

## 2.B – Plavecký výcvik Barrandov

### Základní informace:

- **Na plavání budeme jezdit vždy ve středu. První lekce plavání proběhne 4.12.2024**  
Kurz zahrnuje 10 dvouhodinových lekcí. Protože je plavecký výcvik povinný, je pro děti kurzovné i doprava zdarma. Pokud se žák/žákyně nebude moci plaveckého kurzu zúčastnit, je potřeba tuto skutečnost doložit potvrzením od lékaře s uvedením důvodu neúčasti. V případě neúčasti na lekci plavání z důvodu nemoci omlouvá nepřítomnost dítěte rodič (Škola Online).
- **Sraz budeme mít v 7:45 hod v šatně, tam děti počkají.**
- **Odjíždět budeme autobusem od školy v 8:00 hod. Plavání máme od 9:15 hod do 10:45 hod.**
- **Předpokládaný návrat z plavání je kolem 12:00 hod ke škole. První lekce ukáže, jak přesun zvládneme.**
- **Kurz: 4. 12. 2024 – 5. 3. 2025**
- **Neplaveme v tyto dny: 12. 2. a 26. 2. 2025**
  
- **Pro kurz je nutné odevzdat lékařské potvrzení zdravotní způsobilosti dítěte – stačí kopie, originál Vám vrátím, platí myslím dva roky.**

### Na plavání budou děti potřebovat **v dostatečně velkém batohu** (aby si děti vše zvládly zabalit i po plavání samy):

- plavky – mýdlo – velká osuška – ručník (náhradní) – hřeben – vhodnou obuv do sprchy
- koupací čepice (dle vašeho uvážení, ale po holčičky s dlouhými vlasy ji doporučujeme, stejně jako dlouhé vlasy svázané gumičkou)  
**Všechny věci by měly mít děti v igelitové tašce (podepsané). Na mokré plavky můžete přidat ještě igelitový sáček. (Tato igelitová taška by se měla dětem vejít do batohu.)**
  
- **Teplé oblečení na cestu a URČITĚ čepici.**
- **Velkou svačinu a pití na celé dopoledne (děti svačí před plaváním a po plavání).**
- **Klíček od šatní skříňky + čip na oběd.**

### Doporučení pro hladký průběh plavání:

- **Naučte prosím děti si po umytí vlasů vysušit co nejvíce hlavu ručníkem.**
- **Pokud se dítě ze zdravotních důvodů nebude moci lekce zúčastnit, mělo by zůstat doma a nechodit do školy. (Organizačně je celkem náročné v takovém případě zajistit dítěti práci a místo v jiné třídě. Děkujeme!)**
- **Nedávejte dětem v žádném případě s sebou na plavání cenné věci (hodinky, řetízky, ...)**

### Změna rozvrhu:

- **Upřesním, jakmile to bude aktuální. Tělocvik po skončení plaveckého kurzu budu zařazovat zejména při učení venku, středeční hodiny TV využijeme k nahrazení hodin odpadlých kvůli dopravě na plavání. Uvidíme, jak moc budeme ve skluzu, myslím, že ale během března bychom vše mohli dohnat.**