

Mimoškolní kroužky

KARATE

Oddíl karate organizačně patří pod Sokol Dejvice I. Cvičení je určeno pro kluky i holky od 1. do 9. třídy. Podle vyspělosti se dělíme do dvou skupin. Začátečníci i pokročilí cvičí ve stejných časech pod vedením dvou trenérů.

Věnujeme se výuce karate školy Shotokan a to jak sportovním disciplínám (sestavy – kata, volný boj – kumite), tak i aplikaci karate v sebeobraných situacích.

Dvakrát ročně pořádáme zkoušky na stupně technické vyspělosti (páskování), kde naši svěřenci získávají technické stupně, které se rozlišují barvou pásku od nejnižší bílé až po mistrovský černý pás. Každoročně na přelomu července a srpna pořádáme čtrnáctidenní soustředění, kde se kromě zdokonalování karate věnujeme i teoretické přípravě a doplňkovým sportům (plavání, jízda na kole, cvičení se zbraněmi).

Cvičíme dvakrát týdně od 5. 9. 2022:

V pondělí 17:00 – 18:30 (horní tělocvična)

Ve středu 16:30 – 18:00 (dolní tělocvična)

Přihlášky a informace přímo na tréninku nebo na tel. 728 677 472 (Miroslav Budín), mail mirek.budin@gmail.com.

Internetové stránky oddílu: <http://spektra.wz.cz>

Facebook: <https://www.facebook.com/karateSpektra>

Cena: 1000,- Kč za pololetí.

Kroužek Bricks 4 Kidz® (Lego® kroužek)

- čtvrtek 15:30 -16:20 - ve škole v učebně

Bricks 4 Kidz® je koncept vzdělávání formou hry pro děti ve věku od 6 do 11 let. Děti staví z kostiček LEGO® modely (většinou mechanizované) speciálně vymyšlené architektky a inženýry a přitom se dozvídají nové věci. Odpolední kroužek bude probíhat od října (6.10.) do května 2023, 1x týdně, vždy od 15.30 do 16.20 h.

Cena kroužku pro období od 6. října 2022 do 25. ledna 2023 je 2100 Kč. Přihlašování do kroužku je možné přímo na webových stránkách

<https://b4kpraha6.auksys.com/master/kurzyverejne.php>. Na kroužek je možné čerpat příspěvek ve výši 600 Kč z projektu Aktivní město.

Během kroužku děti staví modely podle tematických okruhů například: vynálezy, stroje, stavby, zvířata, přírodní síly, dopravní prostředky, fyzikální zákony, poznávání vesmíru a dozvídají nové poznatky z oblasti: vědy, techniky, strojírenství a matematiky (STEM koncept). Tyto poznatky děti snadno použijí později i třeba ve škole.

Děti pracují ve dvojicích a rozvíjejí tak své komunikační schopnosti a učí se vzájemné spolupráci. Koncept Bricks 4 Kidz® se řídí heslem: učíme se, stavíme a hrajeme si s kostičkami LEGO®, podněcuje zájem o nové věci, přírodní a technické vědy formou hry.



- Celosvětový fenomén sběratelské karetní hry, který je starý více než 25 let (<https://www.pokemon.com/us/pokemon-tcg/>).

- Jde o uznávaný koncept karetní hry, určené spíše dětem (na rozdíl například od karetní hry Magic, která je orientována na dospělé hráče). Nicméně i dospělých hráčů jsou po celém světě miliony.
- Kroužek dětem postupně vysvětluje **pravidla** karetní hry.
- Učí děti **komplexnímu významu karet** (obecné zákonitosti, že Pokémon má určitý počet životů, má silné a slabé stránky, že může provádět určité útoky...).
- Děti se během kroužků učí **anglický jazyk**. Pokémonní karty jsou v angličtině, takže na každou hodinu je připraven seznam několika slovíček či frází (flip a coin = hod' mincí, draw a card = lízni si kartu, shuffle your deck = zamíchej svůj balíček...). Tyto fráze a slovíčka děti ihned aplikují při hře samotné, takže se naučené fráze okamžitě využívají a vstřebávají do paměti.
- Děti během hry procvičují **základní početní operace** (sčítání, odčítání, násobení, dělení) při dopočítávání životů svých Pokémonů.
- Na kroužku děti též **procvičují čtení** (čtou se významy karet, pravidla na připravených materiálech...).
- Děti si během kroužků osvojují taktické manévry, procvičují **logické uvažování** a učí se různým herním **strategiím**. Během kroužků procvičí strategické myšlení a zejména **samostatné rozhodování**. Karetní hra je k tomu bude automaticky navádět, aby dosáhly lepšího výsledku a porazily tak svého protihráče.
- Naučí se principům **fair play**.
- Na konci kroužku by děti měly být schopny samostatně **sestavit** funkční hrací **balíček**, znát **pravidla TCG, přeložit** si zhruba **80% všech významů** na kartách, mít povědomí o významu karet a úspěšně sehrát karetní partii.
- Možná účast na doprovodných akcích jako jsou **turnaje**, či Pokémon liga
- Výukový koncept je podpořen **E-learningem**, který je možný pro děti z kroužku zakoupit s 50% slevou.
- Počet dětí v kroužku: min 6, max 16
- Věkové rozmezí: 6-12 let
- Délka kroužku: 60 minut
- Výstupní list s probranými slovíčky a frázemi, významovými pojmy a probranými pravidly po každé hodině
- Kroužek probíhá v rámci školních prostor
- Cena kroužku 1800 Korun na pololetí
- Mít vlastní karty Pokémon **není podmínkou**
- Sběratelské ceny a karty
- Přihlašování přes vlastní web na www.pokekrouzek.cz

Latinsko – americké a standardní tance

Kontakt: [ZŠ Bílá | Tanec \(topdanceprague.cz\)](http://ZŠ_Bílá_Tanec_topdanceprague.cz)
organizace@ivalangerova.cz, tel. 778 700 756
 úterý od 17:00 – 19:00

Latinsko-americké a standardní tance tančené v sólo formě tak, abychom každý vnímali svou vlastní rovnováhu.

Tance, které se učíme: brazilská samba, kubánská čača, americký jive, kubánská rumba (pokročilí), španělské paso doble, anglický waltz, argentinské tango, vídeňský valčík, anglický quickstep, americký slowfox (pokročilí) a český národní tanec polka.“

JUDO je v překladu JEMNÁ CESTA.

Judo není jen olympijský sport s tradicí, ale také výchovný systém, který organizace UNESCO doporučuje jako nejvhodnější sport pro děti.

Judo zaručuje kvalitní a všestranný rozvoj dětí a učí je vzájemnému respektu, sebeovládání, trpělivosti, ale i bojovnosti.

Judo dává skvělý základ pro další sportovní aktivity.

Děti se zde naučí širší základy gymnastiky, naučí se bezpečně padat a základní judistické techniky vhodné pro děti, nenásilnou hravou formou. Pořádáme také judovíkendy, příměstské tábory, soustředění a turnaje. Zajišťujeme vyzvedávání dětí ze školních družin.

Ukázková hodina 19. 9. 2022 v 15:30 hod..

Cvičíme naboso, kimono není nutné, stačí tepláky a dlouhé tričko.