



*Atletika*



*Karate*



*Hádzaná*



*Moderné tance*



# *Výchovný program*

## *Centra voľného času*

*„V zdravom tele zdravý duch“*

Šk. rok : 2015/2016

Názov programu : **V zdravom tele zdravý duch**

Vyučovací jazyk : **slovenský**

Študijná forma : **denná**

Druh školy : **štátna**

Predkladateľ :

Názov školy : **Základná škola Bernolákova ulica 1061**

Adresa : **Bernolákova ulica 1061, 093 01 Vranov nad Topľou**

IČO : **031305318**

Riaditeľ : **Mgr. Marek Cerula**

Koordinátor pre tvorbu VP ŠSZČ : **Mgr. Marek Cerula**

Kontakty : 057-4461007, e-mail : [zsbernolakova@gmail.com](mailto:zsbernolakova@gmail.com)

Zriaďovateľ :

Názov : **Mesto Vranov nad Topľou**

Adresa : **Dr. C. Daxnera 81/1, 093 16 Vranov nad Topľou**

Mgr. Marek Cerula  
riaditeľ školy

## *Názov programu*

### *„V zdravom tele zdravý duch“*

Výchovno - vzdelávacia činnosť v spojení s voľným časom upevňuje rozvoj osobnosti každého dieťaťa. Vytvára sa vzťah k tráveniu voľného času zmysluplným spôsobom. Učí ho cielene využívať voľný čas, motivuje ho k rozvíjaniu svojho mnohokrát nepoznaného talentu, úcte k sebe samému, tolerancii, k hodnotám - národným, ľudským, kultúrnym, ale aj k fair play.

Centrum voľného času je výchovno - vzdelávacie zariadenie, ktoré poskytuje pohybovo nadaným žiakom možnosť športovať mimo vyučovania. Prispieva k všestrannému, telesnému, pohybovému a duševnému rozvoju osobnosti žiakov. Vytvára základné podmienky na špecializáciu / atletika, hádzaná, karate, tanec / a perspektívny výkonnostný rast.

## *Ciele*

Hlavným cieľom školských stredísk záujmovej činnosti pri Základnej škole Bernolákova ulica 1061, Vranov nad Topľou je zabezpečiť žiakom záujmovú činnosť, o ktorú majú záujem a tak zmysluplne vyplniť ich voľný čas, Rozvíjať nielen duševnú, ale i telesnú stránku osobnosti a tiež predchádzať sociálno-patologickým javom. Ďalším cieľom stredísk je vysvetliť dôvody potreby vykonávania pohybovej činnosti v súvislosti s ochranou zdravia.

V neposlednom rade strediská majú aj ďalšie ciele ako: pestovať u detí pozitívny vzťah k športu a tiež ku kultúrnym pamiatkam národa, rozvíjať kultúrne tradície regiónu.

Ďalšie ciele:

- žiakom dostatočne vysvetliť potrebu športovania ako ochranu zdravia
- u talentovaných žiakov rozvíjať osvojenie si športových činností - disciplín a športovať podľa pravidiel na úrovni postupových súťaží
- vytvárať podmienky pre telesný, psychický a sociálny rozvoj žiaka a zároveň vytvoriť pre žiaka vhodné podmienky pre šport
- vysvetliť žiakom dodržiavanie zásad zdravej výživy
- ponúknuť žiakom alternatívu využitia voľného času a informovať o škodlivosti fajčenia, požívania alkoholu a iných drog
- podporiť reprezentáciu nielen školy ale aj mesta, regiónu, štátu

## ***Proces***

Proces prípravy v CVČ sa rozdeľuje na jednotlivé procesy:

Proces 1 - základná športová (tanečná) príprava

Proces 2 - začiatková špecializovaná príprava

Proces 3 - prehĺbovanie špecializovanej prípravy

V školskom roku 2014/2015 bude centrum voľného času (ďalej len CVČ) zamerané na rozvoj pohybových zručností v atletike, hádzanej, v karate a rozvoj pohybových daností v moderných tancoch. Pravidelná činnosť bude vykonávaná 4 - 6 hodinami týždenne v atletike, hádzanej a karate, v moderných tancoch. Činnosť bude vykonávaná v popoludňajších hodinách na pôde školy, v priestoroch CVČ a v pretlakovej hale v areáli ZŠ Juh. Prázdninová činnosť bude vykonávaná formou sústredenia žiakov a pravidelnými týždennými hodinami od 15. augusta.

## ***Kritériá výberu***

Pri prijímaní žiakov do CVČ dávame veľký dôraz na to, aby dieťa bolo v prvom rade zdravé, aby spĺňalo aj ďalšie podmienky: morfológické, funkčné, psychologické, sociálne, pohybové a pedagogické .

1. Morfológické predpoklady - držanie tela, kostra, výška stavba tela, obezita, celkový vzhľad postavy
2. Funkčné schopnosti - predpoklady trénavateľnosti, ktorej ukazovateľom je vitálna kapacita, rytmus
3. Sociálne hľadisko výberu - pri výbere je potrebné poznať, v akom prostredí sa nachádzajú žiaci / rodina, kolektív/ , aký je vzťah rodičov k športu, tréningu, tancu, kultúrnemu dedičstvu, ako pomáhajú rodičia dieťaťu a akú má podporu z ich strany.
4. Psychologické hľadisko výberu - základným kritériom, ktoré vyjadruje všeobecné psychologické predpoklady je primeraná motivácia, teda čo chce mladý športovec/tanečník dosiahnuť, aké má inšpirácie, čo ho zaujíma, alebo prečo sa zaoberá vybraným druhom športu. Významnými kritériami výberu sú pocit zodpovednosti, zmysel pre spoluprácu, zmysel pre rytmus.
5. Pohybové a pedagogické kritériá - pri výbere sa sledujú všeobecné a špecifické prejavy sily, rýchlosti, obratnosti, výkonnosti a pohyblivosti, úroveň pohybových zručností a predpoklady pre ich ďalší rozvoj.

## ***Personálne zabezpečenie***

V jednotlivých oddieloch pracujú vedúci v rámci CVČ s maximálnym počtom žiakov 24. Minimálny počet žiakov pre založenie nového oddelenia je 15. Tréningy športovej sekcie vedú kvalifikovaní tréneri.

## ***Materiálno technické a priestorové podmienky***

Výchovno-vzdelávací proces prebieha v telocvični školy, na ihrisku v areáli školy, ale aj v bazéne a pretlakovej hale pri ZŠ Juh. Priestorové podmienky sú v súčasnej dobe vyhovujúce. Pre hádzanú boli zakúpené lopty a dresy, pre karate tatami, činky a dresy, pre atletiku tréningové náčinie a tretry. Pre tanečnú sekciu boli zakúpené kostýmy. Ostatné pomôcky sa postupne dokupujú podľa potreby.

## ***Podmienky na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri výchove***

Žiaci sú na prvom tréningu poučení o bezpečnosti v telocvični, na ihrisku a v pretlakovej hale. Pred vycestovaním na súťažné zápasy sú poučení o dodržiavaní bezpečnosti pri presune žiakov. V telocvičniach ročne prebieha revízna kontrola a následné odstránenie závad. Ročne prebieha trojstupňová kontrola BOZP.

Žiak sa môže do CVČ prihlásiť na začiatku školského roka so súhlasom vyučujúceho a svojho rodiča. Za bezpečnosť žiakov počas činnosti v CVČ zodpovedá vyučujúci. Poučenie o bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci a o vnútornom poriadku sa vykonáva tréner na začiatku školského roka.

Pri činnostiach mimo školy môže tréner mať na starosti maximálne 22 žiakov. Minimálny počet žiakov počas aktivít nesmie klesnúť pod 8. Pri aktivitách v bazéne má tréner na starosti maximálne 10 žiakov.

Pri súťažiach a iných podujatiach CVČ zodpovedá za žiakov tréner až do ich rozchodu pred budovou školy.

V prípade úrazu poskytne vyučujúci prvú pomoc, oznámi ho vedeniu školy a napíše záznam o úraze. Ak tréner spozoruje u žiaka nevoľnosť, teplotu, zhoršený zdravotný stav, upovedomí telefonicky ihneď rodičov.

Tréner CVČ je povinný priebežne monitorovať zmeny v správaní žiakov a v prípade

oprávneného podozrenia zo zanedbávania, fyzického alebo psychického týrania, šikanovania oznámiť to riaditeľovi školy.

## ***Vnútorňý systém kontroly a hodnotenia detí***

Vedúci skupín CVC vedú o práci záznam, ktorý je súčasťou pedagogickej dokumentácie školy. Na začiatku a konci školského roka vyučujúci robí testovanie, ktoré zaznamenajú posun jednotlivcov v jednotlivých činnostiach

### ***Ciele hodnotenia***

Cieľom hodnotenia je poskytnúť žiakovi a trénerovi spätnú väzbu pri získavaní požadovaných zručností a vedomostí a v tom, ako ich dokáže dokonale využiť, motivovať žiakov k ďalšiemu športovaniu, či tancovaniu a sebazdokonaľovaniu a pravidelne informovať rodičov žiakov o práci a chovaní žiakov.

## ***Vnútorňý systém kontroly a hodnotenia zamestnancov školského zariadenia***

Tréneri CVC vedú o vykonávaných tréningoch záznamy, ktoré patria do pedagogickej dokumentácie školy. Vedú záznamy o dochádzke a priebehu činností.

Kontrolnú činnosť prevádza riaditeľ školy, zástupca školy alebo zriaďovateľ priebežne. Kontrola pomáha pri zabezpečovaní materiálnych a sociálnych podmienok pre trénerov a žiakov, pomáha zabezpečiť chod školského zariadenia, poskytuje pohľad na prácu vyučujúceho vo vývoji a perspektíve, formuje osobnosť vyučujúceho spätnou väzbou a motiváciou.

### ***Hodnotenie zamestnancov***

Hodnotenie zamestnancov spočíva v hospitáciách, rozhovoroch a pozorovaniach jednotlivých zamestnancov pri ich práci.

## ***Požiadavky na kontinuálne vzdelávanie trénerov CVČ***

Vedenie školy bude podporovať ďalšie odborné vzdelávanie trénerov jednotlivých druhov športu a tancov v rámci MPCO v Prešove a regionálnych športových zväzov.

### ***Vyberanie poplatkov***

Mesto Vranov nad Topľou na základe zákona NR SR č. 369/1990 o obecnom zriadení v znení neskorších zmien a doplnkov. §12 ods. 4 písm. i, Štatútu mesta a zákona 245/2008 Z.z. o výchove a vzdelávaní a o zmene a doplnení niektorých zákonov vydalo Všeobecne záväzné nariadenie o určení výšky príspevkov na čiastočnú úhradu nákladov v školách a školských zariadeniach, ktorých zriaďovateľom je mesto.

Na základe nasledovného na čiastočnú úhradu nákladov spojených s činnosťou školského strediska záujmovej činnosti prispieva zákonný zástupca žiaka od 1.9. 2015 sumou 1,- € mesačne ak obec prispieva mestu príspevok na žiaka a 2,-€ mesačne ak obec neprispieva mestu príspevok na žiaka. Príspevok sa uhrádza do 10. dňa príslušného kalendárneho mesiaca.

Oslobodenie od tohto príspevku je možné v prípade, ak je zákonný zástupca poberateľom dávky v hmotnej núdzi. Z poplatku budú z časti hrazené výdavky súvisiace s činnosťou centra voľného času . Poplatky odovzdávajú tréneri do pokladne školy .

Vo Vranove nad Topľou  
02.09.2015

Mgr. Marek Cerula  
riaditeľ školy