

# **PUPÁSKŮV SPORTOVNÍ KEMP JÍLOVÉ**

**MÍSTO KONÁNÍ KEMPU:** ZŠ JÍLOVÉ U PRAHY

Komenského 365, Jílové u Prahy, 254 01

- vchod do zahrady školy z ulice Spartakiádní (roh Komenského a Spartakiádní)

**TERMÍN KONÁNÍ KEMPU:** Jílové 1 - 3.8. - 7.8. 2026

Jílové 2 - 10.8. - 14.8. 2026

**VEDOUcí KEMPU:**

Bc. Vojtěch Auda – 608 550 617

**ZAČÁTEK KEMPU:**

pondělí 7.30 – 9.00hodin

**DOKUMENTY:** zdravotní způsobilost (od lékaře, platnost 2 roky, postačí kopie)

bezinfekčnost (podepsaná rodiči v den nástupu)

zdravotní kartička (kopie)

Při převzetí dítěte budeme dále požadovat podpis zákonného zástupce či pověřené osoby – souhlas s ošetřením (v případě úrazu) a GDPR. Užívá-li dítě nějaké **léky** – zabalené, podepsané s instrukcemi odevzdat zdravotníkovi při začátku kempu!

Děti budou mít v průběhu kempu základní úrazové pojištění.

**SPORTOVNÍ KEMP TJ PUPÁSEK** je forma příměstského tábora s celodenními sportovními aktivitami, ale i volnou zábavou a odpočinkem. Děti se mohou těšit na plnou porci různých her a herních cvičení, které je zábavnou formou naučí správně běhat, házet, chytat a používat různá sportovní nářadí. Velmi dbáme na vytvoření kladného vztahu ke zdravému pohybu, lásce ke sportu celkově a rozvíjení soutěživosti. Každý den si děti vyzkouší novou oblast sportu – atletiku, gymnastiku, míčové a sportovní hry, starší děti Brännboll, fotbal, petanq, krocket, lukostřelba, vodní bitva s molitanovými míčky, ukázkový trénink karate, gymnastika, brouci Kousáci a další. Obsahem cvičení jsou všestranné pohybové činnosti za účelem zabezpečení optimálního tělesného, psychického a sociálního rozvoje. Na závěr – v pátek pro děti uspořádáme Sportovní hry a slavnostní vyhlášení vítězů s předáním medailí, diplomů a drobné pozornosti.

**STRAVOVÁNÍ:**

**oběd a pitný režim** po celý den zajištěn

**2 svačinky** si přinesou vlastní (např.: namazaný chlebíček, rohlík, ovoce, zelenina) nedávejte jim prosím sladkosti, jogurty a podobně – nebude to v lednici) a **sportovní** podepsanou či specificky označenou **lahev** na vodu

**OBLEČENÍ:**

- vhodné sportovní oblečení (šortky, tričko, tepláčky, mikina – adekvátně počasí)
- oblečení na převlečení
- sportovní boty (tenisky/botasky nikoliv sandály)
- sportovní obuv do tělocvičny (tenisky s bílou podrážkou či cvičky)
- bačkorky
- kšiltovku či jinou pokrývku hlavy  
– ideálně vše v jednom batůžku či tašce.

**HARMONOGRAM DNE:**

7:30 – 9:00 příchod dětí (spontánní hra - lego, duplo, stolní hry/ kontakt s rodiči)

9:00 – 9:30 svačina, hygiena

9:30 – 10:00 klidná hra na hřišti

10:00 – 10:45 trénink

10:45 – 11:30 brouci Kousáci/ volná hra

12:00 - 13:00 oběd

13:00 – 13:45 odpolední klid, kreslení sportovního deníčku, odpočinek/malé děti spánek

13:45 – 14:30 trénink

14:30– 15:00 svačina

15:00 – 17:00 odpolední program (volné aktivity, pobyt venku), odchod dětí