



Jabok – Vyšší odborná škola sociálně pedagogická a teologická

Jabok – Akademie für Sozialpädagogik und Theologie / Jabok – Institute of Social Pedagogy and Theology

Salmovská 8, 120 00 Praha 2, tel.: +420 211 222 440, fax: 211 222 441

e-mail: jabok@jabok.cz, www.jabok.cz

II D

třída

TŘÍDNÍ KNIHA PŘEDMĚTU

KURZ PLAVÁNÍ

Školní rok: 2019/20



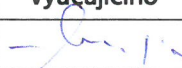
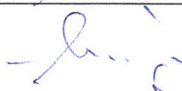

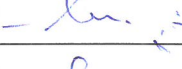

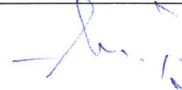
ALI

ředitel

M. PAŘÍZEK

vyučující

Třídní kniha předmětu

Název předmětu: Kurz plavání ZS 2019-20			
Studium:	denní		
Datum	Pořadí hodiny	Téma hodiny	Podpis vyučujícího
18.9	1.	Základy plaveckých dovedností, rozvíjení "pocitu vody"	
25.9	2.	Uklidnění a uvolnění ve vodě, splývání, odrazy od kraje bazénu	
2.1	3.	Základy plaveckého způsobu prsa, kopání nohama	
13.11	4.	Opakování principů plavec. zp. prsa, malé hry do vody	
20.11	5.	Opakování principů plavec. zp. prsa, základy plaveckého způs. znak	
11.12	6.	Opakování plaveckého způsobu znak, základní záchranné techniky	
18.12	7.	Opakování plaveckých dovedností, skok do vody (šipka), hry do vody pro děti	