

# Školní preventivní projekt

## "Aktivně (nejen) na Lipně"

Připravili jsme pro naše žáky 6.-9.ročníku **dvoudenní školní projekt**, jehož cílem je prevence negativních jevů, obezity a civilizačních chorob + propagace zdravého životního stylu a aktivního využívání volného času. Součástí programu bude široká nabídka pohybových aktivit, adrenalinových zážitků a tradičních i netradičních sportů. Účast v projektu samozřejmě předpokládá aktivní zapojení účastníků do všech uvedených aktivit. Žádné dítě však nebude nuceno, aby dělalo něco, čeho se nebude chtít zúčastnit.



První část programu proběhne v **Lipně n.Vltavou** a okolí; poté se vrátíme do Chraštic a přespíme ve škole, kde proběhne druhá část programu (v úterý večer a ve středu dopoledne). Projekt bude ukončen obědem ve školní jídelně ve středu 12.9.2012. Vzhledem k získání dotace a využití slev je celková cena pro každé dítě výrazně nižší, než by byla za standardních podmínek.

### 1. DEN - úterý 11.9.2012

Odjezd od školy v 6.30 h. autobusem **Triotour** (věci na spaní a náhradní oblečení si necháme ve třídě).

**Program:** **A. Cyklovýlet** po cyklostezkách v okolí přehrady, přeprava přívozem u Frymburku;  
**B. Lanový park** v Lipně n.Vltavou, nízké i vysoké lanové aktivity, **bobová dráha**;  
**C. Stezka korunami stromů** + tobogán, pěší výlet+**lanovka**, DiscGolf ve **Frisbee Parku**;  
(děti budou rozděleny do 3 skupin, které se postupně vystřídají ve všech těchto aktivitách ABC)  
**D. Sprcha, koupel a relaxace** v **Aquaworldu Lipno**.





Poté návrat autobusem do Chraštic, večerní program s překvapením a spaní ve škole.

**Stravování:** vlastní (jídlo a pití s sebou nebo nákup občerstvení na místě)

**S sebou:** batůžek na záda, sportovní oblečení a obuv, náhradní oblečení (tričko,...), plavky a ručník, pláštěnka nebo nepromokavá bunda, přilba na kolo (kdo má, jinak lze půjčit spolu s kolem na místě).

**Cena:** 300,- Kč (zahrnuje všechny náklady, půjčovné, vstupy, dopravu atp. kromě stravování)

**Kapesné:** jen pro vlastní útratu či případné dokoupení další jízdy na bobové dráze, tobogánu atp.



## 2.DEN - středa 12.9.2012

**Stravování:** Ráno společná snídaně ve školní jídelně, svačina vlastní, oběd v ŠJ.

**Program:** Dopoledne zaměřené na sport a prevenci. Osvěta, krátký film, přednáška na související téma, vědomostní test či praktické ověření znalostí této problematiky. Sportovní a outdoorové aktivity. Sporty dle výběru z naší nabídky + jeden nový sport. Relaxace.

Věříme, že vás naše nabídka zaujala a zúčastní se všichni naši žáci a žákyně II.stupně.

S případnými dotazy se obraťte na TU nebo ředitele školy (318 695 382, 723 243 724).

*Mgr.Karel Derfl, ředitel školy*