

GYMNÁZIUM A SOŠ, ROKYCANY
MLÁDEŽNÍKŮ 1115,
337 01 ROKYCANY

telefon, fax 371 725 363

www: gastos-ro.cz

IČO : 48 38 02 96

d_rancova@gastos-ro.cz



Vážení rodiče a žáci,

3.9. až 5.9. proběhne třídní adaptační kurz žáků 1. L a 1. I Gymnázia a SOŠ Rokycany.

Cílem kurzu je zrychlení tvorby fungujícího třídního kolektivu, navázání přátelských vztahů mezi žáky a neformální spolupráce mezi žáky, třídním učitelem a rodiči.

Na organizaci a vedení všech činností se budou podílet třídní učitelé Mgr. Hana Kopová a Mgr. Marie Mrvíková ve spolupráci s organizátory kurzů

Mgr. Vladimírem Valachem (biologie – tělesná výchova),

Mgr. Věrou Čikovou (pedagogicko-psychologická poradna),

a dalšími spolupracovníky z řad PPP Rokycany nebo Diakonie.

Počítáme s účastí všech studentů 1. ročníků.

Ubytování v chatkách a celodenní stravování je zajištěno v autokempu Veselý Habr u Volduch (ve směru od Volduch 2. kemp **vpravo** – odbočka do lesa, viz 49°47'27.00"N 13°39'0.00"E nebo viz <http://www.veselyhabr.cz/kontakt.php>).

Dopravu si zajistí žáci. Cena kurzu dosáhne 1000,- Kč – žáci předají částku třídním učitelům při příjezdu do kempu.

Orientační program kurzu:

1. den

nejpozději do 10:00 příjezd, ubytování (TU – kontakt s rodiči), **BLOK Ia**: kempink/blízké okolí – základní seznamovací činnosti (hry na jména...)

12:00 oběd, osobní volno

13:30 – 15:00 **BLOK Ib**: kempink/blízké okolí - činnost orientovaná na vytvoření pocitu důvěry – pád, ulička důvěry...

1.L

15:30 – 17:30 **BLOK II**: nízké lanové překážky

18:00 – večeře, osobní volno

1.I

15:30 – 17:15 **BLOK III**: kempink/blízké okolí - hra orientovaná na vzájemnou spolupráci v týmu, schopnost konstruktivně řešit zadaný problém + malování triček

17:30 – večeře, osobní volno

19:00 - tvorba 5 herních týmů a příprava materiálu na 2. den (vlaječky, hřiště - jamky, diplomy, hůl...) - lesní golf

volitelně 20:00 - 22:00 příprava dřeva, oheň, zpěv, kytara...

2. den

7:30 – snídaně

8:00 – **BLOK IV**: odchod do polesí Radeč – Černá skála u obce Sklená Huť (4 km)

10:00 – 12:00 – slaňování, ferata, slackline, frisbee ...

12:00 – odchod do Habru

13:30 až 14:30 – oběd dle návratu

1.L + 1.I – SPOLEČNÝ HERNÍ BLOK V

15:30 – 17:00 – lesní golf, po 17:00 další aktivity podle výběru třídy (fotbal, volejbal...)

18:00 a 18:30 večeře, osobní volno

19:30 – 22:00 příprava dřeva, oheň, zpěv, kytara...

3. den

8:00 snídaně

1.L

9:00 – 11:15 **BLOK III:** kempink/blízké okolí - hra orientovaná na vzájemnou spolupráci v týmu, schopnost konstruktivně řešit zadaný problém + malování triček

11:30 - oběd, osobní volno

1.I

9:00 – 11:45 **BLOK II:** nízké lanové překážky

12:00 - oběd, úklid chatek

Odjezd bude bez výjimek povolen až po splnění všech povinností (úklid materiálu, společný úklid chatky a jejího okolí atp.)

Pořadí jednotlivých bloků se může z organizačních důvodů měnit. Organizátoři si vyhrazují možnost změny programu zejména v době nepříznivého počasí.

Pokud víte, že se žák z vážných důvodů nebude moci zúčastnit, oznamte tuto skutečnost co nejdříve V. Valachovi na mobil 777 334 768 a třídnímu učitelí (mail: prijmeni. (Je nutné včas nahlásit počet účastníků ubytovateli.) V případě řešitelných problémů (bezlepková dieta, alergie atp.) vám bude navrženo náhradní řešení tak, aby se žák mohl účastnit alespoň části programu a seznámil se tak se spolužáky i třídním učitelem v jiném než školním prostředí.

S pozdravem

Ing. D. Rancová (ředitelka GaSOS)

Mgr. V. Valach (organizátor kurzů)

Pokyny pro účastníky adaptačních kurzů 1. ročníků

Co vzít s sebou:

- 1. pohodovou náladu**
- 2. osobní doklady: občanský průkaz, průkaz pojištěnce zdravotní pojišťovny**
- 3. léky,** které trvale užíváš nebo které řeší tvé časté zdravotní problémy (antialergika...)
- 4. peníze na úhradu kurzu** + pro vlastní potřeby
- 5. sportovní oblečení a obuv**
 - o na půldenní **pěší výlet**
 - o na venkovní sportovní hry a **lezení po lanových překážkách a případně po skále** - doporučuji dlouhé nohavice i rukávy,
 - o **pláštěnku** (objednal jsem super počasí, ale někdy to nefunguje)
 - o jakékoli **bílé triko** (i staré, záplatované, ale čisté) na pomalování a fix na textil,
 - o **šátek na oči,**
 - o určitě dvojce boty,
 - o v případě, že bude zima a mokro je potřeba nechat boty vyschnout, pak doporučuji i vysoušeče na obuv, které se používají na lyžařskou obuv, případně do chatky jedna malá elektrická kamínka / horkovzdušný ventilátor
- 6. baterku** (kdyby v kempu došla elektřina), **další věci, které považuješ za nutné k přežití v kempu na 3 dny (plavky – v kempu je rybník, náhradní oblečení, ručník, mýdlo, kartáček na zuby, pití...rukavice, kulicha a šálu)**
- 7. 2 až 3 minerálky,** k jídlu je vždy i nápoj, doporučuji ale pít i během společných aktivit, v restauraci jsou minerálky drahé,
- 8. hudební nástroj, na který jde hrát u ohně (kytara, zobcová flétna, mandolína, triangel, bonga.....) a žlutý zpěvník Já písnička (nebo žlutý plus jakákoli jiná barva).**

V chatkách jsou prošívané deky, pro zimomřivce doporučuji navíc spacák.