

# Adaptační kurz – Zbraslavice

Nabídka spolupráce a kalkulace pro:

**Gymnázium Karla Sladkovského**

Sladkovského náměstí č. 8/900

130 00 Praha 3



## PROGRAM

**Náš adaptační kurz strávíme ve Sportovním a rekreačním areálu „U Starého rybníka“ ve Zbraslavicích. Areál je ideálně uzpůsoben pro naše potřeby. Nabízí fotbalová, volejbalová i basketbalová hřiště, dvě tělocvičny i velkou travnatou plochu na hry.**

Více na: [www.zbraslavice.eu](http://www.zbraslavice.eu)

**1. den:** přesun autobusem do místa pobytu, aktivity na „rychlý start“ – uvedení do stylu a smyslu kurzu, následně ubytování, organizační blok a pravidla kurzu. Poté si procvičíme jména tak, aby se znali již naprosto všichni, a zaměříme se na techniky, které povedou k hlubšímu poznání spolužáků. Postupně budeme přecházet na aktivity vyžadující překročení hranice sebe sama, vnímání druhých, jejich názorů a potřeb a vzájemnou komunikaci. Večer společně posedíme u ohně.

**2. den:** dopoledne se pod vedením zkušených instruktorů budeme pohybovat na nízkých lanových překážkách. Odpoledne věnujeme řešení problémových a psychosociálních her, které jsou zaměřené na podporu komunikace a kooperace skupiny, rozvoj schopnosti vnímání druhých a respektování jedinečnosti každého z nás. Večer další poznávání sebe i svých spolužáků.

**3. den:** vyvrcholením skupinové spolupráce bude aktivita, při které bude potřeba postavit pevný vor a také na něm umět plout. Aktivita je zaměřena na skupinovou spolupráci a přesné plnění úkolu v rámci zadání. V samotném závěru dne pak vytvoříme společnou kresbu a zreflektujeme celou akci.

**4. den:** bude v režii pedagogů školy.



**CENA: 2 800 Kč** (min. 45 platících - 2 třídy, 4x pedagog zdarma, 3x instruktor)

### CENA ZAHRNUJE:

- ✓ dopravu autobusem na místo a zpět,
- ✓ ubytování na 4–6lůžkových pokojích, WC a sprcha společná vždy pro dva pokoje,
- ✓ stravování formou plné penze (snídaně, svačina, oběd, svačina, večeře, pitný režim po celý den),
- ✓ služby organizátora a instruktorů po celou dobu kurzu,
- ✓ materiální zajištění všech bodů uvedených v programu,
- ✓ pronájem sportovišť,
- ✓ zapůjčení sportovního vybavení,
- ✓ pojištění klientů u společnosti Generali (úrazové pojištění, pojištění stornopoplatků a pojištění za způsobenou škodu),
- ✓ pojištění CK proti úpadku dle zákona č. 159/1999 Sb.

### CENA NEZAHRNUJE:

- ✗ zdravotník a noční dozor,
- ✗ osobní útraty studentů.

