

Adaptační kurz 2024



Termín 11. 9. – 13. 9. 2024

Lokalita **RS Drak Křižanov** – centrum outdoorových programů

Středisko DRAK Křižanov je vybaveno především pro dětskou rekreaci s programem, nabízí ubytování v chatkách nebo v budově, sociální zázemí, vydatnou stravu a pitný režim, a v neposlední řadě kvalifikovaný prožitkový program s prvky zážitkové pedagogiky, adrenalinu a dobrodružství či např. tvořivosti. Z největších a osvědčených „taháků“ jsou např. lanový park s nízkými i vysokými lanovými aktivitami, paintball, aquazorbing nebo sportovní lukostřelba. Více informací lze získat na:

www.cop.cz

www.facebook.com/www.cop.cz

Třída tercie
Vedoucí kurzu Mgr. Leona Stejskalová
Instruktoři lektorský tým COP
Doprava účastníků smluvní dopravní společnost (ICOM)

Instrukce o bezpečnosti a pravidlech chování (viz příloha) na adaptačním kurzu podány přímo v místě konání.

Kalkulace

Ubytování a strava: BUDOVA RS Drak Křižanov 1 330 Kč / osoba (2 x plná penze + oběd poslední den navíc – 95 Kč)

- budova, dvou a tří lůžkové pokoje, lůžkoviny (celkem 26 lůžek + 6 možných přistýlek), sociální zařízení na patře společné, pro komfort doporučujeme vlastní spací pytel

Stravování: plná penze, pestrá snídaně formou švédských stolů, pitný režim 3x denně (v průběhu dne mohou studenti neomezeně pít čaj nebo vodu se šťávou, po skončení programu až do pozdních hodin je pro „jedlíky“ v jídelně ponecháno pečivo, máslo a další)

Adaptační kurz – cena programu – **1090 Kč / osoba** (první den od 13,30 – 21 hodin, druhý den od 9 - 21 hodin, poslední den 9 - 11,30 hodin)

Doprava – kalkulace proběhne **zpětně** cca v průběhu měsíce září (cca **450 Kč /osobu**)

Odjezd: od GyPa – středa 11. 9. v 11:00 (zadní vchod), **po 3 vyučovacích hodinách**

Příjezd: ke GyPa - středa 13. 9. cca v 13:30 (zadní vchod)

Náklady za kurz bez dopravy – 2 420 Kč

Bankovní spojení: Komerční banka 107-9246890227/0100 (nejpozději do pátku 6. 9. 2024)

Doporučujeme kapesné na drobné výdaje, v areálu je bufet

Program

Středa 11. 9.

Ubytování.

Icebreakers, ledolamky aneb seznamky, úvodní a zahřívací hry

Odstranění ostychu, obav z neznámého, psychických bariér, seznámení se, naladění účastníků na další program...

Dynamics, solving aneb týmovky

Řešení zadání ve skupině, zajímavé materiály, zábava, ...

Večer volná zábava (s určitými omezeními a pravidly).

Čtvrtek 12. 9.

Strategické, dobrodružné a orientační pohybové hry, painball

Týmová spolupráce, adrenalin, dobrodružství, komunikace, vytváření pocitu sounáležitosti, společné vítězství...

Večerní program

Zábava, převleky, zážitek, tanec, sblížení účastníků programu.

Pátek 13. 9.

Pocitovky, relaxace

Uvolnění a relaxace, nová dovednost, cesta ke zklidnění účastníků, nově vytvářené kamarádské vztahy mezi účastníky...

Lanové aktivity. *Adrenalin, výzva, překonávání sebe sama, komunikace v zátěži, týmová spolupráce, zážitek...*

Zakončení kurzu, odjezd ze střediska - cca ve 13:00

Cíle:

- Nastartování rozvoje pozitivních sociálních vazeb
- Napomoci vytvořit zdravé a tvůrčí prostředí v nově vytvářené třídě
- Rozvoj sociálních a komunikačních dovedností
- Prevence psychopatologických jevů ve třídě
- Usnadnit přechod studentům do nového prostředí a pomoci s adaptací v novém kolektivu

Pravidla chování na kurzu

- **Na adaptační kurz se vztahují všechna pravidla školního řádu.**
- **Důrazný zákaz přechovávání a požívání návykových látek – v případě porušení, okamžité vyloučení z kurzu, oznámení rodičům a vedení školy (rodiče zajistí odjezd studenta z kurzu na vlastní náklady).**
- **Zákaz samovolného opouštění ubytovacích lokalit.**
- **Dodržování bezpečnosti chování na adaptačním kurzu.**
- **Dbát zvýšené opatrnosti po celý čas adaptačního kurzu.**
- **Dbát pokynů všech instruktorů kurzu.**
- **Na program není účastníkům doporučeno nosit cenné předměty a vybavení (prstýnky, MP3 přehrávače, mobilní telefony,...), COP nenese zodpovědnost za případné ztráty.**

Veškerá pravidla vycházejí z metodického pokynu k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví dětí, žáků a studentů ve školách, který vydalo MŠMT ČR pod č.j. 37 014/2005-25, důležité jsou články 16 a 17, 16 – Sportovně turistické kurzy, 17 – Koupání

Souhlas rodičů (studenti odevzdají do 10. 9. 2024)

Souhlasím s tím, že můj syn (dcera)

narozený(á) absolvuje adaptační kurz realizovaný v termínu **11. – 13. 9. 2024**
ve středisku DRAK Křižanov.

Zároveň beru na vědomí, že zodpovědnost za bezpečnost a chování účastníků kurzu nebo pobytového programu nese společnost CENTRUM OUTDOOROVÝCH PROGRAMŮ pouze v průběhu fyzicky realizovaného programu (programových bloků). V době mimo program (přestávky na stravu, noční klid,...) a při dopravě do střediska a zpět nese zodpovědnost za účastníky pedagogický dozor Gymnázia Pacov. Souhlasím také s pravidly chování na kurzu (viz výše).

Prohlašuji, že můj syn (moje dcera) je zdravotně způsobilý (á) zúčastnit se tohoto adaptačního kurzu (případná zdravotní či stravovací omezení je nutné konzultovat přímo s poskytovatelem těchto služeb na e-mailu objednavky@rekreacnistrediska.cz nebo na tel.: 777 991 225, popř. na 602 710 323).

Kontakt na zákonného zástupce dítěte (telefon, e-mail):

Zdravotní či stravovací omezení:

V _____ dne _____

Kontaktní telefon: _____ Podpis zákonného zástupce: _____

Seznam doporučení věcí pro účastníky AK

- sportovní oděv, nepromokavá bunda v případě nepříznivého počasí (samozřejmě oblečení na 3 dny)
- pevnou (nejlépe nepromokavou obuv)
- minimálně 1 sportovní boty na přezutí, přezůvky do chatky
- spacák (slabé deky, prostěradla, polštáře zde jsou, nevíme, jak bude – přímotopy zajištěny)
- funkční svítilnu (sprchy jsou mimo chatky v areálu střediska)
- kartičku pojišťovny, léky
- potřeby na psaní
- hygienické potřeby, ručník

Pozn.: za odcizení cenností organizátoři kurzu neručí, mobil není zakázán, je dobré být v kontaktu s rodiči

- Fotit budou učitelé + lektoři (CD se snímky zašlou na školu)
- Hudební nástroje (kytary,...) vítány!
- Pokud bude zájem o diskotéku, je nutné mít vlastní aparát (notebook, přehrávač, reproduktory atp.)

Kontakty na členy pedagogického doprovodu:

Mgr. Leona Stejskalová – 777 877 675, leona.polednik@seznam.cz,

Mgr. Veronika Holíková - 732 199 799, verunkaholikova@seznam.cz,

SEZNAM ÚČASTNÍKŮ ADAPTAČNÍHO KURZU:

Tercie 2024 / 2025

třídní učitelka Mgr. Veronika Holíková

Pedagogický doprovod: Leona Stejskalová, Veronika Holíková