

PĚVECKÝ SBOR (školní kroužek)

Pěvecký kroužek, který vede paní Vanda Kadeřábková má dlouhou tradici v naší škole. Pravidelně pořádá zajímavé koncerty pro rodiče a veřejnost, kde se snoubí klasické i modernější hudební žánry. Koncerty obohacují i další naši žáci, kteří se učí na různé hudební nástroje. V letošním roce paní lektorka plánuje s dětmi uspořádat jednou na podzim a jednou na jaře víkendové minisoustředění, aby se sezpívaly naše děti se strančickými a s klavírním doprovodem, což významně napomůže kvalitě sboru. Rádi bychom v tradici školního pěveckého sboru pokračovali i v letošním školním roce.

ZÁBAVNÁ LOGIKA A DESKOVÉ HRY (školní kroužek)

Projekt, který je hrazen z dotace, a proto je zdarma. Zábavná logika a deskové hry mají za úkol rozvíjet osvojování postupů logického myšlení. Nabídneme cvičení na srovnávání, orientaci, předvídání, kombinaci, řazení, dedukci, transformaci, abstrakci atd. Jednotlivé úkoly budou zadávány tak, aby se při jejich řešení měnil způsob uvažování. Děti si osvojují postupy, se kterými se budou setkávat v oblasti matematiky a informatiky.

ATLETIKA PRO ŠKOLÁKY (školní kroužek)

Kroužek vede paní Vanda Kadeřábková, sama dlouhodobě sportuje - běhá a účastní se různých běžeckých soutěží. Hlavním úkolem je vytvoření pozitivního vztahu dětí k pravidelnému sportování. Osvědčenými metodami a kvalitní koncepcí posouváme děti od spontánního pohybu pomalu ke sportu a sportovní přípravě. Atletika se tak stává součástí jejich dospívání, děti se zdokonalují v přirozených pohybových aktivitách a postupně si osvojují nové pohybové dovednosti. Naše atletika postupně formuje vlastnosti osobnosti mladých sportovců, od rozvoje koncentrace a posílení vůle, až po kolektivní cítění a smysl pro spolupráci.

JUDO (externí kroužek)

Tento kroužek zajišťují trenéři z JUDO PRO DĚTI – www.judoprodeti.cz. A proč dát Vaše dítě na judo - podporuje všeobecný rozvoj dítěte, bylo organizací UNESCO doporučeno jako nejvhodnější sport pro děti, učí děti vzájemnému respektu a sebeovládání, harmonicky se během tréninku doplňuje složka fyzická a výchovná, učí děti trpělivosti a bojovnosti, děti se naučí vítězit i přijímat prohru a naučí se úctě k soupeři.

LEGO KROUŽEK BRICKS 4 KIDZ (externí kroužek)

„Ve vzdělávacím kroužku Bricks 4 Kidz® děti staví z kostek LEGO® každou hodinu jiný motorizovaný model, a to podle speciálních plánů vytvořených inženýry a architektky z celého světa. Zábavnou formou se žáci dozvídají nové a zajímavé poznatky z oblasti přírodních věd, technologií, matematiky, stavitelství a architektury.

Při stavění modelů přírodních sil, dopravních prostředků, vesmírných lodí nebo zvířat děti lépe porozumí a pochopí i složité věci, které později využijí nejen ve škole, ale také v životě. Kroužek je vhodný pro děti z 1. - 5 tříd. Přihlašování a více informací naleznete na www.bricks4kidz.cz/prahajih/.

LESNÍ DRUŽINA (externí kroužek)

Jednou týdně strávíme odpoledne venku v přírodě s partou dětí v doprovodu jednoho dospělého. Mužete se těšit na (ne)obyčejná dobrodružství, lezení na stromy, pozorování ptáků, stavění přehrad v potoce, budování skrýší z větví, rozdělávání ohně, vyřezávání a mnoho dalšího. Příhlašování a více informací naleznete na www.lesniklubpraminek.cz

Kontakt: barbora.smetankova@gmail.com

JÓGA PRO DĚTI (školní kroužek)

V rámci praktikování jógy se děti učí odpočívat, což jim může napomoci k lepší koncentraci a také zvládnání stresových situací. Jóga by dětem měla pomoci lépe vnímat své tělo a respektovat sebe i své okolí v nesoutěživém prostředí. Živé děti zklidní, málo aktivní by naopak měla povzbudit k činnosti, u dětí rozvíjí fantazii a pomáhá budovat sebedůvěru. Lektorkou je naše milá paní ředitelka Pavla Žižková.

V pondělí bude kroužek vhodný pro děti z 1.-3. tříd a ve čtvrtek pro děti ze 3.-5. tříd, tzn. že děti ze třetích tříd se můžou rozhodnout o dni kdy budou chodit na kroužek.

KROUŽEK VÝTVARNÉ VÝCHOVY (školní kroužek)

Výtvarný kroužek je otevřen každému se zájmem o „výtvarno“. Účastnit se může úplně každý, bez rozdílu výtvarných zkušeností, znalostí nebo schopností. Během školního roku se děti seznámí s různými výtvarnými technikami. Lektorem je pan Petr Hůla, který je profesorem VV na gymnáziu.

Na tento kroužek je nutné přinést si po dohodě s lektorem vlastní výtvarné pomůcky.

TAEKWONDO (externí kroužek)

Taekwondo může cvičit každý, muži i ženy, děti i senioři. Fyzická síla, váha nebo stavba těla nehrají roli. Trénink lze individuálně přizpůsobit. Ať už se chcete naučit účinně bránit, nebo vyhrávat medaile na soutěžích, nebo cvičit jen „rekreačně“ pro udržení dobré kondice, je taekwondo nejlepší volba. Více info na <http://taekwondo-strancice.cz/> Lektorem je Tomáš Mácha.

TVOŘIVÝ KROUŽEK (externí kroužek)

Kroužek je určen pro všechny tvořivé dušičky a ručičky. Pod vedením paní Jany Galuščákové budou děti tvořit výrobku z různých materiálů: pěnovky, fimo hmoty, korálků, drátků, barevných čtvrtek, akrylových barev a spousty dalších materiálů. Více informací na <https://www.skimia.cz/>

Kontakt na lektorku paní Janu Galuščákovou: jana@skimia.cz

FLORBAL pro žáky z 5.-9. tříd (školní kroužek)

Rozvoj herních činností jednotlivce
Nácvik herních kombinací a systémů
Rozvoj obratnosti a taktického myšlení
Zlepšení fyzické zdatnosti

Pro tento kroužek je nezbytná vlastní florbalová hokejka, florbalový míček, sportovní oblečení a sálová obuv. Tento kroužek není vhodný pro začátečníky! Lektorem je Lukáš Faltys.

ŠACHOVÝ KROUŽEK (externí kroužek)

Klub šachistů Říčany 1925 je jeden z nejstarších a největších šachových klubů v ČR. Vyniká především výchovou mládeže. Družstvo mládeže hraje nejvyšší soutěž – Extraligu. Družstvo mladších žáků se zúčastní pravidelně Mistrovství ČR. Jednotlivci se probojují až na Mistrovství Evropy nebo Mistrovství světa. Tento kroužek je vhodný pro všechny věkové skupiny.

Tréninky probíhají v maximálním počtu 8 dětí.

Kontakt: starekchess@seznam.cz

KRUHOVÝ TRÉNINK i pro dospělé (školní kroužek)

Cvičení rozvíjí silově-vytrvalostní schopnosti, obratnost a motoriku.

Cílem cvičení je rozvoj pohybové všestrannosti, osvojení si základním pohybových dovedností, naučit se správného dýchání, držení těla a zlepšení fyzické zdatnosti.

Organizace: 3 x 12-15 stanovišť (cviků), interval zátěže 30s, interval odpočinku 10s. Cvičenec cvičí podle svých fyzických možností. Doba zátěže je pouze doporučené nikoli nakázaná. Instruktor dohlíží na správnou techniku provedení cviku a opravuje.

Obsahem cvičení jsou prvky z atletiky (běh, skoky, vrhy), gymnastiky (kliky, shyby, dipy, přednosy, lavičky, velké a malé míče), funkční prvky (balanční cviky, bosu).

Cvičení vhodné i pro začátečníky. Lektorem je Lukáš Faltys.

CROSS TRÉNINK i pro dospělé (školní kroužek)

Cvičení rozvíjí silově-vytrvalostní schopnosti, obratnost a motoriku.

Cílem cvičení je rozvoj pohybové všestrannosti, osvojení si základním pohybových dovedností, naučit se správného dýchání, držení těla a zlepšení fyzické zdatnosti.

Jedná se o soutěžní formu cvičení. Na začátku tréninku jsou na tabuli vypsány určité cviky s určitým počtem opakování. Trénink může mít 2 soutěžní formy:

- 1) předepsaný počet cviků splnit v co možná nejkratším časovém limitu
- 2) v předepsaném časovém limitu udělat co nejvíce opakování předepsaných cviků

Cvičenec si sám určuje, kdy odpočívá, pije, cvičí. Instruktor dohlíží na správnou techniku provedení cviku a opravuje.

Obsahem cvičení jsou prvky z atletiky (běh, skoky, vrhy), gymnastiky (kliky, shyby, dipy, přednosy, lavičky, velké a malé míče), funkční prvky (balanční cviky, bosu).

Lektorem je náš velký sportovec Lukáš Faltys. Cvičení vhodné pro lehce pokročilé cvičence.

BASKETBAL pro žáky z 5.-9. tříd (školní kroužek)

Rozvoj herních činností jednotlivce
Nácvik herních kombinací a systémů
Rozvoj obratnosti a taktického myšlení
Zlepšení fyzické zdatnosti

Lektorem je Lukáš Faltys.

PARKOUR S FREEMOVE (externí kroužek)

naš kroužek vám umožní pravidelně trénovat v pohodlí tělocvičny pod dohledem zkušených, certifikovaných trenerů parkouru. Získáte tak skvělou možnost jak bezpečně a efektivně rozvíjet svou sílu, obratnost, pohybovou zručnost a další parkourové dovednosti.

Náš tým trenérů je složen ze stále aktivních parkouristů, kteří díky svému dlouholetému osobnímu tréninku a zájmu pro porozumění své disciplíny dosahují neuvěřitelných výsledků.

Celý kroužek se bude držet v osnovách speciálně námi sestaveného ročního plánu, ve kterém čerpáme z našich dlouholetých osobních zkušeností s tréninkem parkouru. Na našich kroužcích se snažíme přivést děti k pohybu přirozenou cestou, spojujeme zábavné výzvy s tvrdým tréninkem, díky čemu se naši cvičenci efektivně zlepšují. Na našich kroužcích dbáme především na individuální přístup, osvojení základů, respekt a zábavu. Více informací na: www.freemoveteam.cz

Kontakt: info@freemoveteam.cz

KERAMIKA (externí kroužek)

Zkoušíme všemožné techniky práce s hlinou, od modelování z volné ruky přes tvoření z hliněných plátů až po modelování keramického reliéfu. Každou hodinu máme jiné téma, které si děti zpracují dle vlastní fantazie. Procvičujeme jemnou motoriku a relaxujeme po vyučování.

Více informací na: www.lamamka.cz

Kontakt: info@lamamka.cz

KROUŽEK MLADÝCH ČTENÁŘŮ A SPISOVATELŮ (školní kroužek)

Kroužek bude probíhat v naší knihovně. Na kroužku budeme číst krátké texty - povídky nebo začátek knížky (fantasy, pohádky, sci-fi, o spolužácích, ze života zvířat apod.) Budeme se také učit zajímavě psát. Někdo bude třeba raději kreslit ilustrace anebo vytvoří komiks. Společně vydáme ručně udělané knížky. Pro radost budeme hrát různé slovní i jiné hry. Tento kroužek je určen pro prvostupňové děti. Kroužek povede naše milá paní učitelka Lenka Pařízková.

ALIVIIN JABLOŇOVÝ KROUŽEK AJ (školní kroužek)

Kroužky anglické konverzace letos povede rodilá mluvčí Alivia Livesay z USA. Kroužek bude zaměřen na běžné konverzační situace a bude propojovat didaktické hry uvnitř případně i venku, čtení, psaní a vyrábění. Cílem je, aby se žáci v angličtině zlepšovali a zároveň si to užili.

KROUŽEK FLÉTNY PÍSKLATA (externí kroužek)

Máte doma malé hudební nadšence, neposedy, či človíčky se špatným zdravím a dechovými potížemi? Pak právě pro Vás je určen hudební kroužek Písklata.

V něm Vám nabízím:

- výuku základům hry na zobcovou flétnu
- seznamování s tóny a notami nenásilnou hravou formou
- hru na rytmické nástroje a spoustu zpívání
- procvičování správné techniky dýchání...

Komu je kroužek určen?

- všem dětem starším 5 let
- dětem projevujícím již nyní nadšení pro hudbu a písničky
- dětem s dlouhodobými zdravotními potížemi dýchací soustavy

Rozdělení do skupin podle pokročilosti.

Co potřebujete: Kvalitní sopránovou zobcovou flétnu s barokním prstokladem, nejlépe značky Yamaha či Aulos - doporučuji nákup na www.kytary.cz, či www.cmias.cz.

Lektorka paní Hana Skálová, tel. č. 774 21 61 89, e-mail: balvankova@seznam.cz

KROUŽEK ICT (školní kroužek)

Projekt, který je hrazen z dotace, a proto je zdarma. Jde o kroužek, kde se děti seznámí se základy ICT, bude se pracovat s tablety. Kroužek je vhodný pro děti z prvního stupně. Lektorkou je Veronika Kamarytová.
