

PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR 2018		Číslo turnusu:	29
Název tábora:	<b>Plavu a sportuji rád</b>		
Termín:	27. - 31. 8. 2018	Zaměření tábora:	<b>Plavání a další aktivity</b>
Hlavní vedoucí:	Ing. Tomáš Kameník	Telefon hlavní vedoucí:	
E- mail hl. vedoucí:		Instruktor:	
Oddílová/ý vedoucí:	Bc. Kristýna Ščuková	Instruktor:	
Oddílová/ý vedoucí:			
<p><b>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.</b></p>			
den/ čas	<b>RÁMCOVÝ PROGRAM</b>		
Zahájení:	Poučení žáků o vnitřním řádu SVČ, bezpečnosti, požární ochraně a rizicích.	dítě/žák si přinese s sebou	
pondělí 8.00 -16.00	Dopoledne: Bazén SAREZA - Vodní svět, rozdělení do skupin, zdokonalování plavání, pro zájemce plavání s ABC, hry a soutěže. Odpoledne: Seznamovací hry v Komenského sadech, rozdělení do týmů, <u>týmové hry a soutěže</u>	Plavky, ručník, plavecké brýle, vlastní ABC (brýle, šnorchl, ploutve), hygienu. Dostatek jídla a pití, dle počasí vhodné oblečení, obuv, pokrývka hlavy, brýle, opalovací krém.	
úterý 8.00 -16.00	Dopoledne: Bazén SAREZA - Vodní svět, zdokonalování plavání a pro zájemce plavání s ABC, hry a soutěže. Odpoledne: Lezení, šplhání, rozvoj síly a dovedností na lezecké a boulderingové stěně v <u>Ostravě -Vítkovcích</u>	Plavky, ručník, plavecké brýle, vlastní ABC (brýle, šnorchl, ploutve), hygienu. Dostatek jídla a pití, dle počasí vhodné oblečení, obuv, pokrývka hlavy, brýle, opalovací krém.	
středa 8.00 - 16.00	Celodenní výlet po okolí hlučínské šterkovny, týmové hry a soutěže na hřišti v Jilešovicích.	Dostatek jídla a pití, dle počasí vhodné oblečení a obuv, pokrývka hlavy, brýle, opalovací krém.	
čtvrtek 8.00 -16.00	Dopoledne: Bazén SAREZA - Vodní svět, zdokonalování plavání a pro zájemce plavání s ABC, hry a soutěže. Odpoledne: Týmová soutěž v discgolfu na hřišti v Mariánských horách.	Plavky, ručník, plavecké brýle, vlastní ABC (brýle, šnorchl, ploutve), hygienu. Dostatek jídla a pití, dle počasí vhodné oblečení, obuv, pokrývka hlavy, brýle, opalovací krém.	
pátek 8.00 - 16.00	Dopoledne: Bazén SAREZA - Vodní svět, zdokonalování plavání a pro zájemce plavání s ABC, hry a soutěže. Odpoledne: Týmová soutěž v okolí Ostravskoslezského hradu. Vyhodnocení, diplomy a <u>odměny</u>	Plavky, ručník, plavecké brýle, vlastní ABC (brýle, šnorchl, ploutve), hygienu. Dostatek jídla a pití, dle počasí vhodné oblečení, obuv, pokrývka hlavy, brýle, opalovací krém.	
<p><b>Poznámky, upřesnění: Není zaměřeno na výuku plavání.</b></p>			