

PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR 2018		Číslo turnusu:	23
Název tábora:	Skok sem, skok tam... Rope skipping		
Termín:	13. - 17. 8. 2018	Zaměření tábora:	Sportovní
Hlavní vedoucí:	Lucie Šnaurová	Telefon hlavní vedoucí:	775 598 663
E- mail hl. vedoucí:	lsnaurova@svcoo.cz	Instruktor:	
Oddílová/ý vedoucí:		Instruktor:	
Oddílová/ý vedoucí:			
<p>Dítě/žák si sebou denně nosí: průkazku zdravotní pojišťovny, batůžek na záda, celodenní stravu a pitný režim, přezůvky do SVČ, dle programu tábora a počasí vhodné sportovní oblečení a obuv, popř. pláštěnku. Ostatní potřeby jsou uvedeny u jednotlivých dnů programu.</p>			
den/ čas	RÁMCOVÝ PROGRAM		
Zahájení:	Poučení žáků o vnitřním řádu SVČ, bezpečnosti, požární ochraně a rizicích.	dítě/žák si přinese s sebou	
pondělí 8.00 -16.00	Seznamovací hry, základní skoky se švihadly (jednotlivci). Odpolední hry se švihadly v komenského sadech (skákání přes dlouhé lano).		
úterý 8.00 -16.00	Jumping (trampolíny) - hodinová lekce v Aerobik studio Ostrava. Týmové skákání (dlouhé lano), skákání ve dvojicích. Relaxační dílna.	Ručník	
středa 8.00 -16.00	Bohumín (koupání v Aquaparku) tečka závěrem dne - návštěva cukrárny	Sladká	Plavky, ručník, hygienycké pomůcky, plavecké pomůcky.
čtvrtek 8.00 -16.00	Skákání jednotlivě, ve dvojicích i celá skupina - venku i v místnosti. Rychlostní soutěž o nejlepšího skokana :-)		
pátek 8.00 -16.00	Pohybové hry a soutěže. fotografii. rámeček s fotografií na památku"	Promítání Výtvarná dílna ,, Zhodnocení tábora.	
Poznámky, upřesnění:			