

Adaptační kurz 2025

Společně přes hory a doly od startu až do konce školy

Pomůže vytvořit zdravý kolektiv a ulehčí přestup do nového prostředí.

Třída: 1. A

Termín: 5. 9. – 7. 9. 2025

Ubytování: Loučná pod Klínovcem, penzion Koruna

Personální zajištění: Mgr. Klára Bočanová, Mgr. Martina Skleničková, Mgr. Pavlína Korcová

	Dopoledne (8.00-12.00)		Odpoledne (13.30-18.00)		Večer (19.00-22.00)
1. DEN	- odjezd z Mostu 9.00 - příjezd před obědem - ubytování - základní informace, úvodní seznámení, představení pedagogů - pravidla fungování v objektu - program kurzu	Oběd, polední pauza - 13:30	- pravidla společného fungování na kurzu - ledolamky (icebreakers) - základy otevřené komunikace, nutnost zpětné vazby - seznamování se (jména spolužáků, základní informace) - tvorba nových sociálních vztahů - spolupráce a komunikace	Večeře	- sportovní hry - hry na týmovou spolupráci - očekávání - reflexe – kruh důvěry - rozvoj kritického myšlení, sdílení prožitku - pochvaly (pohár) - týmové hry - hodnocení dne – evaluace
2. DEN	- snídane - pochvaly (pohár) - důvěra – aktivity na důvěru - týmové hry – spolupráce ve skupině, strategická aktivita ve skupinách, řešení problémů, komunikace a osobní rozvoj - pravidla třídy – stanovení pravidel „Jakou třídu chceme mít?“	Oběd, polední pauza - 13:30	- pochvaly (pohár) - očekávání, obavy, formulace společných cílů středoškolského studia - systémové hry - skupinové hry – štafetový běh – šifry – strukturovaná, strategická aktivita ve skupinách, rozdělená do dílčích úkolů různé obtížnosti, zaměřená na spolupráci - aktivity v kruhu	Večeře	- naladění skupiny – zábavné společenské aktivity – kvíz - „pozdně večerní aktivita“ - stmelení kolektivu, zlepšení důvěry - pochvaly (pohár) - společný rituál - hodnocení dne – evaluace, reflexe - uzavření dne
3. DEN	- snídane - pochvaly (pohár) - pozitivní vzkazy - hodnocení kurzu	Výměna tříd			

Adaptační kurz 2025
Společně přes hory a doly od startu až do konce školy

KURZ:

- ✓ kurz je zaměřen jak na stmelení třídy, tak i rozvoj jednotlivců, jejich kompetencí k učení, řešení problémů...
- ✓ realizace především formou prožitku a následných reflexí
- ✓ program kurzu vyžaduje aktivní účast každého jednotlivce
- ✓ zaměřen na osobnostně-sociální rozvoj a prevenci sociálně patologických jevů, především na úrovni skupinových vztahů

ÚČASTNÍCI:

- ✓ se seznámí, navzájem se lépe poznají, zapamatují si jména ostatních
- ✓ budou cíleně pracovat na osobním rozvoji stejně jako na své roli ve skupině
- ✓ seznámí se navzájem s obavami a očekáváními z nového kolektivu a budou společně formulovat návrhy, jak je eliminovat, či naplňovat
- ✓ naučí se, jak poskytovat cílenou zpětnou vazbu pro efektivní komunikaci
- ✓ budou společně pracovat na nastavení bezpečné atmosféry, důvěry a otevřené komunikace ve skupině
- ✓ společně zformulují a sepíší vlastní třídní pravidla

Co s sebou: sportovní oblečení (takové, které se **může zamazat**, či v nejhorším případě roztrhnout), **pevnou obuv, nejlépe ve dvojím vydání, nepromokavou bundu**, přezuvky, hygienické potřeby, ručník, šátek, opalovací krém – horské prostředí, repelent proti klíšťatům, baterku, psací potřeby, blok. **Odjezd 5. 9. 2025 v 9:00 od B2 (Budova Majakovského)**

Po celou dobu adaptačního kurzu bude zajištěn pitný režim a plná penze.

Cena: 300,- Kč.

Částku je třeba uhradit do **30. 7. 2025** na číslo účtu: 3364550277/0100.

Jako variabilní symbol uveďte datum odjezdu (5.9. → **59**), do poznámky uveďte jméno a příjmení žáka.



Závazná přihláška

Přihlašuji závazně svého syna / svoji dceru _____

třída 1. A na adaptační kurz 2025.

Podpis zákonného zástupce: _____