

### Děčínský zimní sportovní kurz – 23.1.- 27.1. 2017

SK s denní docházkou, pětidenní, pro nejedoucí žáky na LVVZ, druhý ročník, cena asi 300,-- Kč.

Sportovní zimní kurz je povinnou součástí osnov tělesné výchovy ve 2. ročníku a klasifikace TEV, je školní akcí a probíhá dle školního řádu, pokynů instruktorů a konkrétních pravidel příslušného kurzu.

Dle sněhových podmínek bude ZSK probíhat: kombinace – běžecké lyže, bruslení, pěší turistika, plavecký výcvik a odborné přednášky. V případě vhodných sněhových podmínek bude kurz zaměřen na příslušné přednášky, výcvik na běžeckých lyžích v okolí Děčína (Sněžník, Maxičky –běžecké stopy) a bruslařské dovednosti. Běžecké lyže – škola, doprava autobusem. Brusle – půjčovna SKI Bartoň za smluvní cenu, zimní stadion Děčín. Turistika dle počasí výběr terénu – Sokolí vrch, Popovičák a Krásný Studenec, Chmelák, Stoličný vrch, zimní hry a stavění sněhových fantazií na Mariánské louce. Plavání v plaveckém areálu Děčín. Přednášky VOŠ a SPŠ ,učebna s PC.

Vedoucí ZSK: Mgr. Jana Roudnická

**Zahájení kurzu** – v pondělí 23. 1. 2017 VOŠ a SPŠ, středisko ČSA, vstupní schodiště do budovy v 8:00hod.

Třídy – 2A, S2, E2A, E2B

**Rozpis sportovního kurzu:** 23.1. – 27.1.2017, **denní časový rozpis ZSK:** 8,00 h. – 13,00h.

#### **Po 23.1. 2017**

sraz v 8:00hod., VOŠ a SPŠ ČSA, vstupní schodiště do budovy, proškolení o bezpečnosti na ZSK, přednáška České hory, bezpečné chování na horách, chování na sjezdovkách, běžeckých tratích. Bruslení, hry- Mariánská louka, místopis, dle počasí a sněhových podmínek info na 24.1.2017 běžecké lyžování/ turistika, ukončení.

**Út. 24. 1. 2017** – sraz v 8:00 h. VOŠ a SPŠ ČSA, přednáška první pomoc. Bruslení/lyžování, plavání. Info dle počasí a sněhových podmínek na 26.1.

**St. 25. 1. 2017** - sraz v 8,00 h. VOŠ a SPŠ ČSA, odchod, Kamenická ulice, od domova důchodců po zelené TZ na rozhlednu Sokolí vrch. Na rozhledně Sokolí vrch proběhne soutěž Fantazie sněhových staveb. Místopis, občerstvení, po zelené zpět do Děčína, u VOŠ a SPŠ Čs. armády ukončení, asi 8km. Info dle počasí a sněhových podmínek na 26.1.

**Čt. 26.1.2017** - - sraz v 8:00 h. VOŠ a SPŠ Letná, Popovičský vrch, Václavice, Krásný Studenec, Děčín - Želenice, místopis, info dle sněhových podmínek na 27.1.2017, ukončení .

**Pá 27.1.2017** - sraz v 8:00hod., VOŠ a SPŠ ČSA, vstupní schodiště do budovy, bruslení, turistika Stoličný vrch, společný oběd, zhodnocení a ukončení kurzu.

**Žáci ZTV** musí mít pro účast na sportovním kurzu písemný souhlas lékaře s aktivní účastí na SK, který odevzdají před odchodem na SK vedoucímu kurzu.

Žáci uvolňují z TEV a žáci, kterým lékař nepovolil SK zůstávají v době konání SK ve škole.

#### **Poznámky:**

s sebou – kartičku pojištění, vhodné zimní a sportovní oblečení (čepice, rukavice) a pevné boty dle programu SK, peníze na jízdné a vstup, svačina, pití, psací potřeby, osobní lékárníčku, osobní doklady.

**Prohlášení:** Ve dnech 23.1. – 27. 1. 2017 se zúčastním zimního SK. SK je akcí školy a probíhá dle platného školního řádu a pokynů pedagogů.

1. Jelikož se jedná o školní akci je přísně zakázáno kouření a požívání jakýchkoliv alkoholických nápojů a návykových látek.
2. Žáci dbají pokynů pedagogů, není dovoleno vzdalovat se bez dovolení pedagogů, jsou zakázány jakékoliv činnosti a manipulace, které ohrožují majetek, zdraví žáků i pedagogů.
3. Všechny zdravotní problémy je nutno ihned nahlásit pedagogům.
4. Žáci dodržují bezpečné chování na sportovištích, při turistických, běžeckých a kurzovních aktivitách dle pokynů pedagogů a dle platného školního řádu. Jsou poučeni o zásadách bezpečnosti silničního provozu (zákon č.361/2000sb. o provozu na pozemních komunikacích)
4. Mám zodpovědnost za své osobní věci, jsem poučen o bezpečnosti na sportovním kurzu
5. Jsem si vědom, že za porušení pokynů a režimu sportovního kurzu, které může poškodit zdraví druhých, mé nebo poškodit zájmy školy budu potrestán dle platného školního řádu.

Třída, jméno a příjmení:

v Děčíně den .....

Podpis: