

M-TES

U Výstaviště 1429
37005 České Budějovice
telefon/fax: 385 310 201,
385 310 202, 389 603 935
info@m-tes.cz • www.m-tes.cz

ZÁJMOVÉ KROUŽKY

2013-2014

ŠKOLA MĚŠKÁ

Příměstské tábory

MÁME RÁDI ZVÍŘATA

- zahájení kroužku č. 101 je 11.9.2013 a končí 6.6.2014
- cena kroužku č. 101 je 600,- Kč na pololetí
- délka kroužku č. 102 až 105 je 15 lekcí za pololetí (30 lekcí za školní rok)
- cena kroužku č. 102 až 105 je 600,- Kč na pololetí (15 lekcí)
- kroužky č. 103 – 105 se budou scházet a rozcházet na zahradě v ZOOKOUTKU organizace POHODÁŘI (u Sika). Zvířata, se kterými děti přijdou do kontaktu, jsou v pravidelné veterinární péči, vybrána a vedena odborným pracovníkem. V případě nepříznivého počasí probíhá kroužek v klubovnách M-tesu. Kroužek č. 102 se bude scházet v M-tesu.
- ZAHÁJENÍ VŠECH KROUŽKŮ JE V BUDOVĚ M-TESU

číslo	název kroužku	den	hodina	zahájení
101.	MLADÍ RYBÁŘI	středa	16. ⁰⁰ – 17. ³⁰	11. 9.

Kroužek je určen pro milovníky rybaření. Je určen, jak pro děti začínající s rybařením, tak i pro děti, které již mají s rybařením zkušenosti. Za hezkého počasí budou děti chodit pod dohledem odborného vedoucího chytat ryby, za deštivého počasí bude kroužek probíhat v prostorách M-tesu. Děti se dozví informace z historie rybářství, zajímavosti ze světa rybaření atp. Ohledně rybářské náčiní se s rodiči domluví vedoucí kroužku na zahajovací hodině.

102.	MÁME RÁDI PEJSKY	středa	15. ³⁰ – 17. ⁰⁰	2. 10.
------	------------------	--------	---------------------------------------	--------

Kroužek je určen pro děti, které mají kladný vztah ke zvířatům, přály by si mít pejska, avšak z různých důvodů ho doma mít nemohou. Náplní kroužku je venčení pejsků, ukázky výcviku, výchovy psů a péče o pejsky. Dále se děti dozví, jak se k pejskům chovat. Pejsci, které budou děti venčit, budou vybráni odborným zaměstnancem.

103.	MÁME RÁDI ZVÍŘATA	úterý	15. ³⁰ – 17. ⁰⁰	1. 10.
------	-------------------	-------	---------------------------------------	--------

Kroužek je určen pro děti, které mají kladný vztah ke zvířatům. Hlavní náplní kroužku je kontakt, péče, hry s domácími mazlíčky a drobnými hospodářskými zvířaty. Děti se dále dozví, jak se ke zvířatům chovat, jak se o ně starat apod. Program dotváří různorodé zájmové, tvořivé, vzdělávací, zábavné a sportovní aktivity, výlety a výpravy.

104.	ODDÍL M-TES „MLADÍ PŘÍRODOVĚDCI“	středa	16. ⁰⁰ – 17. ³⁰	2. 10.
------	----------------------------------	--------	---------------------------------------	--------

Hlavní náplní oddílu je vytvářet a posilovat pozitivní vztah dětí k přírodě, svému okolí a především ke zvířatům, naučit děti zábavnou formou vnímat svět kolem sebe. Program dotváří různorodé zájmové, tvořivé, vzdělávací, zábavné a sportovní aktivity, výlety a výpravy.

105.	MLADÝ EKOLOG	pondělí	15. ³⁰ – 17. ⁰⁰	30. 9.
------	--------------	---------	---------------------------------------	--------

Hlavní náplní kroužku je naučit děti vnímat svět kolem sebe, vytvářet pozitivní vztah k přírodě a životnímu prostředí. Součástí kroužku je pozorování živočichů v přírodě, seznámení se s chráněnými rostlinami a živočichy. Program dotváří přírodovědné a sportovní hry, výlety a výpravy. Děti se seznámí s moderními ekologickými metodami, úsporou energie a nakládáním s odpady apod.

HRY A ZÁBAVA

- délka kroužku je 15 lekcí za pololetí (30 lekcí za školní rok)
- cena kroužku č. 201 až 205 a 207 je 600,- Kč na pololetí (15 lekcí)
- cena kroužku č. 206 je 220,- Kč za měsíc
- **kroužek č. 202** se bude scházet a rozcházet v klubovnách M-tesu. Popřípadě za hezkého počasí na zahradě organizace **POHODÁŘI**.
- **kroužky č. 201, 203 až 207** probíhají v budově M-tesu
- **ZAHÁJENÍ VŠECH KROUŽKŮ JE V BUDOVĚ M-TESU**

číslo	název kroužku	den	hodina	zahájení
201.	CHYTRÉ HLAVIČKY	čtvrtek	16. ⁰⁰ – 17. ³⁰	3. 10.

Hlavolamy, logické hry, kvízy, křížovky, sudoku, vědomostní soutěže a mnoho zajímavého pro děti. Program dotváří různorodé zájmové, tvořivé, vzdělávací, zábavné a sportovní aktivity.

202.	ZÁLESÁK	čtvrtek	15. ³⁰ – 17. ⁰⁰	3. 10.
------	---------	---------	---------------------------------------	--------

V kroužku se děti učí tábornickým dovednostem, jak se chovat a jak přežít v přírodě. Je určen pro mladé dobrodruhy s kladným vztahem k přírodě a trempinku. Součástí kroužku jsou hry v přírodě a klubovně a dobrodružné výpravy do okolí.

203.	SPOLEČNĚ SE NENUDÍME	úterý	15. ³⁰ – 17. ⁰⁰	1. 10.
------	----------------------	-------	---------------------------------------	--------

Odpoledne plné her a soutěží. Za hezkého počasí budou děti hrát venku míčové a jiné hry. Při nepříznivém počasí pro ně budou připraveny soutěže a hry v klubovně M-tesu.

204.	ŠACHY	úterý	16. ⁰⁰ – 17. ³⁰	1. 10.
------	-------	-------	---------------------------------------	--------

Výuka šachů s pravidly, účast na turnajích.

205.	DESKOVÉ HRY	pondělí	16. ³⁰ – 18. ⁰⁰	30. 9.
------	-------------	---------	---------------------------------------	--------

Atraktivní stolní hry (např. Carcassone, Uno, Aktivity, Duch, Jurasík, Triominon), netradiční Domino a další tradiční i netradiční hry.

206.	HRA NA FLÉTNU	středa	16. ⁰⁰ – 17. ⁰⁰	2. 10.
------	---------------	--------	---------------------------------------	--------

Výuka hry na flétnu – probíhá ve skupinkách dvou až tří dětí.

207.	ŠIKULKA	pondělí	16. ⁰⁰ – 17. ³⁰	30. 9.
------	---------	---------	---------------------------------------	--------

Kroužek určený pro dívky – osvědčené techniky jako je vyšívání, pletení, háčkování, batikování, krajky, drhání, decoupage – ubrusková technika a další oblíbené techniky.

SPORTOVNÍ KROUŽKY

- cena kroužku č. 301 a 302 je 650,- Kč na pololetí
- cena kroužku č. 303 je 800,- Kč na pololetí
- **ZAHÁJENÍ KROUŽKŮ JE V BUDOVĚ M-TESU, U VÝSTAVIŠTĚ 1429, Č. BUDĚJOVICE**

číslo	název kroužku	den	hodina	zahájení
301.	TURISTICKÝ KROUŽEK	neděle	1x za 14 dní	3. 10. čtvrtek

Výlety do blízkého i vzdálenějšího okolí Českých Budějovic. Děti budou poznávat historické i přírodní památky v okolí. Kroužek se bude konat 1x za 14 dní v neděli. Zahájení kroužku je ve čtvrtek 3. 10. 2013 v 16.³⁰ hodin v budově M-tesu. Lektorka: Veronika Toupalová

302. AIRSOFT (věk od 10 let) *středa 16.⁰⁰–17.⁰⁰* **2. 10.**
(1x za 2 týdny 2-3 hodiny o víkendu – venku)

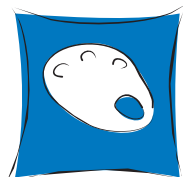
Teoretická příprava bude probíhat v týdnu v M-tesu - seznámení s airsoftem a vybavením, dále s pravidly bezpečnosti, pohybu a orientace v přírodě. Později v závislosti na věku dětí úvod na principu fungování jednotlivých součástí výstroje i výzbroje, taktické signály, postupy, průzkum, reakce na nástřel atp. Začlenění ilustračních videí a odbornějších přednášek, zdravotvědy, AČR, základy sebeobrany a bezpečného chování. 1 x za 2 týdny bude kroužek probíhat o víkendu venku. Děti si vyzkouší teorii v praxi pod dozorem vedoucích, později se zapojí do hry. Pro kroužek bude potřeba zakoupit dětem základní vybavení v ceně cca 500 až 600 Kč (vedoucí se budou snažit dohodnout množstevní slevy). Lektor: Kamil Stuchlík

303. SEBEOBRANA *středa 17.⁰⁰–18.³⁰* **2. 10.**

Kurz je určen pro děti a mládež bez omezení věku. Účastníci se naučí základním formám sebeobrany, dozví se užitečné rady, jak předcházet rizikům, jak se bránit atp. Maximální počet dětí v kroužku je 12, kroužek je vhodný pro dívky i pro chlapce. V případě většího počtu nabídneme jiný termín. Lektorka: Markéta Novohradská

VÝTVARNÉ KROUŽKY

- délka kroužku je 15 lekcí za pololetí (30 lekcí za školní rok)
- cena kroužku č. 401 až 403 je 500,- Kč na pololetí (15 lekcí)
- cena kroužku č. 404 až 405 je 650,- Kč na pololetí (15 lekcí)



číslo	název kroužku	den	hodina	zahájení
401. MALÍ PICASOVÉ (věk od 6 do 9 let)		<i>pondělí</i>	<i>15.⁰⁰–17.⁰⁰</i>	30. 9.

Výtvarný kroužek pro menší tvořivé děti se zaměřením na zručnost, vnímání, pozorování, ale také na správné zacházení s materiálem či na správný postup určitých technik. V menším množství bude do výuky zapojena zábavnou formou i teorie dějin umění.

402. PICASOVÉ (věk od 10 do 15 let)		<i>středa</i>	<i>16.⁰⁰–18.⁰⁰</i>	2. 10.
--	--	---------------	--	---------------

Výtvarný kroužek pro tvořivé děti, se zaměřením na náročnější techniky (objekty, koláže, pokusy s novým materiálem), na zručnost a nápaditost. Do výuky bude zapojena zábavnou formou i teorie dějin umění tak, aby děti pochopily její souvislosti a mohli ji použít i ve výuce na ZŠ.

403. KORÁLKY		<i>pondělí</i>	<i>15.⁰⁰–16.³⁰</i>	30. 9.
---------------------	--	----------------	--	---------------

Vytváření drobných předmětů z korálků – brože, náramky, náušnice, klíčenky, zvířátka apod.

404. VÝTVARNÝ KROUŽEK S VÝUKOU ANGLIČTINY (pro děti od 5 do 7 let)		<i>úterý</i>	<i>16.³⁰–17.³⁰</i>	1. 10.
---	--	--------------	--	---------------

Výuka angličtiny spojená s kreslením, formou hry pro malé děti.

405. VESELÉ VYRÁBĚNÍ		<i>úterý</i>	<i>15.⁰⁰–16.⁰⁰</i>	1. 10.
-----------------------------	--	--------------	--	---------------

Různé techniky z papíru – např. Tea bag folding (skládání z čaj sáčků), Iris folding, základy origami atd. Dále plstění, látkové brože, lapač snů z bavlnek a další tradiční i netradiční techniky.

POČÍTAČOVÉ KROUŽKY

- délka kroužku je 15 lekcí za pololetí (30 lekcí za školní rok)
- v jednom kroužku je maximálně 12 dětí, v případě většího počtu nabídneme jiný termín
- cena kroužku je **500,- Kč** na pololetí (15 lekcí)



číslo	název kroužku	den	hodina	zahájení
501.	FOTOKROUŽEK	<i>středa</i>	<i>16.⁰⁰ – 17.³⁰</i>	2. 10.

Techniky fotografování portrétů, krajin, architektury, panoramat apod. Součástí kroužku je úprava fotografií na počítači. Úpravy budou probíhat např. v programu Zoner Photostudio, či v jiném free software. V rámci kroužku bude probíhat teoretická výuka a fotografování v terénu.

502.	ZAČÁTEČNÍCI OBSLUHA PC	<i>středa</i>	<i>16.⁰⁰ – 17.³⁰</i>	2. 10.
-------------	-------------------------------	---------------	--	---------------

Základy obsluhy PC, klávesnice, hardware, externí zařízení, Malování, MS Windows, Wordpad, MS Office - Word, Excel začátečníci, Internet, počítačové hry.

503.	2.ROČNÍK OBSLUHA PC	<i>úterý</i>	<i>16.⁰⁰ – 17.³⁰</i>	1. 10.
-------------	----------------------------	--------------	--	---------------

MS Office - Word, Excel pokročilí, základy PowerPointu, další externí zařízení, Internet počítačové hry.

504.	3.ROČNÍK OBSLUHA PC	<i>pondělí</i>	<i>15.³⁰ – 17.⁰⁰</i>	30. 9.
-------------	----------------------------	----------------	--	---------------

OpenOffice, Internet HTML, Corel, Internet, počítačové hry, práce s grafikou, zvuk, video pomocí počítače, PowerPoint. (software se bude probírat dle schopností účastníků)

505.	TVORBA WEBOVÝCH STRÁNEK PRO ZAČÁTEČNÍKY	<i>pondělí</i>	<i>15.³⁰ – 17.⁰⁰</i>	30. 9.
-------------	--	----------------	--	---------------

V tomto kroužku získáte potřebné základy pro tvorbu webových stránek (CSS, styly, odkazy, domény, webhosting, optimalizace).

506.	TVORBA WEBOVÝCH STRÁNEK PRO POKROČILÉ	<i>pondělí</i>	<i>17.⁰⁰ – 18.³⁰</i>	30. 9.
-------------	--	----------------	--	---------------

Kroužek určený pro zájemce, kteří absolvovali kroužek č. 505 nebo již základní znalosti mají. Seznámení se s moderní technologií pro tvorbu webu (Javascript, PHP, redakční systémy).

507.	PROGRAMOVÁNÍ	<i>čtvrtek</i>	<i>17.⁰⁰ – 18.³⁰</i>	3. 10.
-------------	---------------------	----------------	--	---------------

Seznámení s programovacími jazykem Visual Basic – jednoduché programování pro začátečníky. Tvorba programů běžících pod Windows. Děti budou mít možnost vytvořit si např. vlastní kalkulačku, případně vlastní aplikaci.

508.	VYTVÁŘENÍ HER (bez znalosti programování)	<i>čtvrtek</i>	<i>15.³⁰ – 17.⁰⁰</i>	3. 10.
-------------	--	----------------	--	---------------

Děti se naučí vytvářet počítačové hry v jazyce Kodu, který nevyžaduje znalost programování. Nemusí se psát příkazy, vše je řešeno výběrem možností.

509.	GRAFICKÉ ÚPRAVY NA PC	<i>čtvrtek</i>	<i>15.³⁰ – 17.⁰⁰</i>	3. 10.
-------------	------------------------------	----------------	--	---------------

Základy práce s grafickými programy dle výběru (např. Photoshop, Corel Draw, Gimp, základní úpravy obrázků, vytváření jednoduchých grafik. Pokročilé techniky úprav, používání grafických a uměleckých filtrů v praxi.

JAZYKOVÉ KROUŽKY



- cena kroužku č. **601, 603 až 607** na pololetí je **850,- Kč**
- cena kroužku č. **404, 602** na pololetí je **650,- Kč**
- v případě, že máte zájem o pokročilejší úroveň, jiný termín kroužku či jiný jazyk, dejte nám prosím vědět. Rádi se Vám pokusíme vyjít vstříc.

číslo	název kroužku	den	hodina	zahájení
601.	ANGLICKÝ JAZYK - ZAČÁTEČNÍCI (od 7 let)	<i>pondělí</i>	<i>15.³⁰–17.⁰⁰</i>	30. 9.

Výuka angličtiny.

404.	VÝTVARNÝ KROUŽEK S VÝUKOU ANGLIČTINY (pro děti od 5 do 7 let)	<i>úterý</i>	<i>16.³⁰–17.³⁰</i>	1. 10.
-------------	--	--------------	--	---------------

Výuka angličtiny spojená s kreslením, formou hry pro malé děti.

602.	HUDEBNÍ CHVILKA S VÝUKOU ANGLIČTINY (pro děti od 5 do 7 let)	<i>úterý</i>	<i>16.⁰⁰–16.⁴⁵</i>	1. 10.
-------------	---	--------------	--	---------------

Výuka angličtiny hravou formou písniček a básniček. Písně doprovázené pohybem a Orffovými nástroji (popř. kytarou či klávesy).

603.	NĚMECKÝ JAZYK - ZAČÁTEČNÍCI (od 7 let)	<i>čtvrtek</i>	<i>15.³⁰–17.⁰⁰</i>	3. 10.
-------------	---	----------------	--	---------------

Výuka němčiny.

604.	ITALSKÝ JAZYK - ZAČÁTEČNÍCI (od 7 let)	<i>čtvrtek</i>	<i>16.⁰⁰–17.³⁰</i>	3. 10.
-------------	---	----------------	--	---------------

Výuka italštiny.

605.	RUSKÝ JAZYK - ZAČÁTEČNÍCI (od 7 let)	<i>úterý</i>	<i>16.⁰⁰–17.³⁰</i>	1. 10.
-------------	---	--------------	--	---------------

Výuka ruštiny.

606.	FRANCOUZSKÝ JAZYK - ZAČÁTEČNÍCI (od 7 let)	<i>čtvrtek</i>	<i>16.⁰⁰–17.³⁰</i>	3. 10.
-------------	---	----------------	--	---------------

Výuka francouzštiny.

607.	ŠPANĚLSKÝ JAZYK - ZAČÁTEČNÍCI (od 7 let)	<i>úterý</i>	<i>16.³⁰–18.⁰⁰</i>	1. 10.
-------------	---	--------------	--	---------------

Výuka španělštiny.

INDIVIDUÁLNÍ VÝUKA JAZYKŮ

Po dohodě zajistíme individuální výuku jazyků. Cena 1 vyučovací hodiny je od 180,- Kč.

INDIVIDUÁLNÍ DOUČOVÁNÍ PŘÍPRAVA NA ZKOUŠKY

Po dohodě zajistíme individuální doučování dětí z různých předmětů
(např. fyzika, matematika, angličtina, němčina).

Vhodné pro přípravu žáků 9. tříd na zkoušky na SŠ. Cena 1 vyučovací hodiny je od 180,- Kč.

CVIČENÍ, TANEC



- cvičení probíhají v tělocvičně SK Pedagog na Branišovské (zastávka Vysoškoškolské koleje MHD linky č. 3, 7, 15 a 41) nebo v tělocvičně Husova 45.
- cena všech cvičení 1 x týdně 1 hodinu je **900,- Kč** na celý školní rok
- cena kroužku č. 706 je **1.500,- Kč** na celý školní rok
- cena kroužku č. 712 je **1.200,- Kč** na celý školní rok
- **ZAHÁJENÍ KROUŽKŮ JE V BUDOVĚ M-TESU, U VÝSTAVIŠTĚ 1429, Č. BUDEĚJOVICE**

číslo	název kroužku	kde	den	hodina	zahájení
701.	ZUMBA		úterý	15.³⁰ – 16.³⁰	1. 10.

Aerobik na latinsko-americkou hudbu. Propojuje prvky aerobního cvičení s tanečními kroky ze salsy, rumbly, merengue, mamby i hip hopu. Lektorka: Aneta Smetanová.

702.	ZUMBA		úterý	16.³⁰ – 17.³⁰	1. 10.
-------------	--------------	--	--------------	--	---------------

Aerobik na latinsko-americkou hudbu. Propojuje prvky aerobního cvičení s tanečními kroky ze salsy, rumbly, merengue, mamby i hip hopu. Lektorka: Aneta Smetanová.

703.	BODY FORMING (PRO DOSPĚLÉ – tvarování postavy)		pondělí	18.⁰⁰ – 19.⁰⁰	30. 9.
-------------	---	--	----------------	--	---------------

Lahčí aerobní cvičení, pilates, posilování a další cvičení tvarující postavu. Cvičení vhodné pro všechny věkové kategorie. Lektorka: Lucie Korandová.

704.	STREET DANCE		středa	16.⁰⁰ – 17.⁰⁰	2. 10.
-------------	---------------------	--	---------------	--	---------------

Taneční styl s prvky hip hop, street dance, disco, R'n'B, MTV style a Funky určeny začátečníkům a mírně pokročilým. Účast na vystoupeních. Pro děti od 6 do 12 let. Lektorka: Adéla Janošová.

705.	DISCO DANCE – ZAČÁTEČNÍCI (pro děti od 7 do 11 let)		úterý	16.⁰⁰ – 17.⁰⁰	1. 10.
-------------	--	--	--------------	--	---------------

Jak už napovídá název, jedná se o rychlý druh tance, kde se používá hlavně moderní taneční hudba. Výuka soutěžních choreografií, osvojování si a zdokonalování základních tanečních prvků stylu Disco dance, gymnastická a pohybová příprava pro začátečníky. Důležité rytmické cítění a základní pohybová zdatnost. Vyžadujeme zodpovědný přístup a nadšení k tanci! Účast na vystoupeních, soutěžích a tanečních přehlídkách. Lektorka: Adéla Krygarová.

706.	DISCO DANCE – POKROČILÍ (pro děti od 11 do 15 let)		úterý čtvrtek	17.³⁰ – 18.³⁰ 17.³⁰ – 18.³⁰	1. 10.
-------------	---	--	--------------------------------	--	---------------

Disco dance pro pokročilé je určen vážným zájemcům o soutěžní tancování. Výuka soutěžních choreografií, osvojování si a zdokonalování tanečních prvků stylu Disco dance a Street dance, rozvoj gymnastických a pohybových schopností. V případě zájmu možné vytvoření soutěžní choreografie pro jednotlivce či duo. Důležité rytmické cítění, základní pohybová zdatnost a nadšení k tanci. Účast na vystoupeních, soutěžích a tanečních přehlídkách.

707. ORIENTÁLNÍ TANEČNICE **čtvrtek 16.⁰⁰–17.⁰⁰ 3. 10.**
(pro děti od 10 do 15 let)

Výuka choreografií orientálních tanců, rozvoj pohybových schopností, osvojení si tanečních prvků a krokových variací na různé typy hudby, uvolnění a práce s tělem. Důležité rytmické cítění, základní pohybová zdatnost a nadšení k tanci. Účast na vystoupeních, soutěžích a tanečních přehlídkách. Lektorka: Lucie Schwarzová.

708. MTV DANCE – ZAČÁTEČNÍCI **pondělí 16.⁰⁰–17.⁰⁰ 30. 9.**
(pro děti od 12 do 20 let – po dohodě se cvičitelkou možno i mladší)

MTV Dance neboli MTV Style je inspirován videoklipy, které je možné vidět na MTV či Očku. Jedná se o kombinaci Street dance, Disco dance, Hip hopu, R'n'B, ale i výrazového tance. Je inspirován současným hudebním světem a tancem, které je možno vidět ve videoklipech umělců jako Rihanna, Jennifer Lopez, Justin Timberlake, Usher, Lady Gaga či The Pussycat dolls. V těchto hodinách je třeba nebát se uvolnit a projevit svou osobnost. Výuka děti vede k formování vlastní osobnosti, učí správnému vnímání hudby a vede je k volnosti a otevřenosti při vlastním tanečním projevu. Účast na vystoupeních, soutěžích a tanečních přehlídkách. Lektor: Filip Vober.

709. CLOGGING (pro děti od 12 do 15 let) **pondělí 17.⁰⁰–18.⁰⁰ 30. 9.**

Clogging je stepový styl, který ovlivnil mnoho tanečních směrů a má již dlouhou historii. I clogging sám o sobě má své styly. Děti se zde budou učit základní taneční průpravě, základní kroky cloggingu a jeho stylů, vytváření choreografie, stretching, atd. Kroužek je určen pro začátečníky i pro děti, co již tančily. Lektorka: Lucie Korandová.

710. AEROBIK PRO NEJMENŠÍ (pro děti od 6 do 10 let) **středa 16.⁰⁰–17.⁰⁰ 2. 10.**

Cvičení plné zábavy, radosti a nadšených tanečnicků. Lekce jsou určené i pro začátečníky, zahrnují vytrvalostně-posilovací trénink formou tanečních choreografií, posilování a zlepšení ohebnosti těla pomocí protahovacích cviků. Děti mají možnost vymýšlet si i své vlastní sestavy. Na konci roku čeká děti společně předvedení choreografie na akci určené pro rodiče a na dalších akcích pořádané městem. Lektorka: Dominika Žitníková

711. BODY FORM (dospělí) **středa 17.⁰⁰–18.⁰⁰ 2. 10.**

Trénink svalových skupin celého těla speciálně zaměřený pro posilování stehen, hýždí a břišních svalů. Jedná se o kombinaci klasického aerobiku a posilování. Díky této kombinaci posílíte celé tělo, spálíte kalorie a užijete si spoustu zábavy od začátku až do konce hodiny. Choreografie se každou hodinu mění, takže nemusíte mít strach přijít na hodinu v půlce pololetí. Cvičení je vhodné pro všechny věkové kategorie. Lektorka: Dominika Žitníková.

712. ŽONGLOVÁNÍ **čtvrtek 16.⁰⁰–17.³⁰ 3. 10.**
aneb propojování pravé a levé hemisféry pohybem

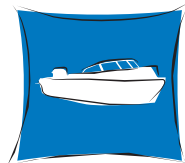
Kroužek bude zaměřený na činnost, při které dochází k propojování pravé a levé hemisféry. Hodinu začneme rozpohybováním těla, abychom posilovaly i ostatní svaly, které jsou při žonglování pasivní. Děti si vyrobí svoje žonglovací míčky a poiky. Během roku se naučí nějaké triky a připraví si společné vystoupení. Lektorka: Lenka Bukovská.

713. FITDANCE **úterý 17.³⁰–18.³⁰ 1. 10.**

Zábavné moderní fitness hodiny. Vychází z celosvětového fenoménu Zumba fitness a dalších tanečních stylů jako je MTV Dance, Hip Hop, Street Dance, House Dance, Salsa, Rumba, Jive apod. FitDance je vhodné pro dívky i chlapce ve věku od 6 do 15 let. Lektorka: Lenka Vařilová.

MODELÁŘI

- kroužky č. 801 a 802 probíhají v dílně na ZŠ Vltava
- kroužek č. 803 a 805 probíhá v budově M-tesu
- kroužek č. 804 probíhá v prostorách klubu železničních modelářů, **Lidická 1123 v Rožnově (autoservis Pronto), zde se uskuteční i zahajovací hodina.** Kroužek se platí se až na zahajovací schůzce!!!
- cena kroužku č. 802 až 803 a 805 na celý školní rok je **950,- Kč**,
- cena kroužku č. 801 a 804 na celý školní rok je **800,- Kč**
- **ZAHÁJENÍ KROUŽKŮ (kromě železničných modelářů) PROBÍHÁ V BUDOVĚ M-TESU**



číslo	název kroužku	den	hodina	zahájení
801.	MODELÁŘI – ZÁKLADY (věk od 8 let)	pondělí	16. ⁰⁰ – 18. ⁰⁰	30. 9.

Vyřezávání, lepení či sestavování různých předmětů ze dřeva, stavba papírových modelů. V ceně je veškerý materiál na stavbu dřevěných předmětů a papírových modelů.

802.	LODNÍ MODELÁŘI (věk od 10 let)	středa	16. ⁰⁰ – 18. ⁰⁰	2. 10.
------	--------------------------------	--------	---------------------------------------	--------

Stavba modelů kategorie EX 500 (volně plovoucí modely) nebo F4A (dálkově ovládané modely). V ceně kroužku je zahrnut veškerý materiál pro stavbu včetně motoru, hřídele, lodního šroubu, kormidla. Účastníci si pořizují ze svého pouze soupravu na dálkové ovládání včetně příslušenství. Pro soutěže zapůjčíme baterie. Účast na soutěžích v ČR, pořádání soutěží, kroužek končí účastí na krajské soutěži v květnu 2014.

803.	PLASTIKOVÍ MODELÁŘI (věk od 9 let)	čtvrtek	16. ⁰⁰ – 18. ⁰⁰	3. 10.
------	------------------------------------	---------	---------------------------------------	--------

Stavba plastických letadel, lodí, aut, účast na soutěžích. V ceně jsou stavebnice modelů a další potřebný materiál (barvy, lepidla atd.)

804.	ŽELEZNIČNÍ MODELÁŘI (věk od 9 let)	středa	16. ⁰⁰ – 18. ⁰⁰	2. 10.
------	------------------------------------	--------	---------------------------------------	--------

Stavba modelů s železniční tematikou. Tento kroužek se platí až na zahajovací schůzce.

805.	ELEKTRONICKÝ KROUŽEK (věk od 9 let)	úterý	16. ⁰⁰ – 17. ⁴⁵	1. 10.
------	-------------------------------------	-------	---------------------------------------	--------

Děti se zde naučí konstruovat slaboproudá zařízení, pochopí, jak fungují složité obvody atd. V kroužku si děti postaví některá z těchto zařízení: Krystalka a jednoduché přijímače FM, různé světelné efekty - blikáčky a podobně, jednodušší tranzistorové zesilovače a obvody s nimi, detektor kovů, jednoduchý robot reagující na světlo, zvuk, barevná hudba, zesilovač apod. V kroužku se děti dozví základy číslicové a digitální elektroniky, naučí se pracovat s plošnými spoji a pochopí principy funkce většiny elektronických zařízení a obvodů. Veškerý materiál je zahrnut v ceně kroužku.

OSTATNÍ KROUŽKY

- délka kroužku je 15 lekcí za pololetí (30 lekcí za školní rok)
- cena kroužku je **500,- Kč** na pololetí (15 lekcí za školní rok)

číslo	název kroužku	den	hodina	zahájení
901.	ZDRAVOTNICKÝ KROUŽEK	středa	16. ⁰⁰ – 17. ³⁰	2. 10.

V kroužku se děti naučí, jak správně poskytovat první pomoc. Seznámí se zejména s laickou první pomocí, od komunikace s dispečinkem Zdravotnické záchranné služby, přes transport, polohování, ošetřování zraněného apod. Formou exkurzí poznají blíže práci Zdravotnické záchranné služby, jejího dispečinku, vybavení a funkce jednotlivých vozidel i vrtulníku. Znalosti, které děti získají, si budou moci ověřit na připravených modelových situacích. Dále si budou moci vyrobit a sestavit svoji vlastní lékárníčku. Program bude doplněn různými hrami a sportovními aktivitami.

PŘÍMĚSTSKÉ TÁBORY O JARNÍCH PRÁZDNINÁCH

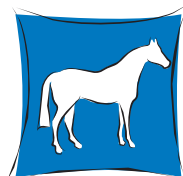
TERMÍN TÁBORŮ: 10. 2. 2014 – 14. 2. 2014

Příměstské tábory pořádáme v budově M-tesu a dalších prostorách dle zaměření. Pro děti připravujeme program dle zaměření a dále hry, soutěže, počítače, exkurze, dle počasí výlety apod.

951. PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR S KOŇMI A SE ZVÍŘATY

Tábor je určen pro děti, které mají kladný vztah ke zvířatům. Pro děti je připravený dvoudenní program s koňmi, kde se naučí jak se o koně starat. Děti si samozřejmě vyzkouší také ježdění na koni pod vedením zkušeného cvičitele.

Další náplní je dvoudenní program se zvířaty, kde se děti pod vedením odborného pracovníka naučí pečovat o domácí zvířata (králíky, morčata, kočky, kozy, papoušky aj.). Do programu tábora je zahrnut jeden celodenní výlet.



- **Místo konání:** budova M-tesu – U Výstaviště 1429
spolupracující organizace se zvířaty a s koňmi
- **Cena:** **1.500,- Kč**
(při platbě za jednotlivé dny 330,-Kč/den)

952. PŘÍMĚSTSKÝ TÁBOR S BĚŽNÝM PROGRAMEM

Pro děti je připraven bohatý program – hry, sportovní hry, soutěže, počítače, exkurze apod. Struktura programu je závislá na počasí. V programu je zařazen jeden celodenní výlet.

- **Cena:** **1.100,- Kč**
(při platbě za jednotlivé dny 290,-Kč/den)

V ceně tábora je zahrnut oběd, vstupné, jízdné, doprava apod. Nástup dětí je v pondělí od 7.³⁰ do 8.⁰⁰ hod., odchod do 16.⁰⁰ hod. První den se sejdou všechny děti v budově M-tesu. Ostatní dny je nástup a odchod dětí (místo a čas) dle aktuálního programu. O programu budou rodiče informováni v den nástupu na tábor. Na základě předběžného přihlášení obdržíte závaznou přihlášku s podrobnými pokyny.

ŠKOLA LYŽOVÁNÍ A SNOWBOARDINGU V RAKOUSKÉM SANDLU

- Lyžování pro děti a mládež od 6 do 16 let
- Snowboarding od 10 let
- Lyžování pro dospělé



- **TERMÍN:** od 11. 1. 2014 každou sobotu až do odjetí 7 lekcí

Pro děti je připraveno 7 sobot lyžařského výcviku. Cílem „ŠKOLY LYŽOVÁNÍ“ je naučit a zdokonalit se v lyžování nebo snowboardingu, naučit se bezpečnému pohybu na sněhu a na horách, zábava na zdravém vzduchu, poznání nového kolektivu. Kurz pořádáme i pro dospělé.

V ceně je započtena výuka lyžování nebo snowboardingu pod vedením zkušeného a kvalifikovaného cvičitele, doprava autobusem z Českých Budějovic, pojištění a správní poplatky. Vleky a obědy se hradí zvlášť.

Nutná vlastní lyžařská nebo snowboardová výbroj a výstroj, seřízené bezpečnostní vázání ze servisu, lyžařská přilba a platný vlastní cestovní pas (*občanský průkaz*).

V případě nepříznivého počasí se začátek Školy lyžování posouvá, v průběhu se může stát, že se některá sobota vynechá, nebo se z časových důvodů škola lyžování uskuteční v sobotu i v neděli. V každém případě se musí odjet 7 lekcí, pokud se nepodaří odjet všech 7 lekcí, vrátíme adekvátní část ze zaplacené ceny, sníženou o manipulační poplatek 100,- Kč.

Informace o tom, zda se jede či nikoliv, umísťujeme vždy nejpozději v pátek ráno na našich webových stránkách www.m-tes.cz.

Přihlášení: na školu lyžování se můžete přihlásit telefonicky, zasláním vyplněné přihlášky na kroužek, e-mailem nebo přímo z našich www stránek. Na základě předběžného přihlášení obdržíte závaznou přihlášku s podrobnými pokyny.

Lyžařské středisko Sandl se nachází uprostřed regionu zvaného Mühlviertel. Dva lyžařské vleky jsou na 1.111 metrů vysokém Viehbergu, kde na lyžaře čekají ke skvělému sjezdu tři upravené sjezdovky v celkové délce cca 3 km. Vleky jsou kotvové a pro začínající lyžaře je připraven dětský koberec. Lyžařská škola má ve středisku po celý den k dispozici místnost pro případný odpočinek, ohřátí nebo převlečení dětí.

Cena: 3.080,- Kč (lyže – děti) 3.180,- Kč (snowboard – děti)
3.280,- Kč (lyže – dospělí) 3.480,- Kč (snowboard – dospělí)

(V případě individuální výuky příplatek 80 %, v případě výuky 2 osob příplatek 50% za každou osobu.) Nelze sloučit individuální výuku dítěte a dospělého.

Cena vleku: cca 8 EUR
Cena oběda: cca 8 EUR (polévka, hlavní jídlo, čaj po celý den)
Pojištění: cestovní pojištění

INFORMACE

- **Vyučovací hodina** je 45 minut.
- **Místo konání kroužků:** Není-li uvedeno jinak, kroužky probíhají v sídle M-tesu, U Výstaviště 1429, České Budějovice
- Všechny zahajovací hodiny kromě železničních modelářů probíhají v budově M-tesu, U Výstaviště 1429, Č. Budějovice
- Není-li uvedeno jinak, je minimální počet účastníků pro kroužky cvičení 10 dětí, v ostatních kroužcích je 6 dětí.
- **Úhradu kroužků** proveďte do 25. září 2013, při pozdějším přihlášení do 10 dnů ode dne přihlášení: a) hotově v kanceláři M-tesu
b) převodním příkazem na účet u KB Č. Budějovice, č.ú. 51-8930280287/0100
- **JAKO VARIABILNÍ SYMBOL UVEĎTE ČÍSLO KROUŽKU.**
- **Vrácení kurzovného** - v případě dlouhodobé nemoci dítěte (*nutno doložit potvrzením od lékaře*) se vrací poměrná část snížená o 20%. V ostatních případech se kurzovné nevrací.
- **POZVÁNKU NA ZAHÁJENÍ NEPOSÍLÁME**, v nabídce jsou uvedeny termíny zahájení.
- V případě **většího počtu přihlášených dětí** se snažíme nabídnout další kroužek ve stejném termínu. Pokud to prostorové možnosti nedovolují, pak nabízíme jiný termín. Toto vše se řeší na zahajovací hodině.
- Změna termínů a míst konání kroužků z technických a prostorových důvodů vyhrazena.
- Kroužky **končí** po odučení uvedeného počtu hodin. Pokud není stanoven počet hodin nebo termín ukončení, pak maximálně 6. června 2014. O prázdninách a státních svátcích kroužky nejsou. U kroužků, kde je stanoven počet hodin, se započítávají pouze skutečně odučené hodiny.
- Zájemcům o **ŠKOLU LYŽOVÁNÍ** a **PŘÍMĚSTSKÉ TÁBORY** budou zaslány přihlášky s konkrétními pokyny.

PŘIHLÁSIT SE MŮŽETE

**telefonicky, e-mailem, zasláním vyplněné přihlášky
nebo na našich www stránkách.**

Další informace Vám rádi poskytneme v M-TESU:
U VÝSTAVIŠTĚ 1429 • ČESKÉ BUDĚJOVICE

nebo na telefonním čísle:

385 310 201 • 385 310 202 • 389 603 935

s dotazy se můžete obrátit na naši e-mailovou adresu:

info@m-tes.cz

LETNÍ TÁBORY

- Pořádáme letní pobytové a letní příměstské tábory •
NABÍDKA BUDE K DISPOZICI V LEDNU 2014

PŘIHLÁŠKA DO KROUŽKU

Jméno a příjmení

Datum narození Mobil

Bydliště PSČ

E-mail (na tuto adresu Vám budeme zasílat nabídky)

Číslo kroužku

Způsob platby: hotově převodním příkazem (označte křížkem)

Příhlášku obratem zašlete zpět na adresu: M-TES • U Výstaviště 1429 • 37005 České Budějovice
nebo naskenovanou na e-mai: **info@m-tes.cz**

Souhlasím se zpracováním a uveřejněním dokumentace a foto z činnosti kroužků za účelem propagace.

V Č. Budějovicích dne _____

Podpis