

SMLOUVA

o zabezpečení plaveckého výcviku žáků základních a mateřských škol
uzavřená dle ustanovení § 1746 zákona č. 89/2012 Sb., občanský zákoník, ve znění pozdějších předpisů

I. Smluvní strany

Provozovatel: **Technické služby Opava s.r.o.**
Sídlo: Opava, Těšínská 2057/71, PSČ 746 01
IČ: 64618188
DIČ: CZ64618188
Zapsaná: v obchodním rejstříku u Krajského soudu v Ostravě, oddíl C, vložka 14177
Zastoupená: Ing. Janem Hazuchou, jednatelem společnosti
Kontaktní osoba
ve věcech technických: Petr Mikeska, vedoucí provozovny RHS, tel.: 553 627 688
bankovní spojení: Česká spořitelna a.s. Opava
číslo účtu: 1842464359/0800

dále jen „*plavecká škola*“

Uživatel: **Základní škola T. G. Masaryka Opava, Riegrova 13 – příspěvk. org.**
Sídlo: Riegrova 13, 746 01 Opava
IČ: 47813300
DIČ: CZ47813300
Zapsaná:
Zastoupená: Mgr. Alešem Moravcem, ředitelem školy
bankovní spojení: Česká spořitelna a.s., Opava
číslo účtu: 1840696359/0800

dále jen „*základní / mateřská škola*“

dále také „*smluvní strany*“

II. Předmět smlouvy

Předmětem smlouvy je závazek plavecké školy zabezpečit plavecký výcvik žáků I. stupně základní školy a dále zdokonalovací a předplavecký výcvik dle jednotlivých požadavků základní / mateřské školy a povinnost základní / mateřské školy zaplatit plavecké škole sjednanou cenu dle článku V. Za tímto účelem má plavecká škola pronajatý plavecký krytý bazén v budově č.p. 38, stavba občanského vybavení, postavené na pozemku parc. č. 6/4, zastavěná plocha a nádvoří v části obce Město v kat. území Opava – Město. Uvedená budova, kterou jsou městské lázně v Opavě, je zapsána na LV č. 168 pro kat. území Opava – Město, obec Opava, u Katastrálního úřadu pro Moravskoslezský kraj, Katastrální pracoviště Opava

III. Místo plnění

Místem plnění je plavecký bazén v městských lázních v Opavě dle článku II. této smlouvy.

IV. Doba trvání smlouvy

1. Tato smlouva se uzavírá na dobu určitou od 2. 9. 2022 do 9. 6. 2023.
2. Přesný rozsah plaveckého výcviku je specifikován v rozsahu výuky plavání dle článku VI. bod 3.
3. Plavecký výcvik základní / mateřské školy bude zahájen dnem 2. 9. 2022 a ukončen ke dni 16. 12. 2022 – jedná se o I. turnus plaveckého výcviku pro rok 2022 / 2023 dle platného rozvrhu, viz příloha č. 3.
4. Smluvní strany jsou oprávněny tuto smlouvou před uplynutím sjednané doby ukončit písemnou výpovědí, v případě opakovaného (alespoň 2x) závažného porušení smluvních povinností.
5. V případě ukončení smlouvy dle bodu 4. smlouvy skončí uplynutím výpovědní doby, která činí 2 měsíce a počíná běžet prvním dnem kalendářního měsíce následujícího po doručení výpovědi druhé smluvní straně.

V. Cena a způsob plnění

1. Základní škola se zavazuje platit za poskytnutí služeb plaveckou školou cenu ve výši 1 560,-- Kč za plavecký kurz 15 x 60 minut za každého smlouveného / objednaného žáka. Uvedené ceny jsou včetně DPH dle příslušných právních předpisů a jsou platné pro I. turnus plaveckého výcviku pro školní rok 2022/2023, dle platného rozvrhu, viz příloha č. 3.
2. Mateřská škola se zavazuje platit za poskytnutí služeb plaveckou školou cenu ve výši 774,-- Kč za plavecký kurz 10 x 60 minut za každého smlouveného / objednaného žáka. Uvedená cena je včetně DPH dle příslušných právních předpisů nebo ve výši 1 035,-- Kč za plavecký kurz 15 x 60 minut za každého smlouveného / objednaného žáka. Uvedené ceny jsou včetně DPH dle příslušných právních předpisů a jsou platné pro I. turnus plaveckého výcviku pro školní rok 2022/2023, dle platného rozvrhu, viz příloha č. 3.
3. Služby poskytnuté plaveckou školou budou základní / mateřské škole vyúčtovány daňovým dokladem – fakturou měsíčně, nejpozději k 30. dni v měsíci a současně nejpozději ke dni ukončení plaveckého výcviku. Faktura je splatná do 21 dnů ode dne jejího doručení základní / mateřské škole, v případě pochybností o jejím doručení se za tento den považuje třetí den od jejího vystavení.
4. Povinnost základní / mateřské školy zaplatit platbu dle bodu 2 je splněna připsáním peněžní částky na bankovní účet plavecké školy uvedený na faktuře.
5. Pro případ nesplnění povinnosti základní / mateřské školy zaplatit za poskytnutí služeb v termínu stanoveném touto smlouvou, vzniká plavecké škole vůči základní / mateřské škole právo na zaplacení smluvní pokuty ve výši 0,05 % z dlužné částky za každý den prodlení. Zaplacením smluvní pokuty není dotčeno právo plavecké školy na náhradu škody.
6. Smluvní strany se dohodly na způsobu vyúčtování, který spočívá v rozúčtování poskytnutých služeb ve výši přímých provozních nákladů a nákladů z kapitoly ostatních neinvestičních výdajů, podle skutečnosti.

VI. Povinnosti smluvních stran

1. Plavecká škola se zavazuje provádět základní plavecký výcvik žáků v rozsahu stanoveném vyhláškou MŠMT ČR č. 291/1991 Sb., v souladu s učebním plánem (Příloha č. 1) a organizačními pokyny plavecké školy (Příloha č. 2).
2. Plavecká škola se zavazuje provádět výcvik plavání kvalifikovanými lektory, kteří jsou držitelé osvědčení „Instruktor plavání“.
3. Plavecká škola se zavazuje, že po celou dobu trvání smlouvy bude mít uzavřenou pojistnou smlouvu na pojištění odpovědnosti za škodu způsobenou při výkonu své činnosti.
4. Plavecká škola se zavazuje vypracovat rozvrh výuky plavání pro základní / mateřskou školu, který je přílohou č. 3 této smlouvy a bude pravidelně aktualizován před zahájením školního roku.
5. Plavecká škola se zavazuje neprodleně oznámit základní / mateřské škole změny v provádění plaveckého výcviku a v případě neočekávané události (např. živelná pohroma, havárie) také přerušeni plaveckého výcviku.
6. Základní / mateřská škola zajistí informovanost rodičů všech žáků účastnících se plaveckého výcviku se samotným výcvikem a dále se shromažďováním a zpracováním osobních údajů o žácích „plaveckou školou“. Seznamy (obsahující jméno a příjmení žáka, školní stupeň, třídu, záznam o výkonu žáka během plavecké výuky) se archivují po dobu 5 let. Záznamy se shromažďují z důvodu fakturace, pojistných událostí a k nahlédnutí o výkonu žáka v rámci trvání celého plaveckého výcviku. Zpracování údajů je nezbytné pro uzavření nebo plnění smlouvy.
7. Základní / mateřská škola se zavazuje poskytovat potřebnou součinnost při zpracování rozvrhu výuky plavání dle bodu 4.
8. Základní / mateřská škola se zavazuje zabezpečit dostatečný doprovod dětí na plavecký výcvik a zpět a dozor při jejich převlékání, sprchování a osušování.
9. Doprovázející pedagogický dozor základní / mateřské školy jsou povinni být přítomni po celou dobu trvání plaveckého výcviku a být nápomocni při výuce plavání.
10. Základní / mateřská škola odpovídá za zdravotní způsobilost dětí absolvující plavecký výcvik.
11. Základní / mateřská škola se zavazuje zabezpečit dopravu žáků a doprovodu zúčastněných na plaveckém výcviku do místa plavání dle této smlouvy a zpět do základní / mateřské školy.

VII. Závěrečná ustanovení

1. Smluvní strany se výslovně dohodly na účinnosti této smlouvy od 2. 9. 2022.
2. Vztahy touto smlouvou výslovně neupravené se řídí příslušnými ustanoveními občanského zákoníku a dalšími obecně závaznými právními předpisy.

3. Pozbude-li některé ustanovení této smlouvy platnosti či účinnosti nebo ukáže-li se některé ustanovení této smlouvy neplatným nebo neúčinným, zůstávají ostatní ustanovení této smlouvy v platnosti a místo neplatných nebo neúčinných ustanovení smlouvy se použijí ustanovení obecně závazného právního předpisu; na platnosti a účinnosti této smlouvy nemá neplatnost či neúčinnost některého ustanovení žádný vliv a smlouva jako celek zůstává platnou a účinnou.
4. Tato smlouva se vyhotovuje ve třech stejnopisech s platností originálů, z nichž jedno vyhotovení obdrží základní / mateřská škola a dvě vyhotovení obdrží plavecká škola společnosti Technické služby Opava s.r.o..
5. Tuto smlouvu lze měnit či doplňovat pouze na základě písemných, chronologicky číselovaných dodatků k této smlouvě. Uvedené dodatky se po jejich podpisu oběma smluvními stranami stávají nedílnou součástí této smlouvy.
6. Tato smlouva je uzavřena svobodně a vážně, nikoli v tísní či za nápadně nevýhodných podmínek, je určitá a smluvním stranám zcela srozumitelná, což smluvní strany potvrzují svými podpisy.
7. Smluvní strany se dohodly, že tato smlouva - ať už je povinně uveřejňovaná dle zákona o registru smluv, či nikoli - bude natrvalo uveřejněna v registru smluv, a to v celém rozsahu, včetně příslušných metadat, s výjimkou údajů o fyzických osobách, které nejsou smluvními stranami, a kontaktních či doplňujících údajů (číslo účtu, telefonní číslo, e-mailová adresa apod.). Uveřejnění této smlouvy v registru smluv zajistí bez zbytečného odkladu po jejím uzavření uživatel. Nezajistí-li však uveřejnění této smlouvy v registru smluv v souladu se zákonem uživatel nejpozději do 15 dnů od jejího uzavření, je uveřejnění povinná nejpozději do 30 dnů od uzavření této smlouvy v souladu se zákonem zajistit druhá smluvní strana. Strana uveřejňující smlouvu se zavazuje splnit podmínky pro to, aby správce registru smluv zaslal potvrzení o uveřejnění smlouvy také druhé smluvní straně.
8. Nedílnou součástí této smlouvy jsou následující přílohy:
Příloha č. 1 – Učební plán
Příloha č. 2 – Organizační pokyny plavecké školy
Příloha č. 3 – Rozvrh výuky

V Opavě, dne

L. 9. 2022

Za plaveckou školu:

Za základní / mateřskou školu:

ZÁKLADNÍ ŠKOLA

T.G. Masaryka Opava, Riegrova 13

-2- příspěvková organizace

746 01 Opava, Riegrova 13

☎ 731 464 571, IČ: 478 13 300

[Signature]
Ing. Jan Hazucha
jednatel společnosti



Plavecká škola Leandros

Technické služby Opava s.r.o. Těšínská 71, Opava

Organizační pokyny pro mateřskou školu na školní rok 2022 - 2023

Plavecká škola Opava, Technické služby Opava s.r.o.

Plavecká výuka v mateřské škole

I.

Organizace plavecké výuky

Plavecká výuka pro MŠ probíhá v rámci nadstandardní nabídky plavecké školy Leandros.

Plavecká škola si vyhrazuje právo u dětí mladších 4 let individuálně posoudit jejich způsobilost k výuce a to i v průběhu kurzu.

Plaveckého výcviku se mohou účastnit jen ty děti, jejichž zdravotní stav to dovoluje a které nevyžadují žádnou zvláštní péči ani zvýšený dohled. Děti, které ze zdravotních důvodů vyžadují zvláštní péči a zvýšený dohled, nelze do tohoto systému výuky zařadit a mohou být začleněny pouze do individuální výuky plavání. Tuto výuku PŠ neprovádí.

Děti vstupují do šaten 15 minut před začátkem plavecké výuky.

II.

Cíl plavecké výuky

- seznámit se s vodou, odstranit strach z vody, naučit se ve vodě orientovat,
- naučit se do vody dýchat, popř. ponořit hlavu pod vodu,
- otužování,
- základy technicky správných pohybů vedoucích ke splývání a k plavání.

Všechny činnosti vycházejí vždy z potřeb jednotlivých dětí. Instruktory plavání přizpůsobují program plavecké hodiny věku a schopnostem dětí.



Plavecká škola Leandros

Technické služby Opava s.r.o. Těšínská 71, Opava

III.

Povinnosti doprovázejícího pedagogického dozoru

- zodpovídají za bezpečnost dětí po celou dobu výuky, jsou vždy oblečeny do plavek, popř. sportovního úboru a připraveny kdykoliv pomoci instruktorům PŠ,
- v době výuky zajišťuje individuální pomoc a péči dětem, které to potřebují, zajišťují doprovod dětí na WC,
- upozorňují instruktory PŠ na různá specifika dětí, které umožní individuální přístup k dětem při výuce a tím i její zkvalitnění,
- pedagogický dozor je nápomocen při poskytování první pomoci a ošetření drobných poranění,
- při každé lekci bude zaznamenávat docházku dětí do připraveného seznamu,
- v průběhu plavecké výuky zodpovídají za to, aby děti dodržovaly provozní řád krytého bazénu.
- **Nikdy se nesmí vzdálit z prostor bazénu!!!**

IV.

Základní hygienická pravidla

- v den plavecké výuky se děti vhodně obléknou, především v zimních měsících. Před vstupem do bazénu děti navštíví WC, za pomoci pedagogického dozoru se řádně omyjí pod sprchou tělovým šamponem a vyčkají na pokyn instruktora PŠ k nástupu na bazén,
- po skončení výuky se děti opět osprchují, řádně osuší ve sprchách a odchází do šaten, kde se převléknou,
- do bazénu nepatří nemocné děti, děti s kožními chorobami (plísňě, bradavice, atd.),
- pro plavání je nutné použít plavky,
- plavat se nedoporučuje 1 hodinu po jídle,



Plavecká škola Leandros

Technické služby Opava s.r.o. Těšínská 71, Opava

VIII.

V prostorech bazénové haly je zakázáno

- žvýkat žvýkačky a konzumovat potravu a nápoje,
- vzájemně se potápět, vrážet do jiných žáků a shazovat je do vody,
- pohybovat se na bazéně v civilním oblečení,
- běhat a klouzat po mokřých dlaždicích,
- křičet v prostorách bazénu.

IX.

Počátek a konec vyučovací hodiny bude oznámen signálem.

X.

Stanovení příchodu a odchodu na bazén je určeno rozvrhem hodin, v době školních prázdnin výuka neprobíhá.

XI.

Žáci, kteří nemohou z jakéhokoliv důvodu do vody a nemohou zůstat ve škole, se zdržují ve vstupní hale nebo ve vyhrazeném prostoru pod pedagogickým dozorem.

V průběhu první lekce plavecké výuky budou žáci seznámeni s bezpečnostními předpisy a provozním řádem bazény. Dále budou rozděleni do 4 základních skupin podle plaveckých dovedností, a to takto:

Skupina č. 4: neplavci - žáci, kteří neumí plavat, bojí se vody, plavou pouze s pomůckami.

Po absolvování kurzu by se dítě mělo přestat bát vody a naučit základy plaveckých způsobů kraul a znak s pomůckou.

Skupina č. 3: slabí plavci - žáci, kteří umí plavat jedním plaveckým stylem. Nebojí se vody, udrží se na vodě, uplavou kolem pěti metrů.

Skupina č. 2: dobří plavci - žáci, kteří uplavou minimálně 10 metrů jedním plaveckým stylem. Cílem je seznámit žáky se třemi plaveckými styly,



Plavecká škola Leandros

Technické služby Opava s.r.o. Těšínská 71, Opava

zdokonalit je v již získaných plaveckých dovednostech, zvýšit vytrvalostní schopnosti jednotlivců.

Skupina č. 1: výborní plavci – žáci, kteří plavou třemi plaveckými styly. Cílem výuky je zdokonalit všechny tři plavecké styly a zvýšit vytrvalostní schopnosti každého z nich.

XII.

Vstup do vody je povolen pouze za přítomnosti instruktora plavání.

XIII.

Povinnosti doprovázejícího pedagogického dozoru

- zajistit dozor při přepravě žáků na bazén a zpět do školy,
- zodpovídá za kázeň a pořádek v šatnách, WC, sprchách a ostatních prostorech krytého bazénu,
- upozorňovat instruktory plavání na zdravotní stav dětí – na různá omezení a handicap, popř. doložit lékařskou zprávou,
- v případě nehody doprovodí dítě k lékaři, dále je nápomocen při poskytování první pomoci a ošetření drobných poranění,
- zodpovídá za bezpečnost žáků po celou dobu plaveckého výcviku i po nástupu do prostor bazénu, kdy děti řádně osprchují, přepočítají a předají instruktorům PŠ, zajišťuje doprovod žáků na WC,
- nástupem při ukončení si děti přebírají doprovázející pedagogický dozor a dohlíží na řádné usušení dětí,
- **je přítomen po celou dobu plaveckého výcviku v bazénové hale a to ve cvičebním úboru (tričko, šortky a bazénová obuv).**

XIV.

Každá třída je vedená na samostatném seznamu, které jednotlivá škola zašle v elektronické podobě na adresu: leandros@tsopava nejpozději 3 dny před zahájením kurzu plavání. Seznamy žáků jsou psány do předem připravených a



Plavecká škola Leandros

Technické služby Opava s.r.o. Těšínská 71, Opava

zaslaných formulářů podle abecedy a při každé hodině bude pedagogickým dozorem vyplněna docházka. Vyplněné seznamy dále slouží jako podklady pro fakturaci.

XV.

Kursovne nebude účtováno ve výjimečných případech pouze těm dětem, které předloží lékařské potvrzení nebo v případě ukončení docházky do dané ZŠ. Žáci trvale vyřazení z plavecké výuky musí být ponecháni ve škole.

XVI.

Do plavecké výuky v rámci školní tělesné výchovy může příslušný lékař zařadit jen ty žáky, jejichž zdravotní stav to dovoluje a kteří nevyžadují žádnou zvláštní péči se zvýšeným dozorem. Ty děti, které ze zdravotních důvodů vyžadují zvláštní péči nebo zvýšený dozor, nelze do tohoto systému výuky zařadit a mohou být začleněny pouze do individuální výuky plavání.

Tuto výuku PŠ neprovádí.

XVII.

Instruktoři PŠ zodpovídají za žáky jen při provádění plaveckého výuky. Dojde-li během výuky plavání k náhlému onemocnění, zranění apod., instruktor plavání poskytne dítěti první pomoc a předá je doprovázejícímu pedagogickému dozoru. V případě vážnějšího zranění, kdy je nutné ošetření nebo hospitalizace v nemocnici, zajistí zaměstnanci PŠ převoz do nejbližšího zdravotního zařízení.

XVIII.

Rodiče žáků během plavecké výuky mají zákaz vstupu do bazénové haly.



Plavecká škola Leandros

Technické služby Opava s.r.o. Těšínská 71, Opava

Učební plán 15 lekcí.

Skupina:1

Cíl: Vytrvalost, zdokonalení ve všech plaveckých stylech

1. lekce	Úvod, seznámení s bezpečnostními předpisy bazénu, zapsání dětí do karty, hry pro opakování
2. lekce	Rozvoj dechové kapacity, rozplavání libovolným způsobem 100m, kraul s omezeným dýcháním (na 25m 5 nádechů - 25m libovolně vyplavat, hry
3. lekce	Rozvoj dechové kapacity, zdokonalování kraulového stylu, rozplavání 100 m, kraul na techniku 25 m, hry
4. lekce	Rozvoj vytrvalosti, zlepšení techniky prsových nohou, prsa nohy s deskou na techniku, cviky obratnosti (kotouly vpřed a vzad), hry
5. lekce	Rozvoj vytrvalosti, opakování kraul, prsa, kraul nohy s deskou 4x25m, prsa na techniku 200m, nácvik skoků po hlavě, hry
6. lekce	Rozvoj vytrvalosti, rozplavání 100 m, prsa nohy s deskou 4x25m, kraul na techniku 100m, skoky po hlavě, hry
7. lekce	Rozvoj vytrvalosti, přezkoušení, hry
8. lekce	Rozvoj vytrvalosti, rozplavání 100 m, prsa 25-50-100-200-100-50-25 m, odpočinek 10-15 výdechů do vody, nácvik startovního skoku, hry
9. lekce	Rozvoj vytrvalosti, rozplavba 100 m, kraul sprint 25 m, vyplavání 100 m prsa, kotouly vpřed a vzad, potápění, hry
10. lekce	Rozplavání 100 m, kraul nohy s deskou 200 m, hry s míčem
11. lekce	Rozvoj silové vytrvalosti nohou, rozplavání 100 m, kraul nohy s deskou 100 m, prsa nohy s deskou 100 m, hry
12. lekce	Zdokonalení techniky znaku, rozplavání 200 m, znak nohy s deskou ve vzpažení, znak paže s deskou ve vzpažení, nácvik šlapání vody, hry
13. lekce	Rozplavání 100 m, plavání pod vodou s odrazem od stěny, kraul, znak střídavě; plavání pod vodou se skokem po hlavě, hry
14. lekce	Vytrvalostní plavání, uplavat co největší vzdálenost po dobu 30 minut, hry, skoky
15. lekce	Vytrvalostní plavání, závěrečné hry, předání mokrého vysvědčení



Plavecká škola Leandros

Technické služby Opava s.r.o. Těšínská 71, Opava

Skupina: 2

Cíl: Vytrvalost

1. lekce	Úvod, seznámení s bezpečnostními předpisy bazénu, zapsání dětí do karty, hry pro opakování
2. lekce	Opakování - dýchání, splývání, plavecké styly
3. lekce	Rozvoj dechové kapacity, zdokonalování kraulového stylu, hry - lovení v HV, podplouvání, uplavat 25 m jedním stylem
4. lekce	Rozvoj vytrvalosti, skoky do HV po hlavě, vytrvalost 5 - 10 minut jedním plaveckým stylem, hry
5. lekce	Rozvoj vytrvalosti, nácvik kraulového stylu, kraulové nohy s deskou, 50 m kraul, hry
6. lekce	Rozvoj vytrvalosti, rozplavání 50 m, souhra kraul a znak, 50 m prsa, hry
7. lekce	Opakování všech plaveckých stylů, přezkoušení, hry
8. lekce	Rozvoj vytrvalosti, rozplavání 50 m, prsa 50 - 100 m, odpočinek 10-15 výdechů do vody, nácvik skoku po hlavě, hry
9. lekce	Rozvoj vytrvalosti, rozplavba 100 m, kraul sprint 25 m, vyplavání 50 m znak, kotouly vpřed a vzad, potápění, hry
10. lekce	Souhra kraul, znak, skok po hlavě, kraul nohy s deskou 100 m, hry
11. lekce	Rozvoj silové vytrvalosti nohou, rozplavání 100 m, prsa nohy s deskou 100 m, nácvik šlapání vody, hry
12. lekce	Zdokonalení techniky znaku, rozplavání 100 m, znak nohy s deskou ve vzpažení, znak paže s deskou ve vzpažení, opakování šlapání vody, hry
13. lekce	Rozplavání 100 m, plavání pod vodou s odrazem od stěny, kraul, znak střídavě; plavání pod vodou se skokem po hlavě, hry
14. lekce	Vytrvalostní plavání, uplavat co největší vzdálenost po dobu 15 minut, hry, skoky
15. lekce	Vytrvalostní plavání, závěrečné hry, předání mokrého vysvědčení

ROZVRH HODIN 2022/2023 I. turnus

	5. 9. - 12. 12.	6. 9. - 8. 11.	7. 9. - 23. 11.	8. 9. - 24. 11.	2. 9. - 16. 12.
	Pondělí 15 x	Úterý 10 x	Středa 10 x	Čtvrtek 10 x	Pátek 15 x
8:30 - 9:30	ZŠ Březová 3. a 4. tř. MŠ Milostovice 7.11.	MŠ Šrámkova	ZŠ Mladecko 2. - 5. tř.	ZŠ Brumovice 1. - 5. tř.	ZŠ I. Hurníka 3. a 4. tř.
9:30 - 10:30	ZŠ Vítkov 2. - 3. tř.	ZŠ V. Heraltice 2. - 3. tř. MŠ V. Heraltice	ZŠ Suché Lazce 1. - 5. tř. MŠ S. Lazce	ZŠ Raduň 2. - 4. tř.	ZŠ B. Němcové 3. a 4. tř.
10:30 - 11:30	ZŠ Otická 2.A, 3.A	Dolní Životice 1. - 5. tř.	Litultovice 1. - 4. tř.	ZŠ Raduň 2. - 4. tř.	ZŠ Vítkov 2. - 3. tř.
11:30 - 12:30	ZŠ Otická 2.B, 3.B	ZŠ Otická 4.A, 4.B	Nový Svět 1. - 3. tř.	ZŠ Háj v. Slezs. 2. - 4. tř.	ZŠ TGM 3. - 4. tř.

Volné dny PŠ:



Plavecká škola Leandros

Technické služby Opava s.r.o. Těšínská 71, Opava

Skupina: 3

Cíl: Zdokonalení plaveckého stylu kraul, znak

1. lekce	Úvod, seznámení s bezpečnostními předpisy bazénu, zapsání dětí do karty, hry pro opakování
2. lekce	Přezkoušení začátečních znalostí, nácvik dýchání do vody, hry pro orientaci pod/nad vodou
3. lekce	Nácvik splývavé polohy, opakování dýchání, hry
4. lekce	Nácvik kraulových a znakových nohou, opakování - dýchání, splývání, hry
5. lekce	Skoky do MV, nácvik kraulových a znakových paží, hry
6. lekce	Opakování KP a ZP, uplavání 12m s destičkou KN a ZN, hry
7. lekce	Opakování, přezkoušení, hry
8. lekce	Spojování práce znakových a kralových paží a nohou, hry
9. lekce	Skoky do MV a HV ze sedu, opakování souhry nohou a paží u znaku a kralu, hry
10. lekce	Potápění, lovení, opakování kraul, znak, hry
11. lekce	Splývání na znak po odrazu, potápění, lovení, hry
12. lekce	Opakování splývání na znak po odrazu, uplavání 25 m kraul, hry
13. lekce	Opakování kraul, znak, hry
14. lekce	Prověrka plaveckých dovedností, měření časů na 25 m, hry
15. lekce	Vytrvalostní plavání, závěrečné hry, předání mokrého vysvědčení



Plavecká škola Leandros

Technické služby Opava s.r.o. Těšínská 71, Opava

Skupina: 4

Cíl: Splývání, K, Z

1. lekce	Úvod, seznámení s bezpečnostními předpisy bazénu, zapsání dětí do karty, hry pro seznámení s vodou
2. lekce	Hry pro seznámení s vodou, dýchání ve vodě, odstranění strachu z vody
3. lekce	Hry pro seznámení s vodou + dýchání, hry pro orientaci ve vodě, potápění a jednoduché skoky
4. lekce	Ponořování hlavy pod vodu, opakovaně vydechovat pod vodou, otevírat oči pod vodou, hry
5. lekce	Nácvik splývavé polohy na prsou s výdechem do vody, cvičení pro orientaci ve vodě a pod vodou, využití desek pro správné držení těla, hry
6. lekce	Důraz na správné držení těla a hlavy, odrazem od stěny splývat v poloze na prsou, hry
7. lekce	Opakování, přezkoušení, hry
8. lekce	Nácvik kraulových nohou, potápění, lovení, opakování splývání na prsou, hry
9. lekce	Opakování KN s deskou, uplavat 5m KN s deskou, potápění, hry
10. lekce	Nácvik kraulových paží, jednoduché skoky, uplavat 10m KN s deskou, hry
11. lekce	Nácvik splývání na znak, spojování plaveckých pohybů při kraulu, uplavat 12m - KN a KP s deskou a celý způsob kraul, hry
12. lekce	Splývání na znak po odrazu, nohy s deskou, spojování plaveckých pohybů při kraulu, hry
13. lekce	Nácvik souhry znak, libovolným způsobem uplavat 12m, hry
14. lekce	Prověrka plaveckých dovedností, měření časů na 25 m, hry
15. lekce	Vytrvalostní plavání, závěrečné hry, předání mokrého vysvědčení