si pojmů týmový duch a spolupráce
- Zlepšení fyzické zdatnosti
- Rozvoj vědomí hry fair play

## HUDEBNÍ ČINNOSTI – FLÉTNY, KYTARY, KLAVÍR

### Charakteristika činnosti:

Kroužky se specializují na hru na hudební nástroje – zobcovou flétnu, kytaru, klavír nebo klávesy. Obsahem je zvládnutí správné techniky hry na daný hudební nástroj, zahrání jednoduchých písní, hra podle not a hudební nauka, správná péče o hudební nástroj.

### Výchovně-vzdělávací cíl:

- Podpořit a dále rozvinout zájem o hudbu jako takovou.
- Prostřednictvím vokálních, instrumentálních, hudebně pohybových a poslechové činnosti vést k porozumění hudebnímu umění, k aktivnímu vnímání hudby a zpěvu a jejich využívání jako svébytného prostředku komunikace.
- Podpořit rozvoj hudebnosti – hudebních schopností, jež se následně projevují individuálními hudebními dovednostmi – sluchovými, rytmickými, pěveckými, intonačními, instrumentálními, hudebně pohybovými, hudebně tvořivými a poslechovémi
- Pomoci uplatnit individuální instrumentální dovednosti při sólové i souborové hře a doprovodu zpěvního projevu

### Obsah činnosti:

- Instrumentální činnosti - hra na hudební nástroje, rytmizace, melodizace a stylizace, hudební improvizace, záznam instrumentální melodie
- Hudebně pohybové činnosti - taktování, pohybový doprovod znějící hudby, pohybové vyjádření hudby, orientace v prostoru
- Poslechové činnosti - kvality tónů, vztahy mezi tóny, hudební výrazové prostředky, hudební styly, žánry a formy, interpretace hudby – slovní vyjádření (jaká je to hudba a proč je taková)
- Dechová cvičení
- Kreativní a výtvarné činnosti

### Očekávané výstupy:

- Realizuje podle svých individuálních schopností, dovedností a zájmu (zpěvem, hrou, tancem, doprovodnou hrou) jednoduchou melodii zapsanou pomocí not
- Využívá hudební nástroje k doprovodné i sólové hře dle svých schopností a zájmu
- Reaguje pohybem na znějící hudbu
- Rozlišuje jednotlivé kvality tónů, rozpozná výrazné tempové a dynamické změny v proudu znějící hudby, rozpozná v proudu znějící hudby některé hudební nástroje, odliší hudbu vokální, instrumentální a vokálně instrumentální



### Metody a formy:

- Kolektivní i samostatná práce
- Reprodukce, interpretace, improvizace
- Činnosti vokální, instrumentální, pohybové a poslechové

### Klíčové kompetence:

- Kompetence pracovní (pro dosažení výsledku je potřebná i domácí příprava a cvičení)
- Kompetence k učení (účastník rozumí používání odborného názvosloví, učí se zvládnutí zvoleného nástroje, používá hudební zápis, učí se i hudební nauku, vše přiměřeně k věku a stupni výuky – začátečníci, pokročilí)
- Získání personálních a sociálních kompetencí – společný hudební výstup, pochopení potřeby spolupráce

## HUDEBNÍ PŘÍPRAVKA A ZPÍVÁNKY

### Charakteristika činnosti:

Kroužky specializované na rozvoj hudebních schopností a dovedností již od útlého věku. Zaměřují se na procvičování rytmizace, sborový i sólový zpěv, kombinaci zpěvu a hry na nástroje. Určené pro děti předškolního a mladšího školního věku.

### Výchovně-vzdělávací cíl:

- Podpořit a dále rozvinout zájem o hudbu jako takovou
- Prostřednictvím vokálních, instrumentálních, hudebně pohybových a poslechových činností vést k porozumění hudebnímu umění, k aktivnímu vnímání hudby a zpěvu
- Podpořit rozvoj hudebnosti – hudebních schopností, jež se následně projevují individuálními hudebními dovednostmi – sluchovými, rytmickými, pěveckými, intonačními, instrumentálními, hudebně pohybovými, hudebně tvořivými a poslechovými
- Pomoci uplatnit individuální hlasový potenciál při sólovém, skupinovém i sborovém zpěvu, individuální instrumentální dovednosti při sólové i souborové hře a doprovodu zpěvního projevu

### Obsah činnosti:

- VOKÁLNÍ ČINNOSTI - pěvecký a mluvní projev, hudební rytmus, intonace, vokální improvizace, záznam vokální hudby
- INSTRUMENTÁLNÍ ČINNOSTI - hra na hudební nástroje, rytmizace, melodizace a stylizace, záznam instrumentální melodie
- HUDEBNĚ POHYBOVÉ ČINNOSTI - taktování, pohybový doprovod znějící hudby, pohybové vyjádření hudby, orientace v prostoru
- POSLECHOVÉ ČINNOSTI - kvality tónů, vztahy mezi tóny, hudební výrazové prostředky, hudební styly, žánry a formy, interpretace hudby – slovní vyjádření (jaká je to hudba a proč je taková)

### Očekávané výstupy:

- Zpívá na základě svých dispozic intonačně čistě a rytmicky přesně v jednohlase, příp. vícehlase, ve skupině, příp. sólově

- Realizuje podle svých individuálních schopností, dovedností a zájmu (zpěvem, hrou, tancem, doprovodnou hrou) jednoduchou melodii zapsanou pomocí not
- Využívá hudební nástroje k doprovodné i sólové hře dle svých schopností a zájmu
- Reaguje pohybem na znějící hudbu

#### Metody a formy:

- Kolektivní i samostatná práce
- Reprodukce, interpretace, improvizace
- Činnosti vokální, instrumentální, pohybové a poslechové
- Činnosti kreativní a výtvarné

#### Klíčové kompetence:

- Kompetence pracovní (pro dosažení výsledku je potřebná i domácí příprava a cvičení)
- Kompetence k učení (účastník se učí používat odborného názvosloví, učí se zvládnutí zvoleného nástroje, učí se i hudební nauku, vše přiměřeně k věku a stupni výuky – začátečníci, pokročilí)
- Získání personálních a sociálních kompetencí – společný hudební výstup, pochopení potřeby spolupráce

## CHOVATELSKÝ OBOR

#### Charakteristika:

Návštěvníci zoologického a chovatelského kroužku získají nepřeborné množství zkušeností o chovu terarijních a akvarijních živočichů od chovatelů v praxi. Dále jsou probírány základy anatomie a etologie zvířat s možností setkávat se s nimi a pracovat přímo v Liberecké ZOO.

#### Výchově – vzdělávací cíl:

Na základě znalostí si skupinka vytvoří pozitivní vztah k fauně a budou vědět, jak je možné o ní pečovat a chránit ji.

#### Obsah činnosti:

- chovatelský – získání základních vědomostí a dovedností při sestavování terárií a jejich „obyvatel“.
- vzdělávací – získání širokého okruhu znalostí z etologie zvířat, z fyziologie, z anatomie, etologie a systematiky.

#### Očekávané výstupy:

Získání základních znalostí a dovedností (přiměřených věku) naučených v kroužku a jejich praktické uplatnění a uplatňování i během dalšího života.

#### Metody a formy:

Výklad, týmová a samostatná práce, hry, soutěže, výpravy, schůzky apod.

#### Klíčové kompetence:

Návštěvník kroužku získá kompetence sociální a personální (spolupráce kolektivu, upevňování kamarádských vztahů...), dále dokáže pracovat s informacemi, třídit je a využívat jen ty pro něho potřebné, používat odborné termíny, dokáže řešit nastalé nebo nasimulované problémy, pochopí

základní ekologické souvislosti, používá bezpečně vybavení učebny a plní povinnosti, které jsou mu dané.

## IN LINE BRUSLENÍ

### Charakteristika činnosti:

In line bruslení je sportovní kroužek, určený pro děti od 8 do 12 let. Jeho náplní je systematický trénink jednotlivce, zaměřený na výuku jízdy na in line bruslích

### Výchovně-vzdělávací cíl:

- rozvoj pohybových schopností zejména obratnosti, rovnováhy a koordinace, které jsou předpokladem pro osvojování specifických bruslařských dovedností
- zajištění optimálního vývoje dětí s důrazem na osvojení správných pohybových návyků s důrazem na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví
- vytvoření vztahu ke sportu jako k celoživotní aktivitě
- rozvoj vlastního „já“ v kolektivu, seznámení se s celou řadou sociálních rolí ve skupině

### Obsah činnosti:

- rozvoj pohybových schopností – obratnosti, rovnováhy a koordinace
- rozvoj kreativity
- rozvoj fyzické zdatnosti
- nácvik specifické pohybové dovednosti
- činnosti skupinové a individuální

### Očekávané výstupy:

- zvládnutí základních dovedností bruslaře – bezpečné zvládnutí jízdy na in line bruslích, zatáčení a brždění v různých rychlostech, bezpečný pád
- orientace v prostoru
- zdokonalení ve vlastním pohybovém projevu

### Metody a formy:

- kolektivní i samostatná činnost, převážně však činnost ve skupině (v týmu) v tréninkové jednotce přizpůsobené věku a výkonnosti dětí
- pravidelné tréninky, jízda v uzavřeném prostoru i na cyklostezce
- překážkové dráhy
- hry na bruslích

### Klíčové kompetence:

- kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru na tréninku, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- kompetence k učení – dítě je schopno naučit se různě náročné prvky, rozvíjet schopnosti pozorování a napodobování, učit se z vlastních chyb
- kompetence občanská – respektuje názory druhých, trenérů, členů kroužku, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti

- kompetence pracovní – používá správně a bezpečně sportovní náčiní, dodržuje správné tréninkové postupy, umí používat ochranné prostředky
- kompetence k řešení problému – kreativně řeší úkoly zadané trenérem

kompetence komunikační – samostatně řeší případné problémy, diskutuje s trenérem a ostatními členy týmu, je schopen konstruktivní kritiky

## JÓGA – DĚTI

### Charakteristika:

Sportovní kroužek rekreačního charakteru určený pro děti od 8 - 11 let (resp. 11 – 15 let). Zaměřuje se na systematický trénink jógových prvků, avšak hravou formou.

### Výchovně vzdělávací cíle:

- Rozvoj pohybových schopností, zvyšování kloubní pohyblivosti, protahování i posilování různých svalových skupin
- Důraz se klade na osvojení správných pohybových návyků, přispívajících k udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví

### Obsah činnosti:

- Rozvoj pohybových schopností – protahovací cvičení, posilování, nácvik správného držení těla a správného dýchání
- Nácvik specifických pohybových dovedností (koordinace, ...)

### Formy:

- Tréninková jednotka ve skupině

### Očekávané výstupy:

zvládnutí cvičení potřebných k udržení kondice, cvičení pro správné držení těla, osvojení si správného dýchání při posilování i při uvolňovacích cvičeních

### Klíčové kompetence:

- Kompetence sociální a personální – přijímat úkoly trenéra, podporovat dobrou atmosféru na tréninku při fyzické zátěži, povzbuzovat ostatní členy kolektivu
- Kompetence k učení – schopnost naučit se novým cvikům, rozvíjet schopnosti pozorování a napodobování, učit se z vlastních chyb

## JÓGA - DOSPĚLÍ

### Charakteristika:

Sportovní kroužek rekreačního charakteru určený pro dospělé a mládež od 15 let. Zaměřuje se na systematický trénink jógových prvků.

### Výchovně vzdělávací cíle:

- Rozvoj pohybových schopností, zvyšování kloubní pohyblivosti, protahování i posilování různých svalových skupin
- Důraz se klade na osvojení správných pohybových návyků, přispívajících k udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví

### Obsah činnosti:

- Rozvoj pohybových schopností – protahovací cvičení, posilování, nácvik správného držení těla a správného dýchání
- Nácvik specifických pohybových dovedností (koordinace, ...)

### Forma:

- Tréninková jednotka ve skupině

### Očekávané výstupy:

- zvládnutí cvičení potřebných k udržení kondice, cvičení pro správné držení těla, osvojení si správného dýchání při posilování i při uvolňovacích cvičeních

### Klíčové kompetence:

- Kompetence sociální a personální – přijímat úkoly trenéra, podporovat dobrou atmosféru na tréninku při fyzické zátěži, povzbuzovat ostatní členy kolektivu
- Kompetence k učení – schopnost naučit se novým cvikům, rozvíjet schopnosti pozorování a napodobování, učit se z vlastních chyb

## KERAMICKÉ KROUŽKY

### Charakteristika:

Vhodné pro děti od 5let (školka), pro školní mládež (mladší a starší) pro teenagery až dospělé.

### Výchovně-vzdělávací cíl:

- získat přehled o keramických technikách – teoreticky i prakticky (dle úrovně chápání)
- pomoci každému „klientovi“ otevřít a rozvinout jeho schopnosti pro krásu keramiky, aby tvořil s radostí a fantazií – podpořit tak kladný vztah

### Obsah činnosti:

- keramický
- techniky keramiky (tvorba z volné ruky, plát, válečkování, odlévání, kombinace i s jinými obory)

- dekorování a zdobení (práce s engobou, glazurou, vyškrabávání, použití vosku, kukačka, obtisky)
- vzdělávací
- získání znalostí v jednotlivých technologických postupech, postupech zdobení
- rozvoj schopností (pečlivost, představivost, cit pro materiál, rozvoj motoriky u těch nejmladších, schopnost vzdát se svého výrobku...)

#### Očekávané výstupy:

- účastník zvládne jednotlivé technologické postupy tak, aby byl s jejich pomocí schopen vytvořit „funkční keramický předmět“ (dle věku)
- v průběhu lekcí bude relaxovat (hodně zaměstnaní dospělí)

#### Metody a formy:

- výklad
- předvedení postupů
- konzultace problémů
- většinou samostatná, občas kolektivní práce
- napodobování
- pozorování

#### Klíčové kompetence:

- účastník kroužků získává sociální a personální kompetence (pracuje společně s ostatními, musí s nimi komunikovat, využívat společný prostor..)
- používat jazyk oboru
- dokáže pracovat se získanými informacemi, třídí je a využívat ty pro něj potřebné
- zorganizovat si práci tak, aby ji v daném čase dokončil
- bude se bezpečně pohybovat po ateliérech a dbát pokynů (příp. zákazů) vedoucích
- získá kladný vztah k výtvarnému umění obecně

## KLUBY PRO RODIČE S DĚTMI

#### Charakteristika činnosti:

Kluby pro rodiče s dětmi se zabývají činnostmi výtvarnými, hudebními a tělovýchovnými. Jsou určeny pro rodiče (prarodiče) s dětmi od 2 let, jako příprava pro budoucí návštěvu dětí v mateřské škole.

#### Výchovně-vzdělávací cíl:

- Podpořit a dále rozvíjet zájem dětí i rodičů o výtvarnou, hudební i tělovýchovnou činnost
- Podporovat jistotu dítěte posílenou rodičovským zázemím
- Naučit děti potřebným sociálním dovednostem pro vstup do předškolního zařízení
- Vše zvládat s potřebnou podporou rodičů a tak posilovat samostatnost dítěte
- Metodická pomoc rodičům
- Obsah činnosti:
- Práce s různými výtvarnými materiály i postupy a technikami

- Rozvoj fantazie a kreativity
- V hudební výchově hraje říkadla, společné zpívání jednoduchých lidových písniček o několika tónech
- Vyjádření pohybem, tanečkem, rytmem
- V tělesné výchově využití velkého prostoru v tělocvičně k orientaci v tomto prostoru
- Zvyšování obratnosti pomocí různých her, prolézacích a překážkových drah
- Činnosti skupinové, ve dvojicích (rodič + dítě), skupinové (jen děti)

#### Očekávané výstupy:

- Praktické zvládnání elementárních činností ve jmenovaných oborech
- Získání sociálních dovedností potřebných pro návštěvu předškolního zařízení
- Orientace rodičů v různých konfliktních situacích s dítětem
- Posílení jistoty dítěte a zbavení strachu z neznámého prostředí – klidný nástup do MŠ

#### Metody a formy:

- Výklad s ukázkami
- Samostatná práce rodičů s dětmi
- Kolektivní činnosti a také činnosti v menších skupinkách
- Úkoly plněné formou her, napodobování
- Individuální konzultace, výměna zkušeností mezi rodiči
- Zadání určená rodičům, zadání určená dětem

#### Klíčové kompetence:

- Získání personálních a sociálních kompetencí
- Zvládnutí nových neznámých situací za podpory rodičů
- Pochopení a chování se podle daných pravidel
- Pochopení potřeby spolupráce s ostatními dětmi
- Pochopení rodičů pro různá řešení různých situací

## KRUHOVÝ TRÉNINK - DOSPĚLÍ

#### Charakteristika:

Sportovní kroužek rekreačního charakteru určený pro dospělé a mládež od 15 let. Zaměřuje se na rozvoj vytrvalosti a síly, na zlepšení koordinace pohybu a zvýšení celkové fyzické kondice cvičenců.

#### Výchovně vzdělávací cíle:

- Rozvoj pohybových schopností zejména, obratnosti, kloubní pohyblivosti, síly a rychlosti, které jsou předpokladem pro osvojování specifických dovedností
- Osvojení správných pohybových návyků s důrazem na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví

#### Obsah činnosti:

- Rozvoj pohybových schopností – síly, rychlosti, obratnosti a kloubní pohyblivosti
- Gymnastická průprava – odrazová, zpevňovací, rotační, rovnovážná....

- Nácvik pohybových dovedností – práce s vlastním tělem i s pomůckami
- Cvičení užitá – přirozená cvičení – chůze, poskoky, posilování..
- Rytmická pohybová průprava

#### Formy:

- Tréninková jednotka ve skupině, ve dvojicích, práce jednotlivce

#### Očekávané výstupy:

Zlepšení fyzické kondice, obratnosti, síly, ...

#### Klíčové kompetence:

- Kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- Kompetence k učení – rozvíjí se schopnosti pozorování a napodobování, učení se z vlastních chyb
- Kompetence občanská – respektuje názory druhých, trenérů, členů oddílu, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti za tým
- Kompetence pracovní – používá správně a bezpečně sportovní nářadí a pomůcky

## LEHKÁ ATLETIKA

#### Výchovně vzdělávací cíle:

- Vytvořit u dětí kladný vztah ke sportu jako celoživotní aktivitě.
- Rozvíjet morálně volní vlastnosti a smysl pro fair play.
- Rozvíjet pohybové schopnosti a to zejména obratnost, rychlost, vytrvalost, postřeh a sílu.

#### Obsah činnosti:

- Kondiční příprava je zaměřena na všestranný rozvoj pohybového aparátu dětí a to především formou her a zábavných cvičení
- Technická příprava je zaměřena na zvládnutí základních atletických činností (běhy, starty, skoky, hody).
- Psychologická příprava je zaměřena na rozvoj soutěživosti dětí a vůle po vítězství. Je trvalou součástí tréninku.

#### Metody práce: základní metodická řada:

- Rozcvičení, hry na rozvoj rychlosti a vytrvalosti, základní cviky na rozvoj síly
- Nácvik individuální techniky základních atletických disciplín i s využitím pomůcek
- Přes zimu v tělocvičně rozvíjení všestrannosti (žíněnky, kruhy, lana, lavičky...)

#### Očekávané výstupy:

- V průběhu tréninku došlo k měřitelnému zvýšení fyzické zdatnosti (rychlost, síla, obratnost, vytrvalost)
- Základní uvědomění si pojmů týmový duch a spolupráce
- Rozvoj soutěživosti a touha po vítězství
- Rozvoj vědomí hry fair play



### **Klíčové kompetence:**

- Žák získá schopnosti k řešení problémů, komunikativní a pohybové dovednosti
- Osvojí si smysl pro povinnost a cílevědomost při dosahování cílů tréninku
- Získá pozitivní vztah ke sportu
- Chápe podstatu pojmu týmový duch a spolupráce v týmu

## **LEZECTVÍ**

### **Výchovně vzdělávací cíle:**

- Seznámení s technikou jištění a lezení na umělé lezecké stěně
- Rozvoj lezecké výkonnosti, závody
- Rozvíjet morálně volní vlastnosti a smysl pro fair play
- Rozvíjet pohybové schopnosti a to zejména obratnost , rychlost, vytrvalost, postřeh a sílu
- Rozvoj odpovědnosti a svědomitosti

### **Obsah činnosti:**

- Kondiční příprava je zaměřena na všestranný rozvoj pohybového aparátu dětí a to především formou her a zábavných cvičení
- Teoretické znalosti z oboru ( materiál, jištění, technika lezení, apod.)
- Praktický nácvik a praktické vyzkoušení všech dostupných pomůcek a materiálu.
- Zaměření na výkonnostní růst dětí.
- Rozvoj spolupráce, odpovědnosti, morálních zásad.
- Vztah ke zdravému životnímu stylu.

### **Metody práce: základní metodická řada:**

- Rozcvičení, hry na rozvoj rychlosti a vytrvalosti, základní cviky na rozvoj síly
- Nácvik individuální techniky lezení.
- Skupinová cvičení ve dvojicích a trojicích zaměřená na spolupráci ve stěně.
- Lezení na obtížnost a na rychlost.
- Závody.

### **Očekávané výstupy:**

- Člen kroužku zvládne základní dovednosti v lezení na umělé stěně
- Zná vlastnosti technických pomůcek používaných v lezení a umí je správně a bezpečně používat
- Zdokonalí se v technice a rychlosti lezení na stěně a zvládne překonávat cesty střední obtížnosti
- Zájemci se zúčastňují závodů, které jsou pořádány lezeckým svazem

### **Klíčové kompetence:**

- Člen kroužku získá schopnosti řešit problémy spojené s hledáním optimální lezecké cesty a s vědomím rizika
- Učí se komunikovat v týmu a to často s využitím neverbální komunikace
- Osvojil si smysl pro povinnost a cílevědomost při dosahování cílů tréninku

- Získal pozitivní vztah ke sportu, přírodě, vlastnímu zdraví a tělesné kondici.
- Chápe individuální výkon i týmovou spolupráci.
- Chápe význam správné péče o lezecký materiál, umí se o něho správně starat a používat ho.

## LODNÍ MODELÁŘI

### Charakteristika:

Tvorba modelů lodí

### Cíle vzdělávání:

- vést k rozvoji logického a technického myšlení
- posilovat pozitivní vztah k okolí
- vést k systematické práci
- rozvíjet motorické dovednosti a upevňovat pracovní návyky
- rozvíjet schopnost komunikace
- vést ke schopnosti samostatně pracovat
- vést ke schopnosti přijmout vlastní chybu a poučit se z ní
- vést k trpělivosti a vytrvalosti

### Získané znalosti, dovednosti a postoje pro život:

- používá účinně a bezpečně materiály, nástroje a vybavení, dodržuje vymezená pravidla
- spolupracuje s ostatními a je ohleduplný
- vytváří si pozitivní poznatky o sobě samém
- rozhoduje se zodpovědně podle dané situace
- rozpozná a pochopí problém, přemýšlí v souvislostech, hledá příčiny problému a volí nejvhodnější způsob, jak jej vyřešit
- vyhledá a třídí informace a efektivněji je využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě

### První rok:

- orientuje se v základech používání náradí, nástrojů a pomůcek
- zvládá základní pracovní postupy (stříhání, rýhování, broušení, lepení a lakování)
- získává teoretické vědomosti o základech lodního modelářství
- sestavuje první model z papíru, na kterém získá poznatky o geometrii modelu
- sestavuje první plovoucí model se kterých chodí k vodě

### Druhý rok:

- pracuje s návodem a plánkem
- zdokonaluje se v opracování dílů modelů
- naučí se používat i další materiál (překližka, polystyren, plastikové desky)
- je uveden do problematiky RC modelů a začíná se seznamovat s jejich konstrukcí
- začíná stavbu na RC modelu, poznává základy modelářské elektrotechniky

### **Třetí a následující:**

- zdokonaluje se v modelářské činnosti (použití nástrojů a materiálů)
- pracuje na RC modelu
- učí se odstraňovat závady a následky havárií svých modelů
- pravidelně chodí na společné tréninky s lodními modely a získává zručnost při jejich řízení

### **Obsah vzdělávání:**

- sestavování jednoduchých i složitějších modelů lodí
- jednoduché pracovní operace a postupy – stříhání, lepení, řezání, barvení, lakování ...
- práce s návodem a plánkem
- poznání vlastností používaných materiálů vhodných pro lodní modelářství
- používání vhodných pracovních nástrojů a pomůcek
- získávání znalostí v oborech lodní doprava, fyzika a elektrotechnika

### **Metody:**

- klasické ( vysvětlování, předvádění a pozorování, práce s příkladem, instruktáž a napodobování)
- aktivizující ( řešení problémů, rozhovor, modelářský experiment, akce s modelem)

### **Klíčové kompetence:**

- rozvíjí schopnost aktivního využití volného času
- rozvíjí své zájmy a záliby
- umí dobře relaxovat
- rozvíjí a vede profesní orientaci
- rozvíjí odbornost
- vede k seberealizaci
- zvyšuje zdravé sebevědomí
- rozvíjí nadání

## **LOUTKOVÉ DIVADLO**

### **Charakteristika činnosti:**

Kroužky Loutkového divadla se zaměřují na dramatickou činnost – hru s loutkou. Fungují pod LD Spojáček a vedle souboru pro dospělé se zaměřují i na přípravu mladší generace a to již od věku 7 let.

### **Výchovně-vzdělávací cíl:**

- Rozvoj zájmu o dramatické umění, zejména o oblast loutkového divadla
- Rozvoj vlastního dramatického projevu i projevu ve skupině
- Rozvoj komunikace, zdravého sebevědomí a spolupráce ve skupině

### **Obsah činnosti:**

- Zaměření na dramatický přednes skrze loutku, správná výslovnost
- Práce s prostorem, s předmětem - loutkou, se zvuky

- Vyzkoušení si všech technik loutkového divadla – důraz na marionety
- Činnosti skupinové, individuální i sólové
- Rozvoj fantazie a kreativity, improvizace

### Očekávané výstupy:

- Dokonalé ovládnutí loutky a dramatického projevu s loutkou
- Orientuje se v základních principech loutkového divadla
- Zdokonalení ve vlastním projevu
- Zdokonalení spolupráce ve skupině, podpora ostatních členů kolektivu
- Nacvičení a zrealizování loutkové přestavení

### Metody a formy:

- Kolektivní i samostatná práce, také činnost v malých skupinkách
- Dramatická cvičení
- Skupinový rozbor situací a ukázek
- Práce s texty a jejich interpretace
- Účast na představeních a přehlídkách týkajících se oboru loutkového divadla

### Klíčové kompetence:

- Vcítění se do různých rolí a situací a tím zlepšení své empatie k ostatním lidem
- Získání personálních a sociálních kompetencí
- Pochopení potřeby spolupráce a postojů v různých situacích a rolích
- Pochopení možnosti různých řešení různých situací
- Přebírá odpovědnost za skupinovou tvorbu

## LUKOSTŘELBA

### Charakteristika:

Sportovní kroužek rekreačního charakteru určený pro děti, mládež a dospělé. Vhodné od prvního ročníku základní školy, horní hranice neomezena.

Lukostřelba dětem i dospělým prospívá nejen po fyzické, ale i psychické stránce. Děti i dospělí se naučí soustředit sami na sebe, vnímat svůj pohyb a rozvíjet stabilitu vlastního těla.

### Výchovně vzdělávací cíle:

- Rozvoj pohybových schopností zejména stabilita vlastního těla
- Rozvoj psychických schopností a soustředění na jednu prováděnou činnost
- Vytvořit u dětí vztah ke sportu jako k celoživotní aktivitě

### Obsah činnosti:

- Rozvoj pohybových schopností – síly, stability a zručnosti
- Gymnastická průprava – zpevňovací, rotační, rovnovážná....

- Cvičení užitá – střelba z luku, kompenzační cviky

#### **Klíčové kompetence:**

- Kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru na tréninku při psychické a fyzické zátěži, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- Kompetence k učení – je schopno naučit se náročné prvky sportovního tréninku, rozvíjet schopnosti pozorování a napodobování, učení se z vlastních chyb
- Kompetence občanská – respektuje názory druhých, trenérů, členů oddílu, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti
- Kompetence pracovní – používá správně a bezpečně sportovní náradí

## **MÍČOVÉ HRY**

#### **Charakteristika:**

Jedná se o sportovní kroužek určený dětem ve věku od 7 – 10 let. Dává dětem základ všech míčových sportů. Sportovní trénink respektuje specifika dětí.

#### **Výchovně vzdělávací a sportovní cíle:**

- rozvoj morálně volních vlastností, soutěživosti a současně také sportovní i obecné slušnosti
- rozvoj pro-týmového chování a jednání
- rozvoj elementární obratnosti, síly a vytrvalosti, snaha o zlepšování rychlostních vlastností
- vybudování základní techniky při práci s míčem
- základní orientace v pravidlech míčových sportů

#### **Obsah činnosti:**

- morální/psychologická výchova se zaměřuje na správné chápání smyslu sportu jako takového, důraz klademe na soutěživost provázenou slušností vůči spoluhráčům i soupeřům, vůle po vítězství nesmí jít na úkor „fair play, prohlubování smyslu pro tým a partu
- fyzická příprava se orientuje na všeobecnou obratnost a rychlost, začíná rovněž, byť velmi opatrně, síla a vytrvalost
- technická příprava se zaměřuje na prohlubování základní techniky, z individuálních herních činností prohlubování zručnosti při přihrávce a útoku
- taktická příprava se zaměřuje na hlubší zvládnutí pravidel míčových her a rozvoj herní chytrosti

#### **Očekávané výstupy:**

- prohlubování zručnosti při herních činnostech jednotlivce
- budování týmové taktiky

#### **Metody a formy:**

- pravidelná tréninková činnost zaměřená na rozvoj všech součástí sportovního tréninku, tj. na kondici, taktiku, techniku a psychiku sportovce

### **Klíčové kompetence:**

- Kompetence sociální a personální – účinná spolupráce ve skupině, přejímá role v tréninkové činnosti, podporuje dobrou atmosféru v kolektivu
- Kompetence k učení – osvojuje si tréninkové postupy, samostatně pozoruje a získané výsledky používá v různých částech tréninkového procesu
- Kompetence k řešení problémů – řeší praktické problémy sportovního tréninku a soutěžní hry, poučuje se z chyb
- Kompetence občanská – respektuje názory druhých lidí, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti
  - Kompetence pracovní – používá správně a bezpečně tréninkové pomůcky a vybavení tělocvičny, dodržuje vymezená pravidla, plní povinnosti a závazky spočívající v pravidelné účasti na tréninku a soutěžních zápasech.

## **MINIMATEŘINKA**

### **Charakteristika činnosti:**

Předškolní děti se v Minimateřince zabývají činnostmi výtvarnými, hudebními a tělovýchovnými. Je určena pro děti od 3 let bez rodičů, jako příprava pro budoucí návštěvu dětí v mateřské škole.

### **Výchovně-vzdělávací cíl:**

- Podpořit a dále rozvíjet zájem dětí o výtvarnou, hudební i tělovýchovnou činnost
- Podporovat jistotu dítěte posílenou individuálním přístupem v malém kolektivu
- Naučit děti potřebným sociálním dovednostem pro vstup do předškolního zařízení
- Vše zvládat s potřebnou podporou rodičů a tak posilovat samostatnost dítěte
- Metodická pomoc rodičům

### **Obsah činnosti:**

- Práce s různými výtvarnými materiály i postupy a technikami
- Rozvoj fantazie a kreativity
- V hudební výchově hravá říkadla, společné zpívání jednoduchých lidových písniček
- Dramatická výchova, pohádky, vypravování
- V tělesné výchově využití velkého prostoru v tělocvičně k orientaci v tomto prostoru
- Zvyšování obratnosti pomocí různých her, prolézacích a překážkových drah
- Při vycházkách do blízkého okolí dopravní výchova, příroda

### **Očekávané výstupy:**

- Praktické zvládnutí elementárních činností ve jmenovaných oborech
- Získání sociálních dovedností potřebných pro návštěvu předškolního zařízení
- Posílení jistoty dítěte a zbavení strachu z neznámého prostředí – klidný nástup do MŠ

### **Metody a formy:**

- Výklad s ukázkami, různé druhy motivace
- Samostatná práce dětí
- Úkoly plněné formou her, napodobování, prožitkové působení

- Hry a motivované drobné úkoly pro posílení zájmu
- Praktická cvičení na rozvíjení jemné i hrubé motoriky
- Skupinová i samostatná tvorba
- Společné akce i pro celé rodiny

#### **Klíčové kompetence:**

- Získávání personálních a sociálních kompetencí
- Zvládnutí nových neznámých situací
- Pochopení a chování se podle daných pravidel
- Pochopení potřeby spolupráce s ostatními dětmi

## **MLADÝ BADATEL**

#### **Charakteristika:**

Kroužek Mladý badatel je určen pro děti I. stupně ZŠ. Na kroužku děti formou pokusů a pozorování objevují a vyvozují obecné přírodní zákony.

#### **Cíle vzdělávání:**

- vytváření pracovních dovedností a návyků
- podpora vzájemné komunikace, schopností spolupráce, ale i schopnosti pracovat samostatně
- rozvíjení logického myšlení, schopnosti pozorovat a vyvozovat závěry
- rozvíjení zájmu o pronikání do podstaty věcí a jevů, kterými jsme obklopeni

#### **Obsah činnosti:**

- pracovní: pracovní postupy, práce s laboratorním nářadím, pečlivost a přesnost práce
- vzdělávací: rozšiřování znalostí v přírodovědných oborech: biologie, fyzika a chemie, pronikání do podstaty jevů

#### **Metody:**

- klasické – výklad, pozorování, předvedení postupu při experimentu
- aktivizující – samostatná práce, konzultace problémů, diskuze nad problémem daného jevu, vyvozování závěrů z výsledků pokusů

#### **Očekávané výstupy:**

- člen kroužku získá základní pracovní, hygienické a bezpečnostní návyky pro práci v laboratoři
- zvládá pracovat podle pracovního postupu a zjištěné skutečnosti vyhodnocuje
- v kolektivu dětí diskutuje o problému a sám či kolektivně hledá další varianty řešení problému
- prohloubí si praktické znalosti o podstatě věcí a jevů, které nás obklopují a o principech fungování živých i neživých systémů

### **Klíčové kompetence:**

- rozvíjí své zájmy a záliby
- rozvíjí odbornost
- rozvíjí schopnost aktivního využití volného času
- získává sociální a pracovní kompetence
- vede k seberealizaci
- zvyšuje zdravé sebevědomí

## **MODELÁŘSKÁ PŘÍPRAVKA**

### **Charakteristika:**

Tvorba jednoduchých modelů za účelem získání základních modelářských návyků

### **Cíle vzdělávání:**

- vést k rozvoji logického a technického myšlení
- vést k systematické práci
- rozvíjet motorické dovednosti a upevňovat pracovní návyky
- rozvíjet schopnost komunikace
- vést ke schopnosti samostatně pracovat
- vést k trpělivosti a vytrvalosti

### **Získané znalosti, dovednosti a postoje pro život**

- používá účinně a bezpečně materiály, nástroje a vybavení, dodržuje vymezená pravidla
- spolupracuje s ostatními a je ohleduplný
- vytváří si pozitivní poznatky o sobě samém
- rozpozná a pochopí problém, přemýšlí v souvislostech, hledá příčiny problému a volí nejvhodnější způsob, jak jej vyřešit

### **První rok:**

- zvládá základní pracovní postupy (stříhání, rýhování, broušení, pilování, lepení)
- sestavuje první modely z papíru, balzy a jiných dřevin
- pracuje s barvami na vodní bázi
- orientuje se v základech používání nářadí, nástrojů a pomůcek

### **Druhý rok:**

- vybírá si kroužek podle svého zájmu a věku

### **Obsah vzdělávání:**

- sestavování jednoduchých i složitějších modelů
- jednoduché pracovní operace a postupy – stříhání, lepení, řezání, broušení, barvení, lakování ...
- poznání vlastností používaných materiálů vhodných pro modelářství
- používání vhodných pracovních nástrojů a pomůcek



### Metody:

- klasické ( vysvětlování, předvádění a pozorování, práce s příkladem, instruktáž a napodobování)
- aktivizující ( řešení problémů, rozhovor, modelářský experiment, akce s modelem)

### Klíčové kompetence:

- rozvíjí schopnost aktivního využití volného času
- rozvíjí své zájmy a záliby
- vede k seberealizaci
- zvyšuje zdravé sebevědomí
- rozvíjí nadání

## MODELY BOJOVÉ TECHNIKY

### Charakteristika:

Stavba modelů pozemní bojové techniky z papíru, plastu a dalších materiálů.

### Cíle vzdělávání:

- vést k rozvoji logického a technického myšlení
- posilovat pozitivní vztah k okolí
- vést k systematické práci
- rozvíjet motorické dovednosti a upevňovat pracovní návyky
- rozvíjet schopnost komunikace
- vést ke schopnosti samostatně pracovat
- vést ke schopnosti přijmout vlastní chybu a poučit se z ní
- rozvíjet estetické cítění a chování
- rozvíjet poznatky o jiných kulturách
- vést k trpělivosti a vytrvalosti

### Získané znalosti, dovednosti a postoje pro život:

- používá účinně a bezpečně materiály, nástroje a vybavení, dodržuje vymezená pravidla
- spolupracuje s ostatními a je ohleduplný
- vytváří si pozitivní poznatky o sobě samém
- rozhoduje se zodpovědně podle dané situace, respektuje, chrání a oceňuje naše tradice a kulturní a historické dědictví
- rozpozná a pochopí problém, přemýšlí v souvislostech, hledá příčiny problému a volí nejvhodnější způsob, jak jej vyřešit
- vyhledá a třídí informace a efektivněji je využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě

### První rok:

- orientuje se v základech používání náradí, pomůcek a lepidel
- zvládá základní pracovní postupy (stříhání, rýhování, řezání, modelování a lepení)
- pracuje bezpečně pod dohledem

- poznává vlastnosti používaných materiálů

### Druhý rok:

- pracuje s návodem, jednoduchým náčrtem, předlohou
- bezpečně zvládá stříhání, rýhování, řezání, modelování a lepení
- používá barvy pro retušování hotových modelů
- používá dalších pomůcek pro výrobu modelů
- seznamuje se s geometrií modelu

### Obsah vzdělávání:

- sestavování prostorových modelů z papíru v oblastech bojová technika, figurky a krajinné celky
- jednoduché pracovní operace a postupy – stříhání, rýhování, řezání, tvarování, lepení, retuš a geometrie modelu
- práce s návodem, plánkem a jednoduchým náčrtem
- poznání vlastností používaných materiálů (papír, karton, lepidlo, překližka a polystyren, ocelový plech)
- používání vhodných pracovních nástrojů a pomůcek

### Metody:

- klasické ( vysvětlování, předvádění a pozorování, práce s příkladem, instruktáž a napodobování)
- aktivizující ( řešení problémů, rozhovor, modelářský experiment, akce s modelem)

### Klíčové kompetence:

- rozvíjí schopnost aktivního využití volného času
- rozvíjí své zájmy a záliby
- umí dobře relaxovat
- rozvíjí a vede profesní orientaci
- rozvíjí odbornost
- vede k seberealizaci
- zvyšuje zdravé sebevědomí
- rozvíjí nadání

## OPIČÁRNÝ – PŘEKÁŽKOVÉ DRÁHY A JINÉ HRÁTKY (děti 7 -10 let)

### Charakteristika:

Kroužek opičáren je určený malým školákům. Budeme se věnovat hlavně různým opičím drahám, neobvyklým míčovým hrám, propojujícím zábavu a výzvu a jiným hrátkám. Tato všestranná cvičení podporují pohybovou zručnost, koordinaci a celkovou fyzickou kondici dětí a jsou dobrým základem pro pozdější specializaci v různých sportech.

### **Obsah činnosti:**

Vytváření opičích a překážkových drah, díky kterým se rozvíjí základní pohybové schopnosti dětí, jakými jsou vytrvalost, rychlost, síla, koordinace a pohyblivost.

### **Výchově – vzdělávací cíle:**

- Kroužek dětí předškolního a mladšího školního věku má za cíl získat děti pro pravidelné sportování. Hlavní pozornost je zaměřena na všestranný rozvoj pohybového aparátu dětí.
- Díky zvládnutí základů atletiky, gymnastiky a míčových her má dítě možnost si v budoucnu vybrat druh sportu podle svých konkrétních fyzických předpokladů.

### **Metody práce:**

- Rozcvičení, hry na rozvoj rychlosti a postřehu, základní cviky na rozvoj síly
- Základní prvky gymnastiky a rozvíjení všestrannosti (žíněnky, kruhy, lana, lavičky..)
- Hry s jednoduchými pravidly
- Hry s míčem

### **Očekávané výstupy:**

- V průběhu tréninku dochází k měřitelnému zvýšení fyzické zdatnosti (rychlost, síla) a obratnosti
- Rozvoj hrubé i jemné motoriky
- Uvědomění si pojmů týmový duch a spolupráce
- Uvědomění si vlastních schopností

### **Klíčové kompetence:**

- Kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- Kompetence k učení – je schopno naučit se prvky sportovního tréninku, rozvíjet schopnosti pozorování a napodobování, učení se z vlastních chyb
- Kompetence občanská – respektuje názory druhých, trenérů, členů oddílu, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti za tým
- Kompetence pracovní – používá správně a bezpečně sportovní nářadí a pomůcky

## **PAPÍROVÍ MODELÁŘI**

### **Charakteristika:**

Stavba modelů z papíru z vystřihovánek nebo podle vlastního návrhu

### **Cíle vzdělávání:**

- vést k rozvoji logického a technického myšlení
- posilovat pozitivní vztah k okolí
- vést k systematické práci
- rozvíjet motorické dovednosti a upevňovat pracovní návyky
- rozvíjet schopnost komunikace
- vést ke schopnosti samostatně pracovat
- vést ke schopnosti přijmout vlastní chybu a poučit se z ní

- rozvíjet estetické cítění a chování
- rozvíjet poznatky o jiných kulturách
- vést k trpělivosti a vytrvalosti

### Získané znalosti, dovednosti a postoje pro život:

- používá účinně a bezpečně materiály, nástroje a vybavení, dodržuje vymezená pravidla
- spolupracuje s ostatními a je ohleduplný
- vytváří si pozitivní poznatky o sobě samém
- rozhoduje se zodpovědně podle dané situace, respektuje, chrání a oceňuje naše tradice a kulturní a historické dědictví
- rozpozná a pochopí problém, přemýšlí v souvislostech, hledá příčiny problému a volí nejvhodnější způsob, jak jej vyřešit
- vyhledá a třídí informace a efektivněji je využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě

### První rok:

- orientuje se v základech používání nářadí, pomůcek a lepidel
- zvládá základní pracovní postupy (stříhání, rýhování, lepení)
- pracuje bezpečně pod dohledem
- poznává vlastnosti používaných materiálů

### Druhý rok:

- pracuje s návodem, jednoduchým náčrtem, předlohou
- bezpečně zvládá stříhání, rýhování, ohýbání a lepení
- používá vodové barvy pro retušování hotových modelů
- používá dalších pomůcek pro výrobu papírových modelů
- seznamuje se s geometrií modelu

### Obsah vzdělávání:

- sestavování prostorových modelů z papíru v oblastech technika, architektura, figurky a krajinné celky
- jednoduché pracovní operace a postupy – stříhání, rýhování, ohýbání, tvarování, lepení, retuš a geometrie modelu
- práce s návodem, plánkem a jednoduchým náčrtem
- poznání vlastností používaných materiálů (papír, karton, lepidlo, překližka a polystyren)
- používání vhodných pracovních nástrojů a pomůcek

### Metody:

- klasické ( vysvětlování, předvádění a pozorování, práce s příkladem, instruktáž a napodobování)
- aktivizující ( řešení problémů, rozhovor, modelářský experiment, akce s modelem)

### Klíčové kompetence:

- rozvíjí schopnost aktivního využití volného času
- rozvíjí své zájmy a záliby

- umí dobře relaxovat
- rozvíjí a vede profesní orientaci
- rozvíjí odbornost
- vede k seberealizaci
- zvyšuje zdravé sebevědomí
- rozvíjí nadání

## PARKOUR - ZAČÁTEČNÍCI

### Charakteristika:

Jedná se o sportovní kroužek rekreačního charakteru, určený pro děti a mládež od 8 – 12 let. Parkour je disciplína, jejímž základem je schopnost dostat se z bodu A do bodu B (a také umět se dostat zpět) bezpečně, plynule a účinně (efektivně) za použití vlastního těla. Pomáhá v překonávání libovolných překážek v okolním prostředí – od větví přes kameny a skály až po zábradlí a betonové zdi – a může být provozován jak ve městě, tak v přírodním prostředí. Cvičení v tělocvičně je přípravou pro tuto aktivitu, používá žíněnky, lavičky, švédské bedny aj.

### Výchovně vzdělávací cíle:

- Rozvoj pohybových schopností zejména, obratnosti, síly a rychlosti, které jsou předpokladem pro osvojování specifických dovedností
- Zajištění optimálního vývoje dětí s důrazem na osvojení správných pohybových návyků s důrazem na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví
- Vytvořit u dětí vztah ke sportu jako k celoživotní aktivitě

### Obsah činnosti:

- Rozvoj pohybových schopností – síly, rychlosti a obratnosti
- Gymnastická průprava – odrazová, zpevňovací, rotační, rovnovážná....
- Cvičení užitá – přirozená cvičení – chůze, běhy, skoky..

### Klíčové kompetence:

- Kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru na tréninku při psychické a fyzické zátěži, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- Kompetence k učení – je schopno naučit se náročné prvky sportovního tréninku, rozvíjet schopnosti pozorování a napodobování, učení se z vlastních chyb
- Kompetence občanská – respektuje názory druhých, trenérů, členů oddílu, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti
- Kompetence pracovní – používá správně a bezpečně sportovní nářadí

## PC KROUŽKY GRAFIKA

### Charakteristika:

Práce na PC s grafickými programy, vývojovými prostředími a kancelářskými aplikacemi

### Cíle vzdělávání:

- vést k rozvoji logického a konstruktivního myšlení
- vést k systematické práci

- upevňovat pracovní návyky
- rozvíjet schopnost odborné komunikace
- vést ke schopnosti samostatně pracovat
- vést ke schopnosti přijmout vlastní chybu a poučit se z ní
- vést k trpělivosti a vytrvalosti

### Získané znalosti, dovednosti a postoje pro život:

- využívá všechny vlastnosti softwarových aplikací
- vytváří si pozitivní poznatky o sobě samém
- rozhoduje se podle dané situace
- rozpozná a pochopí problém, přemýšlí v souvislostech, hledá příčiny problému a volí nejvhodnější způsob, jak jej vyřešit
- vyhledá a třídí informace a efektivněji je využívá v procesu učení, tvůrčích činnostech a praktickém životě

### Začátečník:

- orientuje se v základech používání softwarových aplikací
- zvládá základní pracovní postupy v daném programu nebo vývojovém prostředí
- získává teoretické vědomosti
- je schopen samostatnější práce na jednodušších úkolech

### Pokročilý:

- rozšiřuje si v základy používání softwarových aplikací
- zvládá pokročilejší pracovní postupy v daném programu nebo vývojovém prostředí
- prohlubuje si teoretické vědomosti
- je schopen samostatnější práce na náročnějších úkolech

### Obsah vzdělávání:

- jednoduché činnosti v dané softwarové aplikaci nebo vývojovém prostředí
- zautomatizování pracovních postupů
- práce s odborným textem pro softwarovou aplikaci nebo vývojové prostředí
- poznání vlastností používaných softwarových aplikací nebo vývojového prostředí
- používání vhodných pomocných utilit nebo softwarových nástrojů
- získávání znalostí v oborech informatika, PC grafika a programování

### Metody:

- klasické ( vysvětlování, předvádění a pozorování, práce s příkladem, instruktáž a napodobování)
- aktivizující ( řešení problémů, rozhovor, rozbor činnosti)

### Klíčové kompetence:

- rozvíjí schopnost aktivního využití volného času
- rozvíjí své zájmy a záliby
- umí dobře relaxovat
- rozvíjí a vede profesní orientaci

- rozvíjí odbornost
- vede k seberealizaci
- zvyšuje zdravé sebevědomí
- rozvíjí nadání

## **POSILOVÁNÍ PRO MLÁDEŽ**

### **Charakteristika:**

Sportovní kroužek rekreačního charakteru určený pro dívky od 12 – 18 let. Zaměřuje se na rozvoj vytrvalosti a síly, na zlepšení koordinace pohybu a zvýšení celkové fyzické kondice cvičenců.

### **Výchovně vzdělávací cíle:**

- Rozvoj pohybových schopností zejména, obratnosti, kloubní pohyblivosti, síly a rychlosti, které jsou předpokladem pro osvojování specifických dovedností
- Osvojení správných pohybových návyků s důrazem na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví

### **Obsah činnosti:**

- Rozvoj pohybových schopností – síly, rychlosti, obratnosti a kloubní pohyblivosti
- Návčik pohybových dovedností – práce s vlastním tělem i s pomůckami
- Cvičení užitá – přirozená cvičení – chůze, poskoky, posilování..

### **Formy:**

- Tréninková jednotka ve skupině, ve dvojicích, práce jednotlivce

### **Očekávané výstupy:**

- Zlepšení fyzické kondice, obratnosti, síly, ...

### **Klíčové kompetence:**

- Kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- Kompetence k učení – rozvíjí se schopnosti pozorování a napodobování, učení se z vlastních chyb
- Kompetence občanská – respektuje názory druhých, trenérů, členů oddílu, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti za tým
- Kompetence pracovní – používá správně a bezpečně sportovní nářadí a pomůcky

## **RADIOORIENTAČNÍ BĚH**

### **Charakteristika:**

Kroužek radioorientačního běhu je sportovní kroužek určený pro mládež, resp. pro dospělé od 18 let výše. Členové kroužku absolvují vhodně volený sportovní trénink, v průběhu roku se pravidelně účastní soutěží radioorientačního běhu.

### **Výchovně vzdělávací cíle:**

- Připravovat členy kroužku na soutěžní činnost
- Rozvíjet morálně volní vlastnosti a smysl pro fair play

- Rozvíjet pohybové schopnosti a to zejména vytrvalost, postřeh a speciální technické dovednosti při obsluze. přijímače a vyhodnocení přijatých signálů

#### Obsah činnosti:

- Kondiční příprava je zaměřena na všestranný rozvoj pohybového aparátu členů kroužku a to především formou her a zábavných cvičení
- Technická příprava je zaměřena na zvládnutí základních znalostí vlastností používané zaměřovací techniky a její efektivní používání
- Psychologická příprava je zaměřena na rozvoj soutěživosti dětí a vůle po vítězství. Je trvalou součástí tréninku

#### Metody:

- Atletická a kondiční příprava venku a v tělocvičně
- Běh v terénu zaměřený na rozvoj rychlosti a vytrvalosti
- Speciální cvičení s různými druhy zaměřovačů a jejich chování v terénu
- Cvičení ve vyhledávání cílů v terénu
- Doplnkové hry a cvičení v terénu

#### Očekávané výstupy:

- V průběhu tréninku došlo k měřitelnému zvýšení fyzické zdatnosti (rychlost, vytrvalost, orientace v terénu)
- Člen kroužku komplexně zvládl obsluhu zaměřovací techniky a její chování v terénu
- Základní uvědomění si pojmů týmový duch a spolupráce
- Rozvoj soutěživosti a touha po vítězství
- Rozvoj vědomí hry fair play

#### Klíčové kompetence:

- Člen kroužku získá technické znalosti a dovednosti v oblasti radiotechniky a schopnost řešit problémy vznikající při závodu a tréninku
- Osvojil si smysl pro povinnost a cílevědomost při dosahování cílů tréninku, zejména pravidelná docházka na trénink a závody
- Získal pozitivní vztah ke sportu
- Chápe podstatu pojmu týmový duch a spolupráce v týmu, zejména v krizových sportovních situacích

## ROPE SKIPPING

#### Charakteristika:

Sportovní kroužek rekreačního charakteru určený pro děti od 8 – 16 let. Rope skipping je vlastně skákání přes švihadlo. Skákat se dá přes jedno švihadlo i přes dvě, ve dvojici i ve skupině. Je to ideální doplňkový sport pro atlety, gymnastky, hokejisty, .... Postará se o celkové zvýšení fyzické kondice, rozvoj vytrvalosti a síly zlepší koordinaci i smysl pro rovnováhu.

#### Výchovně vzdělávací cíle:

- Rozvoj pohybových schopností zejména, obratnosti, kloubní pohyblivosti, síly a rychlosti, které jsou předpokladem pro osvojování specifických dovedností



- Osvojení správných pohybových návyků s důrazem na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví

#### Obsah činnosti:

- Rozvoj pohybových schopností – síly, rychlosti, obratnosti a kloubní pohyblivosti
- Gymnastická průprava – odrazová, zpevňovací, rotační, rovnovážná....
- Návčik pohybových dovedností – skákání přes jedno a dvě švihadla, přes dlouhé lano
- Cvičení užitá – přirozená cvičení – chůze, poskoky, posilování..
- Rytmická pohybová průprava

#### Formy:

- Tréninková jednotka ve skupině, ve dvojicích, práce jednotlivce

#### Očekávané výstupy:

- Zlepšení fyzické kondice, obratnosti, síly, ...

#### Klíčové kompetence:

- Kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- Kompetence k učení – rozvíjí se schopnosti pozorování a napodobování, učení se z vlastních chyb
- Kompetence občanská – respektuje názory druhých, trenérů, členů oddílu, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti za tým
- Kompetence pracovní – používá správně a bezpečně sportovní nářadí a pomůcky

## UKODĚLNÉ TVOŘIVÉ KROUŽKY PRO DĚTI – HOLČIČINY; ŠVADLENKA

#### Charakteristika:

- pro dívky ve věku 9 až 16 let
- náplní jsou různé rukodělné a řemeslné činnosti (seznámení s nimi a jejich vyzkoušení)

#### Výchovně-vzdělávací cíl:

- poznání celé škály rukodělných a řemeslných technik
- utváření a rozvíjení základních manuálních zručností a vytváření pracovních dovedností a návyků
- poznání celé škály materiálů, jejich vlastností i technologických a pracovních postupů při práci s nimi
- tvorba výrobků různými technikami
- rozvoj vlastní fantazie a estetického citění
- dodržování obecných zásad bezpečnosti a hygieny při práci s nástroji a nářadím

#### Obsah činnosti:

- práce s přírodními materiály (tkané tašky)
- nové materiály – twist art, fimo, pryskyřice
- skleněné techniky – pískování, fusing
- práce s pedigem (misky)

- tisk na papír a na textil ( obrázek, tričko)
- práce s drátem (vánoční ozdoby, přívěšky na krk, dekorace)
- keramika ( figurky, mozaika, ták)
- práce s papírem (lepení, vystřihování)
- malba na sklo (windows colour, vypalovací barvy)
- batika (tričko, taška, obrázek)
- tradice (pečení cukroví, zdobení perníčků)

### Očekávané výstupy:

Po ukončení školního roku každý účastník

- zná základní postupy uvedených nových technik a prakticky je zvládá
- zdokonaluje se v postupech u technik, které pro něj nejsou nové
- umí výtvarně a tvořivě jednotlivé techniky zpracovat
- umí naučené aplikovat při samostatné domácí tvorbě

### Metody:

- Při realizaci cílů budou využity hlavně interaktivní metody a praktické činnosti.
- Informace budou účastníkům předávány společně s názornými ukázkami, velký důraz bude kladen na praktické zvládnutí jednotlivých činností.
- Účastníci budou pracovat podle zpracovaných metodických postupů pro jednotlivé činnosti a výrobky.

### Klíčové kompetence:

- Kompetence k učení -pracuje s materiály a pomůckami, pozná vlastní pokroky, dokáže vyhledávat a využít informace v praktickém životě, samostatně pozoruje a získané výsledky porovnává
- Kompetence sociální a personální – účinně spolupracuje ve skupině, podílí se na utváření příjemné atmosféry v týmu, přispívá k upevňování dobrých mezilidských vztahů, chápe potřebu efektivně spolupracovat při řešení daného úkolu
- Kompetence pracovní – projevuje smysl pro kulturu a tvořivost, používá bezpečně a účinně materiály, nástroje a vybavení. Dodržuje vymezená pravidla.

## RUKODĚLNÉ TVOŘIVÉ KROUŽKY PRO DOSPĚLÉ

### Charakteristika:

- Tradiční techniky – pro dospělé
- Černé DRÁTOVÁNÍ
- TIFFANY; CÍNOVÁNÍ – pro dospělé
- PALIČKOVÁNÍ – pro dospělé
- ŠITÍ

### Výchovně-vzdělávací cíl:

- poznání celé škály rukodělných a řemeslných technik

- utváření a rozvíjení základních manuálních zručností a vytváření pracovních dovedností a návyků
- poznání celé škály materiálů, jejich vlastností i technologických a pracovních postupů při práci s nimi
- tvorba výrobků různými technikami
- rozvoj vlastní fantazie a estetického cítění
- dodržování obecných zásad bezpečnosti a hygieny při práci s nástroji a nářadím

#### Obsah činnosti:

- fimo – pomocí „extrudéru“ (zrcátko, víčko krabičky)
- pryskyřice – (šperky)
- práce s pedigem (tácky pro kořenky, košíky)
- korálkování – převážně vánoční (hvězdičky, andělci)
- práce s drátem (vánoční ozdoby, drátovaná miska)
- keramika ( zahradní keramika, mozaika, tác)
- práce s papírem (skládání taška)
- skleněné techniky - malba na sklo (pískování), fusing, vinuté perle nad kahanem
- Tiffany technika – plošné i prostorové tvary
- Paličkování – převážně vláčková krajka (napojování, dokončovací práce, ...)

#### Očekávané výstupy:

Po ukončení školního roku každý účastník

- zná základní postupy uvedených nových technik a prakticky je zvládá
- zdokonaluje se v postupech u technik, které pro něj nejsou nové
- umí výtvarně a tvořivě jednotlivé techniky zpracovat
- umí naučené aplikovat při samostatné domácí tvorbě

#### Metody:

- Při realizaci cílů budou využity hlavně interaktivní metody a praktické činnosti.
- Informace budou účastníkům předávány společně s názornými ukázkami, velký důraz bude kladen na praktické zvládnutí jednotlivých činností.
- Účastníci budou pracovat podle zpracovaných metodických postupů pro jednotlivé činnosti a výrobky.

#### Klíčové kompetence:

- Kompetence k učení -pracuje s materiály a pomůckami, pozná vlastní pokroky, dokáže vyhledávat a využít informace v praktickém životě, samostatně pozoruje a získané výsledky porovnává
- Kompetence sociální a personální – účinně spolupracuje ve skupině, podílí se na utváření příjemné atmosféry v týmu, přispívá k upevnování dobrých mezilidských vztahů, chápe potřebu efektivně spolupracovat při řešení daného úkolu
- Kompetence pracovní – projevuje smysl pro kulturu a tvořivost, používá bezpečně a účinně materiály, nástroje a vybavení. Dodržuje vymezená pravidla.

## SEBEOBRANA (děti 10-15 let)

### Charakteristika:

Kroužek je zaměřen na seznámení se základy bojových umění a prvky sebeobranu, aby se dítě umělo bránit v nebezpečných situacích. Kromě tréninku speciálních obranných technik stěžejních bojových umění a sportů je kladen důraz na budování nezbytné fyzické kondice a osvojení si základních pohybových dovedností hravou formou. Dalším významným benefitem kroužku je podpora zdravé sebedůvěry, kamarádství, čestnosti a respektu.

### Výchovně - vzdělávací cíle:

- Rozvíjet morálně volní vlastnosti
- Rozvíjet pohybové schopnosti a to zejména obratnost, rychlost, vytrvalost, postřeh a sílu
- Vybudovat kladný vztah ke sportu

### Obsah činnosti:

- Kondiční příprava je zaměřena na všestranný rozvoj pohybového aparátu dětí a to především formou her a zábavných cvičení sebeobranu
- Technická příprava je zaměřena na zvládnutí základů bojových umění.

### Metody práce:

- Rozcvičení, základy všeobecné gymnastiky
- Hry na rozvoj rychlosti a vytrvalosti, základní cviky na rozvoj síly
- Nácvik individuální techniky základních bojových disciplín i s využitím pomůcek
- Rozvoj všestrannosti s pomocí načiní a nářadí (žíněnky, kruhy, lana, lavičky)

### Očekávané výstupy:

- Zlepšení fyzické zdatnosti
- Osvojení si základů bojových umění a sebeobranu
- Zvýšení sebevědomí dětí

### Klíčové kompetence:

- Kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- Kompetence k učení – rozvíjí se schopnosti pozorování a napodobování, učení se z vlastních chyb
- Kompetence občanská – respektuje názory druhých, trenérů, členů oddílu, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti za tým
- Kompetence pracovní – používá správně a bezpečně sportovní nářadí a pomůcky

## SPORTÁČEK PRO CVALÍKY

### Výchovně vzdělávací cíle:

- Kroužek dětí předškolního a mladšího školního věku má za cíl získat děti k pravidelnému sportování. Hlavní pozornost je zaměřena na všestranný rozvoj pohybového aparátu dětí.
- Díky zvládnutí základů atletiky, gymnastiky a míčových her má dítě možnost si v budoucnu vybrat druh sportu podle jeho konkrétních fyzických předpokladů.

### Obsah činnosti:

- Činnost je rozdělena na cvičení v tělocvičně (zimní období) a cvičení venku na hřišti nebo v přírodě. V tělocvičně se jedná především o nácvik základů atletiky, gymnastiky a míčových her. Venku je pozornost zaměřena dále na rozvoj rychlosti, obratnosti a síly.

### Metody práce:

- Rozcvičení, hry na rozvoj rychlosti a postřehu, základní cviky na rozvoj síly
- Nácvik individuální techniky základních atletických disciplín i s využitím pomůcek
- Základní prvky gymnastiky a rozvíjení všestrannosti (žíněnky, kruhy, lana, lavičky...)
- Hry s míčem a bez míče

### Očekávané výstupy:

- V průběhu tréninku dochází k měřitelnému zvýšení fyzické zdatnosti (rychlost, síla, obratnost)
- Základní uvědomění si pojmů týmový duch a spolupráce
- Rozvoj soutěživosti a touha po vítězství
- Rozvoj vědomí hry fair play

### Klíčové kompetence:

- Upevnění fyzické zdatnosti, uvědomění si vlastních schopností, učení se novým věcem
- Osvojení si smyslu pro povinnost a cílevědomosti při dosahování cílů tréninku
- Získání pozitivního vztahu ke sportu, pochopení podstaty pojmu týmový duch a spolupráce v týmu

## STOLNÍ TENIS

### Charakteristika:

Kroužek stolního tenisu je sportovní kroužek rekreačního charakteru určený pro děti od 11 – 15 let.. Členové kroužku absolvují trénink zaměřený na zvládnutí základních dovedností hry. Členové kroužku se nezúčastňují pravidelné soutěžní činnosti.

### Výchovně vzdělávací cíle:

- Naučit členy kroužku základům stolního tenisu
- Rozvíjet morálně volní vlastnosti a smysl pro fair play
- Rozvíjet pohybové schopnosti a to zejména postřeh a rychlost

### Obsah činnosti:

- Kondiční příprava je zaměřena na všestranný rozvoj pohybového aparátu členů kroužku a to především formou her a zábavných cvičení
- Technická příprava je zaměřena na zvládnutí techniky základních úderů, dvouhry a čtyřhry

- Psychologická příprava je zaměřena na rozvoj soutěživosti dětí a vůle po vítězství. Je trvalou součástí tréninku

#### **Metody práce: základní metodická řada:**

- Atletická a kondiční příprava venku a v tělocvičně
- Návik forhendu , bekhendu a podání
- Pohyb hráče za stolem, útočná o obranná činnost
- Hra prováděná formou oddílového turnaje

#### **Očekávané výstupy:**

- V průběhu tréninku došlo k měřitelnému zvýšení fyzické zdatnosti (rychlost, vytrvalost)
- Člen kroužku zvládl základní údery
- Rozvoj soutěživosti a touha po vítězství
- Rozvoj vědomí hry fair play

#### **Klíčové kompetence**

- Osvojil si smysl pro povinnost a cílevědomost při dosahování cílů tréninku.
- Získal pozitivní vztah ke sportu

## **ŠÉFKUCHAŘ**

#### **Charakteristika:**

- Kroužek je určen pro starší děti v rozmezí 11-16let
- náplní je jejich seznámení se základními kuchařskými postupy pod vedením zkušeného lektora - kuchaře

#### **Výchovně-vzdělávací cíl:**

- zvládnutí základních kuchařských dovedností – krájení, porcování masa, příprava zeleniny..
- naučit se základní postupy při přípravě pokrmů – vaření, dušení, pečení, smažení, ...
- rozpoznání kvalitních potravin – jak je správně nakupovat, jak s nimi následně pracovat aby se nezhodnotily, jak je skladovat
- naučit se správně číst a používat recepty, jak si je případně upravit (např. počet porcí), ...
- orientace na etiketách zakoupených potravin
- dodržování obecných zásad bezpečnosti a hygieny při práci s kuchyňským náčiním

#### **Obsah činnosti:**

- práce s potravinami
- práce s recepty
- používání techniky při vaření – roboty, sporák, konev na vodu..
- příprava pokrmů a jejich vzájemné ochutnávání
- úklid po práci , správné umytí a následné uložení nádobí
- tradice (pečení cukroví, zdobení perníčků)

#### **Očekávané výstupy:**

Po ukončení školního roku každý účastník

- umí se orientovat v receptech a případně si je upravit dle potřeby
- ovládá základní technologické postupy při vaření
- zvládá kuchařské dovednosti a názvosloví
- dodržuje bezpečností, hygienické a obecné zásady při práci

#### Metody:

- společná práce kolektivní (přečtení receptu před vlastní prací a jeho probrání, upozornění na případná jeho úskalí) i ve skupinkách (jídlo připravuje každá dvojice)
- Informace budou účastníkům předávány společně s názornými ukázkami, velký důraz bude kladen na praktické zvládnutí jednotlivých činností.
- Zhodnocení uvařených jídel . –vzájemné ochutnávání, zpětná vazba – co se povedlo, co nepovedlo

#### Klíčové kompetence:

- Kompetence k učení -pracuje s potravinami a kuchařským náčiním pozná vlastní pokroky, dokáže vyhledávat a využít informace v praktickém životě, samostatně pozoruje a získané výsledky porovnává
- Kompetence sociální a personální – účinně spolupracuje ve skupině, podílí se na utváření příjemné atmosféry v týmu, přispívá k upevňování dobrých mezilidských vztahů, chápe potřebu efektivně spolupracovat při řešení daného úkolu
- Kompetence pracovní – projevuje smysl pro kulturu a tvořivost, používá bezpečně a účinně materiály, nástroje a vybavení. Dodržuje vymezená pravidla.

## TABATA PRO MAMINKY I S DĚTMI (4 měsíce - 3 roky)

#### Charakteristika činnosti:

Kroužek je určen maminkám malých dětí, které si mohou s sebou přivést i své dítě. Cvičení je formou tabaty, tedy intenzivního intervalového tréninku. Zlepší se tím aerobní i anaerobní zdatnost a silové schopnosti maminek. Důraz je kladen také na koordinaci pohybu. Tělocvična je přizpůsobená ke hraní malých dětí. Na konci hodiny zbývá čas i na společné hraní maminek s dětmi a vzájemnou socializaci s ostatními zúčastněnými.

#### Výchovně – vzdělávací cíl:

- rozvoj povědomí o důležitosti silových a metabolických cvičení
- rozvoj pohybových schopností zejména obratnosti, síly a koordinace
- osvojení správných pohybových návyků s důrazem na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví
- znovuvytvoření vztahu ke sportu jako k celoživotní aktivitě

#### Obsah činnosti:

- Práce se zvládnutím vlastního pohybu a souhry jednotlivých částí těla
- Rozvoj pohybových schopností - zvýšení tělesné zdatnosti, flexibility, obratnosti, síly, rovnováhy a koordinace
- nácvik specifických pohybových dovedností při práci s náčiním
- činnosti skupinové a individuální

### Očekávané výstupy:

- zvládnutí cvičení potřebných k udržení kondice a správného postoje
- zlepšení fyzické zdatnosti
- odstranění menších svalových tenzí při pravidelném cvičení
- zlepšení psychické pohody během cvičení
- zdokonalení ve vlastním pohybovém projevu
- osvojení si správného dýchání při posilování i při uvolňovacích cvičeních

### Klíčové kompetence:

- Kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- Kompetence k učení – rozvíjí se schopnosti pozorování a napodobování, učení se z vlastních chyb
- Kompetence občanská – respektuje názory druhých, upevňuje se socializace během mateřské dovolené
- Kompetence pracovní – používá správně a bezpečně sportovní nářadí a pomůcky

## TANEČNÍ ČINNOSTI PRO DĚTI

**Kroužky:** Větrníček – taneční příprava, Větroň – moderní tance, Větroň - Kristalky

### Charakteristika činnosti:

Kroužky s tanečním zaměřením jsou kroužky určené pro děti a mládež ve věku 6 – 25 let. Jejich náplní je rozvoj jedince především v taneční oblasti, jako je zvládnutí choreografie, zvýšení fyzické zdatnosti, apod. Rozvíjeny jsou také sociální a komunikační dovednosti.

### Výchovně-vzdělávací cíl:

- Podpořit a dále rozvinout zájem o kulturu tanečního umění
- Poznání rozličných tanečních forem a stylů
- Rozvoj vlastního tanečního projevu i projevu ve skupině
- Vytvoření pozitivního vztahu k tanci a pohybu, podpořeného vlastním uměním
- Rozvoj sociálních a komunikačních schopností a dovedností
- Rozvoj pohybových schopností

### Obsah činnosti:

- Práce se zvládnutím vlastního pohybu a souhry jednotlivých částí těla
- Práce s prostorem, s rytmem, s tanečním stylem
- Vyjádření pohybem, postavením, řeč těla
- Činnosti skupinové, individuální i sólové
- Rozvoj pohybových schopností - zvýšení tělesné zdatnosti, flexibility, fantazie a kreativity

### Očekávané výstupy:

- Praktické zvládnutí různých choreografií
- Orientace v rytmu a umění přesného vyjádření tělem



- Rozšíření sociálních a komunikačních schopností a dovedností
- Praktické zvládnutí výstupu „na jevišti“
- Orientace v různých tanečních stylech, směrech
- Zdokonalení ve vlastním projevu

#### Metody a formy:

- Kolektivní i samostatná práce, také činnost v malých skupinkách
- Konkrétní ukázky s výkladem
- Praktická cvičení pohybu i obratnosti též formou her nebo malých etud
- Hry a motivované drobné úkoly pro posílení zájmu o zvolený taneční obor
- Praktická cvičení na souhru pohybu s rytmem, přesnost
- Skupinová i samostatná tvorba malých choreografií např. formou rozcviček
- Účast na přehlídkách a soutěžích

#### Klíčové kompetence:

- Zodpovědnost za skupinovou práci, choreografii, výstup
- Pochopení potřeby spolupráce a postojů v různých situacích a rolích
- Získání personálních a sociálních kompetencí – společný taneční výstup, ...
- Pochopení možnosti různých řešení různých situací
- Práce se získanými informacemi, práce na sobě také pro celkový úspěch skupiny

## TANEČNÍ ČINNOSTI PRO DOSPĚLÉ

**Kroužky:** Americký step – Devil’s Dream, Country tance, Wings, Breakdance

#### Charakteristika činnosti:

Kroužky s tanečním zaměřením se zabývají činnostmi spojenými s kultivací pohybového projevu, prací s vlastním pohybovým aparátem, rozvíjením tělesné zdatnosti a v neposlední řadě rozvíjením sociálních a komunikačních schopností.

#### Výchovně-vzdělávací cíl:

- Podpořit a dále rozvinout zájem o kulturu tanečního umění
- Rozvoj vlastního tanečního projevu i projevu ve skupině
- Vytvoření pozitivního vztahu k tanci a pohybu
- Rozvoj sociálních a komunikačních schopností a dovedností

#### Obsah činnosti:

- Práce se zvládnutím vlastního pohybu a souhry jednotlivých částí těla
- Práce s prostorem, s rytmem, s tanečním stylem
- Vyjádření pohybem, postavením, řeč těla
- Činnosti skupinové, individuální i sólové
- Rozvoj celkové tělesné zdatnosti, obratnosti, fantazie a kreativity
- Návčik společné choreografie

### Očekávané výstupy:

- Praktické zvládnutí různých choreografií
- Orientace v rytmu a umění přesného vyjádření tělem
- Rozšíření sociálních a komunikačních schopností a dovedností
- Orientace v daných tanečních stylech, směrech
- Zdokonalení ve vlastním projevu

### Metody a formy:

- Kolektivní i samostatná práce, také činnost v malých skupinkách
- Konkrétní ukázky s výkladem
- Praktická cvičení na souhru pohybu s rytmem, přesnost
- Skupinová i samostatná tvorba malých choreografií např. formou rozcviček
- Účast na přehlídkách a soutěžích

### Klíčové kompetence:

- Zodpovědnost za skupinovou práci, choreografii, výstup
- Pochopení potřeby spolupráce a postojů v různých situacích a rolích
- Získání personálních a sociálních kompetencí – společný taneční výstup, ...
- Pochopení možnosti různých řešení různých situací
- Práce se získanými informacemi, práce na sobě také pro celkový úspěch skupiny

## TANEČNÍ A POHYBOVÁ PŘÍPRAVKA VIVINKY

### Charakteristika:

Kroužek se zabývá tělovýchovnými činnostmi jako přípravou pro tanec. Je určen pro děti od 4 -6 let.

### Výchovně-vzdělávací cíl:

- kroužek dětí předškolního věku má za cíl získat děti k pravidelnému sportování
- podporovat jistotu dítěte, zbavit ho strachu z neznámého prostředí
- hlavní pozornost je zaměřena na všestranný rozvoj pohybového aparátu dětí
- zvyšování obratnosti pomocí různých her
- rozvoj motoriky při tanci a průpravných gymnastických cvičeních, při práci s třásněmi
- rozvoj paměti a prostorové orientace při nácviku sestav
- při skupinových činnostech naučit děti spolupracovat

### Metody a formy:

- rozcvičení, hry na rozvoj rychlosti a postřehu, základní cviky na rozvoj síly
- nácvik individuální techniky při nácviku tanečních kroků, i při práci s náčiním
- základní prvky gymnastiky a rozvíjení všestrannosti

### Očekávané výstupy:

- rozvoj hrubé i jemné motoriky
- rozvoj koordinace

- rozvoj paměti
- základní uvědomění si pojmů týmový duch a spolupráce
- rozvoj soutěživosti a touha po vítězství
- rozvoj vědomí hry fair play

#### **Klíčové kompetence:**

- upevnění fyzické zdatnosti, uvědomění si vlastních schopností, učení se novým věcem
- osvojení si smyslu pro povinnost a cílevědomost při dosahování cílů tréninku
- získání pozitivního vztahu ke sportu

## **TANEČNÍ KROUŽKY PRO STARŠÍ DĚTI A DOSPĚLÉ (FIT DANCE, ZUMBA, TANEČNÍ OBČASNÍK PRO DOSPĚLÉ)**

#### **Charakteristika činnosti:**

Jedná se o taneční kroužky rekreačního charakteru. Jejich náplní je systematický trénink v oblasti tanečního projevu, přičemž není opomíjena prožitkovost aktivity.

#### **Výchově – vzdělávací cíl:**

- Rozvoj pohybových schopností, zejména obratnosti, ohebnosti, rovnováhy a koordinace, které jsou předpokladem pro osvojování specifických tanečních dovedností
- Rozvoj rytmických, gymnastických a tanečních dovedností, s důrazem na osvojení správných pohybových návyků, na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti

#### **Obsah činnosti:**

Rozvoj pohybových schopností – obratnosti, rovnováhy a koordinace, rozvoj kreativity.

#### **Metody a formy:**

- Kolektivní a samostatná činnost, převážně však činnost ve skupině
- Prožitkové jednotky pro seznámení se s ostatními i seznámení se sám se sebou

#### **Klíčové kompetence:**

- Kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru na tréninku, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- Kompetence pracovní – dodržuje správné tréninkové postupy
- Kompetence k řešení problému – kreativně řeší úkoly zadané trenérem
- Kompetence komunikační – samostatně řeší případné problémy, diskutuje s trenérem a ostatními členy týmu, je schopen konstruktivní kritiky

## TANEČNÍ MIX

### Charakteristika činnosti:

Taneční MIX je taneční kroužek, určen pro děti (přednostně dívky) od 8 do 15 let. Jeho náplní je systematický trénink jak jednotlivce, tak celého týmu a to především v oblasti tanečního projevu a práce s pompóny, přičemž není opomíjena prožitkovost aktivity.

### Výchovně-vzdělávací cíl:

- rozvoj pohybových schopností zejména obratnosti, ohebnosti, rovnováhy a koordinace, které jsou předpokladem pro osvojování specifických tanečních dovedností
- rozvoj rytmických, gymnastických a tanečních dovedností
- zajištění optimálního vývoje dětí s důrazem na osvojení správných pohybových návyků s důrazem na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví
- vytvoření vztahu ke sportu jako k celoživotní aktivitě
- rozvoj vlastního „já“ v kolektivu, seznámení se s celou řadou sociálních rolí ve skupině

### Obsah činnosti:

- rozvoj pohybových schopností – obratnosti, rovnováhy a koordinace
- rozvoj kreativity
- nácvik specifické pohybové dovednosti - práce s pompóny
- taneční a gymnastická průprava
- činnosti skupinové a individuální

### Očekávané výstupy:

- zvládnutí otoček, zvětšení rozsahu, skoky, základní taneční pozice, kroky
- zvládnutí individuálních i skupinových sestav, psychická příprava na vystupování na veřejnosti
- orientace v základních prostorových formacích, zvedačky, ...
- praktické zvládnutí výstupu „na jevišti“
- zdokonalení ve vlastním pohybovém projevu

### Metody a formy:

- kolektivní i samostatná činnost, převážně však činnost ve skupině (v týmu) v tréninkové jednotce přizpůsobené věku a výkonnosti závodnic
- účast na vystoupeních (pokročilejší i na soutěžích)
- pravidelné tréninky, minisoustředění
- prožitkové jednotky pro seznámení se s ostatními i seznámení se sám se sebou

### Klíčové kompetence:

- kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru na tréninku při vysoké psychické a fyzické zátěži, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- kompetence kučení – dítě je schopno naučit se náročné prvky tréninku, rozvíjet schopnosti pozorování a napodobování, učení se z vlastních chyb
- kompetence občanská – respektuje názory druhých, trenérů, členů oddílu, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti za tým nejenom při soutěži

- kompetence pracovní – používá správně a bezpečně sportovní náčiní, dodržuje správné tréninkové postupy
- kompetence k řešení problému – kreativně řeší úkoly zadané trenérem
- kompetence komunikační – samostatně řeší případné problémy, diskutuje s trenérem a ostatními členy týmu, je schopen konstruktivní kritiky

## TURISTICKÉ ČINNOSTI

### Charakteristika:

Turisticko - tábornické kroužky pracující s dětmi ve věku 5 – 16 let ve 4 oddílech prostřednictvím pravidelné činnosti (schůzky, výlety, výpravy, pochody, letní a zimní tábory,..). Jedná se turistické oddíly TO Kajmani, TO Brouci, TO Lesní moudrost, Turistáček pro nejmenší.

### Výchovně -vzdělávací cíl:

- Pomocí organizované činnosti ve věkově různorodém kolektivu zájmového kroužku turistiky naučit jeho členy základním dovednostem a znalostem turisty.
- Nabídnout pestrou náplň s využitím her v klubovně i venku, případně s další možností cykloturistiky, zimní a vodní turistiky.

### Obsah činnosti:

- Pohybový – sportovní hry a činnosti, turistika, pracovní činnosti
- vlastivědně – kulturní – návštěvy a průzkumy památek, přírodních zajímavostí a turistických cílů
- Letní a zimní turistika
- Tvořivý – rukodělné a výtvarné činnosti
- Sociální – podpora týmové a vzájemné spolupráce a komunikace účastníků v kroužku i mimo něj

### Metody a formy:

- Práce v klubovně. Příprava turistických výletů. Hry zaměřené na základní znalosti a dovednosti turisty (tábornické minimum), vlastivědné a přírodovědné znalosti, hry určené ke stmelování kolektivu.
- Jednodenní turistické výlety za poznáním přírody, nebo historie.
- Vícedenní výlety zaměřené na rozvoj tábornických dovedností, hry a poznávání.
- Letní, zimní i putovní tábory.

### Očekávané výstupy:

- Člen kroužku ovládá prakticky tábornické minimum, je schopen „přežít v přírodě“
- Prohloubil si znalosti o Libereckém kraji, zná mnoho turistických tras a míst
- Je komunikativní, umí se chovat jako platný člen kolektivu
- Má řadu praktických znalostí o přírodě a historických památkách
- Letní, případně zimní tábor

### **Klíčové kompetence:**

- Prohloubil a rozšířil si schopnosti spolupráce ve skupině, přejímá určené role při různých činnostech venku i v klubovně, podporuje dobrou atmosféru v kolektivu.
- Je schopen pracovat s informacemi při plnění nejrůznějších praktických úkolů turistů, samostatně pozoruje a získané výsledky používá k řešení úkolu například her v přírodě, poučuje se z chyb.
- Respektuje názory druhých lidí, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti, plní praktické úkoly na výletech a táborech, chápe a ctí tradice oddílu.
- Používá správně a bezpečně nástroje a vybavení turistů, dodržuje vymezená bezpečnostní pravidla, plní povinnosti a závazky, které dostává od vedoucích.

## **TWIRLING, TWIRLINGOVÁ PŘÍPRAVKA**

### **Charakteristika činnosti:**

Twirling je sportovní kroužek, určen pro děti (přednostně dívky) od 5 do 17 let. Jeho náplní je systematický trénink jak jednotlivce, tak celého týmu a to ponejvíce v oblasti tanečního projevu a práce s hůlkou, přičemž není opomíjena prožitkovost aktivity. Trénink je dále veden trenéry s nemalou trenérskou praxí a vlastními zkušenostmi v oboru.

### **Výchovně-vzdělávací cíl:**

- rozvoj pohybových schopností zejména obratnosti, ohebnosti, rovnováhy a koordinace, které jsou předpokladem pro osvojování specifických twirlingových dovedností
- rozvoj rytmických, gymnastických a tanečních dovedností
- zajištění optimálního vývoje dětí s důrazem na osvojení správných pohybových návyků s důrazem na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví
- vytvoření vztahu ke sportu jako k celoživotní aktivitě
- rozvoj vlastního „já“ v kolektivu, seznámení se s celou řadou sociálních rolí ve skupině

### **Obsah činnosti:**

- rozvoj pohybových schopností – obratnosti, rovnováhy a koordinace
- rozvoj kreativity
- nácvik specifické pohybové dovednosti - práce s twirlingovou hůlkou
- taneční a gymnastická průprava
- činnosti skupinové a individuální

### **Očekávané výstupy:**

#### **Příprava twirlerek:**

- zvládnutí práce s hůlkou – technika horizontálního i vertikálního točení a výhozů, rollsy, otočky, točení mezi prsty, ...
- zvládnutí otoček, zvětšení rozsahu, skoky, základní taneční pozice, kroky, baletní sestavy
- zvládnutí individuálních sestav, psychická příprava závodnic
- orientace v základních prostorových formacích, zvedačky, ...

### Závodní skupiny:

- zvládnutí práce s hůlkou – i složitější točení se středem otáčení hůlky ve středu i na krajích hůlky a osvojení základu twirlingu
- orientace v základních i složitých prostorových formacích

### Společné pro všechny:

- praktické zvládnutí výstupu „na jevišti“
- zdokonalení ve vlastním pohybovém projevu

### Metody a formy:

- kolektivní i samostatná činnost, převážně však činnost ve skupině (v týmu) v tréninkové jednotce podle věku a výkonnosti dětí
- twirlingové závody, včetně přípravy na MČR, případně mezinárodní závody
- pravidelné tréninky, víkendová soustředění, letní soustředění
- prožitkové jednotky pro seznámení se s ostatními i seznámení se sám se sebou

### Klíčové kompetence:

- kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru na tréninku i při vysoké psychické a fyzické zátěži, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- kompetence k učení – dítě je schopno naučit se náročné prvky tréninku, rozvíjet schopnosti pozorování a napodobování, učení se z vlastních chyb
- kompetence občanská – respektuje názory druhých, trenérů, členů oddílu, učí se odpovědnosti a pocitu sounáležitosti za tým nejenom při soutěži, chápe a ctí tradice oddílu
- kompetence pracovní – používá správně a bezpečně sportovní náčiní, dodržuje správné tréninkové postupy
- kompetence k řešení problému – kreativně řeší úkoly zadané trenérem
- kompetence komunikační – samostatně řeší případné problémy, diskutuje s trenérem a ostatními členy týmu, je schopen konstruktivní kritiky

## TVOŘÍLEK – rukodělný dvougenerační kroužek

### Charakteristika:

- účastníci jsou rozděleny do tří skupin-kroužků dle věku dětí (3-6let; 7-9let; 10-15let)
- naplní jsou různé rukodělné a řemeslné činnosti (seznámení s nimi a jejich vyzkoušení)

### Výchovně-vzdělávací cíl:

- poznání celé škály rukodělných a řemeslných technik
- utváření a rozvíjení základních manuálních zručností a vytváření pracovních dovedností a návyků
- poznání celé škály materiálů, jejich vlastností i technologických a pracovních postupů při práci s nimi
- tvorba výrobků různými technikami
- rozvoj vlastní fantazie a estetického cítění
- dodržování obecných zásad bezpečnosti a hygieny při práci s nástroji a náradím

- vzájemné poznávání svých nejbližších v jiném než rodinném kolektivu, socializace dětí i dospělých

### Obsah činnosti:

- práce s přírodními materiály (tkané tašky)
- nové materiály – twist art, fimo, pryskyřice
- skleněné techniky – pískování, fusing
- práce s pedigem (misky)
- práce s drátem (vánoční ozdoby, přívěšky na krk, dekorace)
- keramika (figurky, mozaika, ták)
- práce s papírem (lepení, vystřihování)
- batika (tričko, taška, obrázek)
- tradice (pečení cukroví, zdobení perníčků)

### Očekávané výstupy:

Po ukončení školního roku každý účastník

- zná základní postupy uvedených nových technik a prakticky je zvládá
- zdokonaluje se v postupech u technik, které pro něj nejsou nové
- umí výtvarně a tvořivě jednotlivé techniky zpracovat
- umí naučené aplikovat při samostatné domácí tvorbě

### Metody:

- Při realizaci cílů budou využity hlavně interaktivní metody a praktické činnosti.
- Informace budou účastníkům předávány společně s názornými ukázkami, velký důraz bude kladen na praktické zvládnutí jednotlivých činností.
- Účastníci budou pracovat podle zpracovaných metodických postupů pro jednotlivé činnosti a výrobky.

### Klíčové kompetence:

- Kompetence k učení -pracuje s materiály a pomůckami, pozná vlastní pokroky, dokáže vyhledávat a využít informace v praktickém životě, samostatně pozoruje a získané výsledky porovnává
- Kompetence sociální a personální – účinně spolupracuje ve skupině, podílí se na utváření příjemné atmosféry v týmu, přispívá k upevnování dobrých mezilidských vztahů, chápe potřebu efektivně spolupracovat při řešení daného úkolu

Kompetence pracovní – projevuje smysl pro kulturu a tvořivost, používá bezpečně a účinně

materiály, nástroje a vybavení. Dodržuje vymezená pravidla.

## VÝTVARNÉ KROUŽKY PRO DĚTI

### Charakteristika:

Vhodné pro děti od 4 let (předškoláci), pro školní mládež (mladší a starší), pro teenagery



### Výchovně-vzdělávací cíl:

- získat přehled o výtvarných činnostech (dle úrovně chápání)
- pomoci každému „klientovi“ otevřít a rozvinout jeho schopnosti pro výtvarno, aby tvořil s radostí a fantazií – podpořit tak kladný vztah k výtvarnému umění.

### Obsah činnosti:

- výtvarný – používané výtvarné techniky (malování, kreslení, prostorové vytváření objektů, grafika..)
- vzdělávací – získání znalostí v jednotlivých postupech, umí správně používat nástroje; rozvoj schopností (pečlivost, představivost, cit pro materiál a použitou techniku, rozvoj motoriky u těch nejmladších, schopnost vzdát se svého výrobku...)

### Očekávané výstupy:

Účastník zvládne jednotlivé výtvarné techniky a bude schopen je mezi sebou rozpoznat, bude umět pracovat s pomůckami a odlišnostmi daných technik.

### Metody a formy:

- výklad
- předvedení postupů
- konzultace problémů
- většinou samostatná, občas kolektivní práce
- napodobování
- pozorování

### Klíčové kompetence:

- účastník kroužků získává sociální a personální kompetence (pracuje společně s ostatními, musí s nimi komunikovat, využívat společný prostor..)
- používat jazyk oboru
- dokáže pracovat se získanými informacemi, třídít je a využívat ty pro něj potřebné
- zorganizovat si práci tak, aby ji v daném čase dokončil
- bude se bezpečně pohybovat po ateliérech a dbát pokynů (příp. zákazů) vedoucích
- získá kladný vztah k výtvarnému umění obecně
- bezpečně a účinně materiály, nástroje a vybavení. Dodržuje vymezená pravidla.

## VÝTVARNÉ KROUŽKY PRO DOSPĚLÉ

### Charakteristika:

- GRAFIKA; AKVAREL;

### Výchovně-vzdělávací cíl:

- získat přehled o výtvarných činnostech (dle úrovně chápání)
- pomoci každému „klientovi“ otevřít a rozvinout jeho schopnosti pro výtvarno, aby tvořil s radostí a fantazií – podpořit tak kladný vztah k výtvarnému umění.

### Obsah činnosti:

- výtvarný – používané výtvarné techniky (malování, kreslení, prostorové vytváření objektů, grafika – suchá jehla, tisk z hloubky, ...)
- vzdělávací – získání znalostí v jednotlivých postupech, umí správně používat nástroje; rozvoj schopností (pečlivost, představivost, cit pro materiál a použitou techniku, ...)

### Očekávané výstupy:

Účastník zvládne jednotlivé výtvarné techniky a bude schopen je mezi sebou rozpoznat, bude umět pracovat s pomůckami a odlišnostmi daných technik.

### Metody a formy:

- výklad
- předvedení postupů
- konzultace problémů
- většinou samostatná, občas kolektivní práce
- napodobování
- pozorování

### Klíčové kompetence:

- účastník kroužků získává sociální a personální kompetence (pracuje společně s ostatními, musí s nimi komunikovat, využívat společný prostor..)
- používat jazyk oboru
- dokáže pracovat se získanými informacemi, třídí je a využívá ty pro něj potřebné
- zorganizovat si práci tak, aby ji v daném čase dokončil
- bude se bezpečně pohybovat po ateliérech a dbát pokynů (příp. zákazů) vedoucích
- získá kladný vztah k výtvarnému umění obecně

## ZDRAVÁ ZÁDA

### Charakteristika činnosti:

Kroužek je určen pro děti ve věku 10 – 15 let. Jeho náplní jsou protahovací i posilovací cvičení pro různé svalové partie, relaxační a nápravové cvičení bez pomůcek i na balóněch, s overbally, s flexi-bary, balančními ččkami, therra- bandy i gumovými lany. Je určeno pro děti bez vážných zdravotních problémů.

### Výchovně-vzdělávací cíl:

- rozvoj pohybových schopností zejména obratnosti, rovnováhy a koordinace
- osvojení správných pohybových návyků s důrazem na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví
- vytvoření vztahu ke sportu jako k celoživotní aktivitě

### Obsah činnosti:

- rozvoj pohybových schopností – obratnosti, rovnováhy a koordinace
- rozvoj kreativity

- nácvik specifických pohybových dovedností při práci s jednotlivým náčiním
- činnosti skupinové a individuální

#### **Očekávané výstupy:**

- zvládnutí cvičení potřebných k udržení kondice
- zlepšení fyzické zdatnosti
- odstranění menších svalových tenzí při pravidelném cvičení
- zlepšení psychické pohody při relaxačním cvičení
- zdokonalení ve vlastním pohybovém projevu
- osvojení si správného dýchání při posilování i při uvolňovacích cvičeních

## **ZDRAVOTNÍ CVIČENÍ PRO ŽENY**

#### **Charakteristika činnosti:**

Kroužek je určen pro ženy všeho věku. Jeho náplní jsou protahovací i posilovací cvičení pro různé svalové partie, relaxační a nápravné cvičení bez pomůcek i na balóněch, s overbally, s flexi-bary, balančními ččkami, therra - bandy i gumovými lany. Je určeno pro ženy bez vážných zdravotních problémů.

#### **Výchovně-vzdělávací cíl:**

- rozvoj rytmických a tanečních dovedností
- rozvoj pohybových schopností zejména obratnosti, rovnováhy a koordinace
- osvojení správných pohybových návyků s důrazem na získání, udržení a zvýšení tělesné zdatnosti a zdraví
- znovuvytvoření vztahu ke sportu jako k celoživotní aktivitě

#### **Obsah činnosti:**

- rozvoj pohybových schopností – obratnosti, rovnováhy a koordinace
- rozvoj kreativity
- nácvik specifických pohybových dovedností při práci s jednotlivým náčiním
- činnosti skupinové a individuální

#### **Očekávané výstupy:**

- zlepšení fyzické zdatnosti
- odstranění menších svalových tenzí při pravidelném cvičení
- zlepšení psychické pohody při relaxačním cvičení
- zdokonalení ve vlastním pohybovém projevu

#### **Metody a formy:**

- kolektivní i samostatná činnost, převážně však činnost ve skupině (v týmu) v tréninkové jednotce podle věku

### **Klíčové kompetence:**

- kompetence sociální a personální – přijímá úkoly trenéra, podporuje dobrou atmosféru na tréninku, povzbuzuje ostatní členy kolektivu
- kompetence k učení – rozvíjí se schopnosti pozorování a napodobování, učení se z vlastních chyb
- kompetence občanská – respektuje názory druhých, pocit sounáležitosti
- kompetence pracovní – používá správně a bezpečně sportovní náčiní, dodržuje správné tréninkové postupy
- kompetence k řešení problému – kreativně řeší úkoly zadané vedoucím kroužku

## **Prázdninová činnost – TÁBORY**

### **Charakteristika:**

Tábor probíhá po dobu tří a více dnů po sobě jdoucích – s ubytováním nebo s denním docházením, v letním i zimním období. Je to aktivita, která je určena pro všechny věkové skupiny od 2 let ( rodiče a děti od 2 let, předškoláci, školáci, mládež i dospělí). Náplň může být všestranná (každý den se věnuje jiné činnosti) či více zaměřena na určitou oblast (modelářství).

### **Cíl:**

Pomocí organizované činnosti - ve věkově různorodém kolektivu – umožnit účastníkům pestrou škálu aktivit (herních, sportovních, hudebních, výtvarných, naučně vzdělávacích, ...) se záměrem rozšíření obzoru a osobní zkušenosti pro jejich další život. V neposlední řadě je i možnost další - vyšší socializace účastníků a šance kvalitně prožívat volný čas (relaxace). Z hlediska DDM – možnost náboru dalších klientů do pravidelné činnosti v průběhu školního roku.

### **Obsah:**

Obsah jednotlivých táborů je vždy přizpůsoben typu daného tábora (všeobecný, s užším zaměřením na nějakou činnost, pobytový, příměstský,...) a věku účastníků.

### **TÁBOR POHYBOVÝ**

- všestranný rozvoj pohybového aparátu formou zábavných cvičení, turistika, tanec, plavání, sportovní činnosti a hry, nacvičení společného vystoupení (pro rodiče), rytmická pohybová průprava, rozvoj všeobecné obratnosti a rychlosti, orientace v neznámém prostoru,...
- zkoušení nových sportovních aktivit – jízda na koni, bowling, horolezectví, minigolf, tenis

### **TÁBOR KULTURNĚ - VLASTIVĚDNÝ**

- návštěvy přírodních zajímavostí a kulturních památek (geocaching,...), výpravy a výlety, expedice

### **TÁBOR SOCIÁLNĚ - VZDĚLÁVACÍ**

- získávání znalostí a zkušeností v jednotlivých oborech (chovatelství, hudební, modelářství, malba, keramika, dramatika, fyzika a elektrotechnika, sportovní – florbal, ...
- získávání znalostí a zkušeností v jednotlivých postupech daného oboru (keramika, modelářství, malba, PC, technika lezení...) a správného používání pomůcek a nástrojů (toč. kruh, vrtačka, horolezecká lana- vázání, ..);
- rozvoj pečlivosti, trpělivosti, představitivosti, citu pro materiál, fantazie, motoriky;
- rozvoj spolupráce, odpovědnosti, morálních zásad, zdravé soutěživosti, slušnosti, prohlubování sociálních vazeb a vztahů
- získávání vztahu ke zdravému životnímu stylu
- činnosti individuální, i skupinové (společné zpívání jednoduchých písniček, říkadel)
- získávání širokého okruhu znalostí z přírodovědy, geologie, ...

- jednoduché pracovní postupy a operace – stříhání, lepení, barvení, ...(práce s návodem, plánkem, jednoduchým náčrtekem, ...)

### Metody:

- Prožitková pedagogika – závody, hra, výlety a výpravy za poznáním (historie a přírody),
- získávání informací vlastním přístupem – hledáním, vyptáváním ..
- vysvětlení jednotlivých pravidel sportů či činností
- výtvarné a další tvořivé postupy (PC, osvojení modelářských technických postupů, ...)
- klasická metoda – předvedení, vysvětlení, pozorování, napodobování, instruktáž
- aktivizující – rozhovor, řešení problému, výtvarný experiment
- individuální i týmová práce a hry
- činnost v klubovně, tělocvičně i v přírodě
- výměna zkušeností a postřehů, rozbor situací a ukázek

### Klíčové kompetence:

- získání schopnosti aktivního využití svého volného času – rozvoj svých koníčků i nově
- objevených zájmů – seberealizace, relax
- zvyšování svého zdravého sebevědomí – nadání pro určitou činnost, odbornost
- sociální – spolupráce v kolektivu, upevňování kamarádských vztahů, vcítění se do různých rolí a tím i lepší pochopení ostatních lidí, pochopení možnosti různých řešení různých situací, pochopení a chování se podle daných pravidel, poučení z chyb vlastních i ostatních ...
- dokáže získávat, pracovat s informacemi, třídit je a využívat jen ty, které jsou pro danou situaci potřebné
- zvýšení samostatnosti

## **Spontánní a příležitostná činnost**

### **Charakteristika:**

Jedná se o akce pro klienty a veřejnost, akce na klíč a spontánní činnost uskutečňovanou ve V-klubu. Akce jsou typu: kulturní, sportovní, společensko-vědní, osvětové, turistické, zábavní a kombinované.

### **Cíle:**

- Smysluplné využití volného času, a tím i zkvalitnění života veřejnosti (děti i dospělí) i neorganizované mládeže.
- Nespecifická prevence sociálně patologických jevů.
- Prezentace činnosti zařízení a nábor nových klientů.
- Rozvoj sociálních a komunikačních dovedností.

### **Obsah:**

- Organizace krátkodobých a spontánních aktivit zaměřených na nejširší veřejnost.
- Mezigenerační setkávání propojené společně sdíleným tématem.
- Konkrétní akce.
- Výpravy turistických aj. oddílů; zápasy; soutěže; zábava; hry; výtvarné činnosti; řešení úkolů – vědomosti, dovednosti; spolupráce s jinými subjekty; pokračování v tradicích; prezentace jednotlivých činností zařízení; spolupráce s rodiči; besedy; přednášky; schůze parlamentu mladých; filmové aj. projekce; koncerty; divadelní představení; harmonizační dny; turnaje; hry venku i v klubovně; taneční vystoupení; využití PC techniky; workshopy; prezentace a práce s modelařinou; vernisáže atd.

### **Metody:**

- Podpora vrstevnické komunikace
- Informální edukace (individuální pedagogické doprovázení)
- Pedagogická komunikace ve skupině
- Podpora rozvoje skupiny
- Společné plánování
- Zpětná vazba
- Otevřená nabídka spontánních činností
- Průběžná aktivita neorganizované mládeže, volně přístupný klub, hry, prostor pro neformální kamarádkou komunikaci...
- Příležitostné činnosti
- Přednášky, besedy, vystoupení, výstavy, slavnosti, besídky...
- Osvětová činnost: poradenská a informační činnost, prevence sociálně patologických jevů...
- Individuální činnost: práce s talenty, rozvoj nadání klientů, konzultace, soutěže...
- Dále: neformální setkávání, prožitková pedagogika, soutěže a turnaje, výchovné působení, osvojení výtvarné techniky, sebeprezentace (hudební, taneční, divadelní, modelářská, sportovní aj. vystoupení), práce na PC, vyhledávání a použití informací, volná i organizovaná hra...

## **Klíčové kompetence:**

### ***kompetence k učení:***

- vyhledává a třídí informace a využívá je v učení i praktickém životě
- načerpá nové vědomosti a dovednosti
- rozšíří si všeobecný přehled

### ***kompetence k řešení problémů:***

- vnímá problémové situace – pochopí problém – promyslí způsob řešení – využije nabitých zkušeností do budoucna
- řeší problémy samostatně – využívá k tomu již nabytých zkušeností
- ve spolupráci s vedoucím si ověřuje správnost svého jednání a řešení problému
- kriticky myslí a argumentuje

### ***kompetence komunikační – rozvoj komunikačních schopností:***

- formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory
- kultivovaný ústní i písemný projev
- komunikuje bez vulgárních výrazů a urážek
- naslouchá druhým
- umí se zapojit do diskuze, vhodně argumentuje
- umí využívat informačních a komunikačních prostředků a technologií pro kvalitní komunikaci s okolním světem
- využívá nabitě komunikační schopnosti k vytváření vztahů

### ***kompetence sociální a personální:***

- umí spolupracovat ve skupině i s pedagogy – schopnost spolupráce a respektování názorů jiných
- účastní se vytváření pravidel činnosti a dodržuje je
- podílí se na vytváření příjemné atmosféry při činnostech a v místě konání činností
- vytváří si kladné představy o sobě samém (prožije úspěch), čímž se zlepšuje jeho sebedůvěra, osobnostní rozvoj
- ovládá své chování a dokáže se překonat – vede ke zlepšení vztahů a k rozvoji sebeúcty
- seberealizuje se a prezentuje se před ostatními
- smysluplně využívá volný čas, což vede ke zkvalitnění života
- dojde k hlubšímu sebepoznání a poznání svých hranic
- společně sdílí zážitky, čímž se prohloubí a zkvalitní interpersonální vztahy a dojde k uspokojení potřeb



## Výukové programy

### Charakteristika:

Jedná se o programy zaměřené na rozvoj schopností a dovedností třídního kolektivu, vzdělávací a osvětové programy a programy primární prevence. Programy jsou určeny především žákům základních a středních škol. Realizované jsou ve V-klubu, v klubovnách DDM Větrník a ve školách.

### Cíle:

- Rozvoj týmových schopností a upevnění třídního kolektivu
- Osobnostní rozvoj jednotlivce v rámci třídního kolektivu
- Specifická i nspecifická primární prevence sociálně patologických jevů
- Získávání znalostí z daných témat
- Seznámení žáků s fungováním klubu a činností DDM Větrník a tím přispívání ke zkvalitnění trávení volného času žáků

### Obsah:

- Program Správná třída, který je určen pro kolektivy 5. – 7. tříd ZŠ, probíhá 3-5 setkání (1 setkání =150 min). Program je nastaven třídě na míru. Je možné sestavit program například z následujících oblastí : komunikace a naslouchání, umění spolupráce, úspěchy a neúspěchy, respekt a hranice, práce s emocemi, zvládání agresivity, řešení problémů, zvládání stresu nebo rozvoj vlastní identity.
- Harmonizační dopoledne pro žáky 6. tříd ZŠ a 1. ročníku SŠ
- Zábavně vzdělávací a informační dopoledne pro školy v evropských souvislostech (např. Velikonoce, Vánoce v Evropské unii nebo etiketa v Evropské unii.), ve spolupráci s Eurocentrem Liberec.
- Přírodovědné programy pro I. a II. stupeň ZŠ.
- Pedagogové volného času jsou otevřeni konkrétním požadavkům učitelů ZŠ a SŠ a na jejich základě jsou schopni připravit různé programy na míru.

### Metody:

- Metody prožitkové pedagogiky (skupinová dynamika, hry, diskuze, zpětná vazba)
- Relaxační techniky, imaginace
- Individuální přístup
- Frontální výuka, využití audiovizuálních pomůcek
- Participace, pozorování, rozhovor

### Klíčové kompetence:

#### **kompetence sociální a personální:**

- umí spolupracovat s ostatními spolužáky a učiteli
- tvoří pozitivní klima třídy
- aktivně se podílí na prevenci sociálně patologických jevů ve třídě
- společně sdílí zážitky a dochází ke zkvalitnění interpersonálních vztahů
- pozitivní osobnostní rozvoj a tím i prohloubení sebedůvěry
- ovládá své chování a dokáže ho přizpůsobit dané situaci

- seberealizuje se a prezentuje se před ostatními
- sebepoznává své možnosti a hranice

***kompetence komunikační:***

- formuluje a vyjadřuje své myšlenky, názory a postoje
- naslouchá druhým
- umí se zapojit do diskuze, vhodně argumentuje
- využívá nabité komunikační schopnosti k vytváření vztahů

***kompetence k řešení problémů:***

- naučí se řešit různé situace
- implementuje metody a strategie řešení do praktických situací
- při řešení úkolů spolupracuje s ostatními
- kriticky myslí a argumentuje

***kompetence k učení:***

- vyhledává a třídí informace a využívá je v učení i praktickém životě
- načerpá nové vědomosti a dovednosti
- rozšíří si všeobecný přehled
- myslí v evropských a globálních souvislostech
- má ekologicko - etické postoje (i když je ještě neumí takto pojmenovat)

Příloha č. 1: Přehled zájmových útvarů ve školním roce 2023/2024

## KROUŽKY VE ŠK. ROCE 2023/2024

|    | ZÚ   | ČAS                                   | VĚK     |
|----|--|---------------------------------------|---------|
| 1  | Anglická konverzace pro dospělé - pokročilí      | ČT 19:00 - 20:00                      | 18 - 99 |
| 2  | Anglická konverzace pro dospělé - zač. II        | ČT 16:45 - 17:45                      | 18 - 99 |
| 3  | Anglická konverzace pro dospělé - zač./faleš.    | ČT 18:00 - 19:00                      | 18 - 99 |
| 4  | Anglický kroužek (1. - 3. třída)                 | ST 16:30 - 17:30                      | 6 - 9   |
| 5  | Angličtina I. (1. - 3. třída)                    | PÁ 15:00 - 16:00                      | 6 - 9   |
| 6  | Angličtina II. (4. - 5. třída)                   | ÚT 17:00 - 18:00                      | 9 - 11  |
| 7  | Angličtina III. (6. - 7. třída)                  | ČT 16:00 - 17:00                      | 11 - 13 |
| 8  | Angličtina IV. (8. - 9. třída)                   | ČT 17:15 - 18:15                      | 13 - 15 |
| 9  | Dílenský kroužek I.                              | PO 16:15 - 17:15                      | 9 - 15  |
| 10 | Dílenský kroužek II:                             | PO 17:30 - 18:30                      | 9 - 15  |
| 11 | Dramacentrum Bezejména - soubor Bezestrachu      | ST 15:00 - 17:00                      | 8 - 11  |
| 12 | Dramacentrum Bezejména - soubor Bezurážky        | ČT 16:00 - 18:00                      | 10 - 14 |
| 13 | Dramacentrum Bezejména Bezohledu - středoškoláci | ČT 18:00 - 20:00                      | 14 - 20 |
| 14 | Dramacentrum Bezejména soubor Bezesperu          | ST 17:00 - 19:00                      | 12 - 16 |
| 15 | Mladý badatel III.                               | ÚT 16:00 - 17:00                      | 7 - 12  |
| 16 | Seminář kreativního učení pro pedagogy           | PÁ                                    | 18 - 99 |
| 17 | Botanický kroužek I                              | PO 15:30 - 16:30                      | 8 - 12  |
| 18 | Breakdance                                       | ČT 19:00 - 21:00, SO<br>18:00 - 20:00 | 16 - 99 |
| 19 | Klub rodičů s dětmi I (od 2 do 5 let)            | PO 9:00 - 11:00                       | 2 - 5   |
| 20 | Klub rodičů s dětmi II (od 2 do 5 let)           | ÚT 9:00 - 11:00                       | 2 - 5   |
| 21 | Klub rodičů s dětmi III (od 2 do 5 let)          | ČT 9:00 - 11:00                       | 2 - 5   |
| 22 | Klub rodičů s dětmi IV (od 2 do 5 let)           | PÁ 9:00 - 11:00                       | 2 - 5   |
| 23 | Lukostřelba I (7 - 10 let)                       | ÚT 16:00 - 17:00                      | 7 - 10  |
| 24 | Lukostřelba II (od 11 let i dospělí)             | ÚT 17:00 - 18:30                      | 11 - 65 |
| 25 | 3D tisk a modelování                             | ST 15:30 - 17:00                      | 11 - 15 |
| 26 | Elektronika pro mírně pokročilé                  | ÚT 16:30 - 18:00                      | 9 - 18  |
| 27 | Elektronika pro začátečníky                      | PO 15:30 - 17:00                      | 9 - 19  |
| 28 | Fotografický kroužek pokročilí                   | ÚT 17:05 - 18:05                      | 10 - 14 |
| 29 | Fotografický kroužek začátečníci                 | ÚT 16:00 - 17:00                      | 10 - 14 |

|    |   |                        |         |
|----|---|------------------------|---------|
| 30 | Geocaching - zač.a pokročilí                          | ČT 16:00 - 18:00       | 8 - 15  |
| 31 | Klub deskových her (dospělí) - 1x za 14 dní           | ST 17:00 - 20:00       | 15 - 99 |
| 32 | Kroužek deskových her - 1 x za 14 dní                 | ČT 17:00 - 19:00       | 8 - 15  |
| 33 | Kutílci – modelářská příprava                         | ST 15:30 - 16:30       | 5 - 6   |
| 34 | Lodní modelář   | ST 17:00 - 18:30       | 9 - 19  |
| 35 | Modely bojové techniky 1                              | ČT 15:30 - 17:00       | 9 - 19  |
| 36 | Modely bojové techniky 2                              | ČT 17:00 - 18:30       | 9 - 19  |
| 37 | Papírový modelář                                      | ÚT 15:30 - 17:00       | 6 - 19  |
| 38 | PC kroužek grafika 1 mladší děti                      | PO 15:00 - 16:30       | 9 - 11  |
| 39 | PC kroužek grafika 2 starší děti                      | PO 16:30 - 18:00       | 12 - 15 |
| 40 | Soustředění modelářů LICARD Liberec 1x za měs.        | 1x měsíčně dle domluvy | 10 - 99 |
| 41 | ZOO kroužek 1 - všeobecný                             | PO 16:00 - 17:30       | 8 - 15  |
| 42 | ZOO kroužek 2 - všeobecný                             | PO 17:00 - 18:00       | 8 - 15  |
| 43 | ZOO kroužek 3 - všeobecný                             | ÚT 16:00 - 17:00       | 8 - 15  |
| 44 | ZOO kroužek 4 - teraristika                           | ÚT 17:00 - 18:00       | 8 - 15  |
| 45 | ZOO kroužek 5 - všeobecný                             | ST 15:30 - 16:30       | 8 - 15  |
| 46 | ZOO kroužek 6 - všeobecný                             | ST 16:30 - 17:30       | 8 - 15  |
| 47 | Zoochovatelský kroužek 7 - všeobecný                  | ČT 16:00 - 17:00       | 8 - 15  |
| 48 | Keramika - děti (1.-3.tř.)                            | PO 16:00 - 17:30       | 6 - 9   |
| 49 | Keramika děti (4.-9.tř.)                              | PO 15:30 - 17:00       | 9 - 14  |
| 50 | Keramika děti (5-8 let)                               | ST 14:15 - 15:45       | 5 - 8   |
| 51 | Keramika děti   | ST 16:00 - 17:30       | 9 - 14  |
| 52 | Keramika děti   | ČT 15:30 - 17:00       | 9 - 15  |
| 53 | Keramika děti   | ČT 16:00 - 17:30       | 7 - 10  |
| 54 | Keramika dospělí                                      | PO 18:00 - 20:00       | 18 - 90 |
| 55 | Keramika dospělí                                      | ÚT 17:30 - 19:30       | 18 - 90 |
| 56 | Keramika točení dospělí                               | ST 15:45 - 17:45       | 18 - 99 |
| 57 | Keramika dospělí                                      | ST 18:00 - 20:00       | 18 - 90 |
| 58 | Keramika dospělí                                      | ST 20:00 - 21:00       | 18 - 85 |
| 59 | Keramika VÍKENDOVÁ pro dospělé - 1x měsíčně           | SO, NE 14:00 - 18:00   | 19 - 90 |
| 60 | Keramika dospělí                                      | ČT 18:00 - 20:00       | 18 - 90 |
| 61 | Keramika VÍKENDOVÁ pro pro dvě generace - 1 x měsíčně | SO, NE<br>9:00 - 13:00 | 6 - 99  |

|    |  |                   |         |
|----|--|-------------------|---------|
| 62 | Keramika pro dospělé 1 hod.  | ČT 20:00 - 21:00  | 18 - 99 |
| 63 | Výtvarka pro mladší školní děti (6 - 10 let)                             | PO 16:00 - 17 :00 | 6 - 10  |
| 64 | Výtvarka pro předškoláky (5-7let)  | ČT 14:45 - 15:45  | 5 - 7   |
| 65 | Výtvarka pro mladší škol. děti (6-9let)                                  | ČT 16:00 - 17:00  | 6 - 9   |
| 66 | Výtvarka pro starší školní děti  | ST 15:30 - 17:15  | 10 - 14 |
| 67 | Akvarel pro dospělé 1. a 3. týden v měsíci                               | ČT 17:00 - 19:30  | 18 - 99 |
| 68 | Kresba, příprava na talentové zkoušky na umělecké školy - sudé týdny     | ST 17:45 - 20:00  | 12 - 20 |
| 69 | Kresba - příprava na talentové zkoušky i pro dospělé zájemce liché týdny | ST 17:45 - 20:00  | 12 - 20 |
| 70 | Grafika pro dospělé sudý týden   | ÚT 16:30 - 19:30  | 19 - 90 |
| 71 | Keramika pro děti ZŠ Na Výběžku  | ÚT 13:30 - 14:30  | 6 - 10  |
| 72 | Keramika pro děti ZŠ Na Výběžku  | ÚT 14:45 - 15:45  | 8 - 14  |
| 73 | Cínování pro dospělé - 1x za měsíc/neděle                                | NE 9:00 - 13:00   | 18 +    |
| 74 | Černé drátování - 1 x měsíčně  | PÁ 16:00 - 20:00  | 19 - 85 |
| 75 | Holčičiny I  | ST 16:00 - 17:30  | 8 - 14  |
| 76 | Minimateřinka I  | ST 8:30 - 12:00   | 3 - 6   |
| 77 | Minimateřinka II   | ČT 8:30 - 12:00   | 3 - 6   |
| 78 | Paličkování 1 x za měsíc   | SO 9:00 - 16:00   | 19 - 90 |
| 79 | Sklářské techniky - 2. čtvrtek v měsíci                                  | ČT 17:00 - 20:00  | 12 - 99 |
| 80 | Šéfkuchař aneb vaření pro život - 1 x za měsíc                           | SO 9:00 - 12:30   | 11 - 16 |
| 81 | Šití pro dospělé - liché týdny   | ÚT 17:45 - 20:15  | 18 - 99 |
| 82 | Šití pro dospělé - liché týdny   | PO 17:45 - 20:15  | 18 - 99 |
| 83 | Šití pro dospělé - sudé týdny  | ÚT 17:00 - 19:30  | 18 - 99 |
| 84 | Šití pro dospělé - liché týdny   | ČT 17:30 - 20:00  | 18 - 99 |
| 85 | Šití pro dospělé - sudé týdny  | ČT 17:30 - 20:00  | 18 - 99 |
| 86 | Švadlenka  | ČT 15:30 - 17:00  | 10 - 16 |
| 87 | Tiffany 1x za měsíc  | SO 9:00 - 15:30   | 18 - 90 |
| 88 | Tiffany lichý týden  | PÁ 16:00 - 19:00  | 19 - 90 |
| 89 | Tiffany sudé týdny   | PÁ 16:00 - 19:00  | 18 - 90 |
| 90 | Tradiční techniky lichý týden  | PO 17:00 - 20:00  | 18 - 90 |
| 91 | Tradiční techniky sudý týden   | PO 17:00 - 20:00  | 18 - 90 |
| 92 | Tvořilek I - společné tvoření dětí od 10 let s rodiči- 1 x za měsíc      | ÚT 16:30 - 18:45  | 10+     |

|     |   |                                       |         |
|-----|---|---------------------------------------|---------|
| 93  | Konverzace v angličtině                           | ÚT 15:45 - 16:45                      | 9 - 12  |
| 94  | Maminko, na kafíčko!                              | ST 8:30 - 11:30                       | 0 - 4   |
| 95  | Městský parlament - 1x za 14 dní                  | ST 15:00 - 17:00                      | 11 - 16 |
| 96  | Obratnost a gymnastika                            | PO 15:00 - 16:00                      | 6 - 12  |
| 97  | Šachy pro zač. a mírně pokročilé                  | PO 17:00 - 18:30                      | 8 - 12  |
| 98  | Šikovné ruce - tvoření ze dřeva                   | PÁ 13:30 - 15:00                      | 8 - 12  |
| 99  | Šikovné ruce - tvoření ze dřeva                   | ČT 13:00 - 14:00                      | 7 - 14  |
| 100 | Šikovné ruce - tvoření ze dřeva                   | ČT 14:15 - 15:45                      | 7 - 14  |
| 101 | Tiffany a cínování - sudý týden                   | PO 14:00 - 15:00                      | 7 - 13  |
| 102 | Tvoření, výtvarné techniky, ruční práce           | PO 13:30 - 15:00                      | 8 - 11  |
| 103 | V-klub  | PO - PÁ 12:00 - 16:00                 | 8 - 22  |
| 104 | Vaření lichý týden                                | ÚT 13:00 - 15:00                      | 6 - 12  |
| 105 | Vaření sudý týden                                 | ÚT 13:00 - 15:00                      | 6 - 12  |
| 106 | Vaření lichý týden                                | ST 13:00 - 15:00                      | 6 - 12  |
| 107 | Výroba šperků pokročilí lichý týden               | PO 13:00 - 14:00                      | 6 - 14  |
| 108 | Výroba šperků začátečníci - lichý týden           | PO 14:00 - 15:00                      | 6 - 14  |
| 109 | Airsoft   | ÚT 16:00 - 19:00                      | 11 - 19 |
| 110 | Americký step - Devil's dream                     | ÚT 18:30 - 21:00                      | 15 - 99 |
| 111 | Country tance - klub 1 x za měsíc (dospělí)       | SO 8:30 - 12:30                       | 18 - 99 |
| 112 | Flétničky pro nejmenší pokročilí                  | PO 15:50 - 16:50                      | 6 - 9   |
| 113 | Flétničky pro nejmenší začátečníci                | PO 14:45 - 15:45                      | 5 - 8   |
| 114 | Florbal II - elévové (roč.2013 a ml.)             | PO 17:00 - 18:00, ST<br>17:00 - 18:30 | 8 - 10  |
| 115 | Florbal III- ml.žáci (roč.2009 - 2011)            | ÚT 16:00 - 17:00, PÁ<br>15:00 - 16:00 | 11 - 13 |
| 116 | Florbal IV st. žáci a dorost (roč. 2005 - 2009)   | ÚT 17:00 - 18:00, PÁ<br>16:00 - 17:00 | 14 - 18 |
| 117 | Hudební přípravka                                 | ST 14:50 - 15:50                      | 3 - 5   |
| 118 | In line bruslení pro mírně pokročilé (8 - 14 let) | PÁ 15:30 - 16:30                      | 8 - 14  |
| 119 | In line bruslení pro začátečníky (8 - 13 let)     | ST 15:30 - 16:30                      | 8 - 13  |
| 120 | Klavír I  | ČT 15:00 - 16:00                      | 8 - 11  |
| 121 | Klavír II   | ČT 16:15 - 17:15                      | 9 - 14  |
| 122 | Kytary I - začátečníci (2. - 4. tř.)              | ÚT 15:00 - 16:00                      | 7 - 9   |
| 123 | Kytary II velmi mírně pokročilí (5. - 8. tř.)     | ÚT 16:15 - 17:15                      | 10 - 13 |
| 124 | Kytary III mírně pokročilí (5. - 9. tř.)          | ÚT 17:30 - 18:30                      | 10 - 14 |
| 125 | Kytary IV - začátečníci (2. - 4. tř.)             | ST 14:00 - 15:00                      | 7 - 9   |

|     |  |                                      |         |
|-----|--|--------------------------------------|---------|
| 126 | Kytary V velmi mírně pokročilí (5. - 8. tř.)                           | ST 15:15 - 16:15                     | 10 - 13 |
| 127 | Kytary VI mírně pokročilí (5. - 9. tř.)                                | ST 16:30 - 17:30                     | 10 - 14 |
| 128 | Loutkové divadlo Spojáček  | PO 16:00 - 17:30                     | 7 - 17  |
| 129 | Loutkové divadlo Spojáček (dospělí)                                    | PO 17:30 - 19:30                     | 18 - 99 |
| 130 | TO Kajmani   | ÚT 16:30 - 18:00                     | 9 - 15  |
| 131 | TO Lesní moudrost  | ČT 16:00 - 18:00                     | 6 - 15  |
| 132 | Turistáček pro nejmenší  | ÚT 15:30 - 17:00                     | 5 - 9   |
| 133 | Větrníček - taneční příprava   | ČT 16:30 - 17:30                     | 4 - 7   |
| 134 | Větrníček - taneční příprava I   | ČT 15:00 - 16:00                     | 4 - 7   |
| 135 | Větroň - Kristalky (13 - 25 let)                                       | PÁ 17:30 - 18:30                     | 13 - 25 |
| 136 | Větroň - moderní tance (7 - 18 let)                                    | ČT 17:30 - 19:00                     | 7 - 18  |
| 137 | Wings (dospělí)  | NE 14:30 - 17:30                     | 18 - 99 |
| 138 | Zpívánky   | ST 16:00 - 17:00                     | 5 - 8   |
| 139 | Balet a moderní tanec I (7 - 9 let)                                    | ÚT 16:10 - 17:10                     | 7 - 9   |
| 140 | Balet a moderní tanec II (9 - 12 let)                                  | ÚT 15:00 - 16:00                     | 9 - 12  |
| 141 | Cvičení rodičů s dětmi (děti 16 - 23 měsíců)                           | PÁ 11:00 - 12:00                     | 1 - 2   |
| 142 | Cvičení rodičů s dětmi (chodící 11 - 15 měsíců)                        | PÁ 9:00 - 10:00                      | 1 rok   |
| 143 | Cvičení rodičů s miminky (nechodící 6 - 12 m.)                         | PÁ 10:00 - 11:00                     | 0 - 1   |
| 144 | Dodgeball I (9 - 12 let)   | PO 16:00 - 17:00 PÁ<br>15:00 - 16:30 | 9 - 12  |
| 145 | Dodgeball II (13 - 15 let)   | PO 17:00 - 18:00 PÁ<br>15:00 - 16:30 | 13 - 15 |
| 146 | FIT Dance (děti od 13 let a dospělí)                                   | PÁ 16:45 - 17:45                     | 13 - 55 |
| 147 | Gymnastické hrátky a akrosport I (7 - 12 let)                          | ÚT 16:30 - 18:00                     | 7 - 12  |
| 148 | Gymnastika příprava (dívky 4 - 7 let)                                  | ČT 15:30 - 17:00                     | 4 - 7   |
| 149 | Gymnastika, tanec, hůlka aneb twirling zač. a mírně pokr. (7 - 12 let) | PO, ST<br>15:30 - 16:30              | 7 - 12  |
| 150 | Gymnastika, tanec, hůlka aneb twirlingová přípravy (5 - 7 let)         | PO, ST<br>15:30 - 16:30              | 5 - 7   |
| 151 | Hejblata - sportovní hrátky pro holky a kluky (děti 5 - 8 let)         | ČT 15:15 - 16:15                     | 5 - 8   |
| 152 | Jóga I (děti 8 - 11 let)   | PO 13:45 - 14:45                     | 8 - 11  |
| 153 | Jóga II (děti 11 - 15 let)   | PO 15:00 - 16:00                     | 11 - 15 |
| 154 | Jóga III (dospělí - začátečníci)                                       | ÚT 18:40 - 19:40                     | 15 - 60 |
| 155 | Jóga IV (dospělí - pokročilí)  | ÚT 17:30 - 18:30                     | 15 - 60 |
| 156 | Kruhový trénink I (páni a dámy 18 - 65 let)                            | ÚT 17:30 - 18:30                     | 18 - 65 |
| 157 | Leh.atletika I - přípr. (4 - 7 let)                                    | PO 16:15 - 17:15                     | 4 - 7   |

|     |   |                                       |         |
|-----|---|---------------------------------------|---------|
| 158 | Lehká atletika II - příprava (4 - 7 let)  | ÚT 16:15 - 17:15                      | 4 - 7   |
| 159 | Lehká atletika III (7 - 12 let)   | ČT 17:00 - 18:30                      | 7 - 12  |
| 160 | Lezectví I (9 - 15 let)   | ST 16:30 - 18:00                      | 9 - 15  |
| 161 | Lezectví II (9 - 15 let)  | ST 16:30 - 18:00                      | 9 - 15  |
| 162 | Lezectví III (9 - 15 let)   | ČT 16:30 - 18:00                      | 9 - 15  |
| 163 | Lezectví IV (9 - 15 let)  | ČT 16:30 - 18:00                      | 9 - 15  |
| 164 | Lezectví V (10 - 19 let)  | ÚT 18:00 - 19:30                      | 10 - 19 |
| 165 | Mámo, táto, cvičíme I (rodiče s dětmi 1,5 - 3 r.)                                       | ÚT 9:00 - 10:00                       | 1,5 - 3 |
| 166 | Mámo, táto, cvičíme II (rodiče s dětmi 2 - 4 r)   | PÁ 16:00 - 17:00                      | 2 - 4   |
| 167 | Míčové hry (děti 7 - 10 let)  | ÚT 15:30 - 16:30                      | 7 - 10  |
| 168 | Opičárny I - překážkové dráhy aj.hrátky (7 - 10 let)                                    | PO 13:45 - 14:45                      | 7 - 10  |
| 169 | Parkour - začátečníci (děti 8 - 12 let)   | ST 16:30 - 18:00                      | 8 - 12  |
| 170 | Posilko pro holky (12 - 18 let)   | ST 15:15 - 16:15                      | 12 - 18 |
| 171 | Posilko pro kluky (12 - 16 let)   | ST 17:45 - 18:45                      | 12 - 16 |
| 172 | Radioorientační běh I (9 - 17 let)  | PO 16:00 - 18:00, NE<br>17:30 - 19:00 | 9 - 17  |
| 173 | Ropeskipping a tancování se švihadlem (8 - 16 let)                                      | PÁ 15:00 - 16:30                      | 8 - 16  |
| 174 | Sebeobrana (děti 10 - 15 let)   | ST 15:45 - 17:15                      | 10 - 15 |
| 175 | Sporťáček pro cvalíky (cvičení pro děti 7 - 10 let s nadváhou a poradenství pro rodiče) | PO 15:00 - 16:00, 16:00<br>- 16:30    | 7 - 10  |
| 176 | Stolní tenis I (9 - 12 let)   | ST 17:30 - 18:30                      | 9 - 12  |
| 177 | Stolní tenis II (12 - 18 let)   | ST 18:30 - 19:30                      | 12 - 18 |
| 178 | Tabata (pro maminky i s dětmi 4 měsíce - 3 r.)  | ST 10:00 - 11:00                      | 18 - 45 |
| 179 | Taneční a pohybová příprava Vivinky I (4 - 7 let)                                       | ST 16:30 - 17:30                      | 4 - 7   |
| 180 | Taneční a pohybová příprava Vivinky II (4 - 7 let)                                      | ST 16:30 - 17:30                      | 4 - 7   |
| 181 | Taneční MIX I (8 - 15 let)  | PO 17:15 - 18:30,<br>PÁ 14:30 - 15:45 | 8 - 15  |
| 182 | Taneční MIX II (8 - 15 let)   | PO 17:15 - 18:30,<br>PÁ 15:00 - 16:30 | 8 - 15  |
| 183 | Taneční občasník pro dospělé - 1x za měsíc  | NE 9:00 - 11:00                       | 15 - 60 |
| 184 | Twirling - skupinové choreografie - pokročilí (7 - 18 let)                              | PO, ST<br>16:30 - 18:00               | 7 - 18  |
| 185 | Twirling - závodnice - týmy, sóla, dua, tria (7 - 18 let)                               | PO, ST<br>16:00 - 18:30               | 7 - 18  |
| 186 | Zdravá záda (10 - 15 let)   | PO 16:30 - 17:30                      | 10 - 15 |
| 187 | Zdravotní cvič.ženy I (dospělí)   | PO 17:45 - 18:45                      | 15 - 99 |
| 188 | Zdravotní cvič.ženy II (dospělí)  | ST 9:30 - 10:30                       | 15 - 80 |
| 189 | Zdravotní cvič.ženy III (dospělí)   | ČT 16:50 - 17:50                      | 15 - 99 |



|     |                           |                  |        |
|-----|---------------------------|------------------|--------|
| 190 | Zumba I (děti 9 - 15 let) | ČT 18:00 - 19:00 | 9 - 15 |
|-----|---------------------------|------------------|--------|