|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| |  |  | | --- | --- | | |  | | --- | | Novinky z Ústřední školy České obce sokolské, duben – červen 2015 | |  |  |  |  | | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | [https://gallery.mailchimp.com/6ea038b0cce9fbf85672f7e56/images/logo_ustredni_skola.3.png](http://www.sokol.eu/) |  | | | |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | |  | | --- | | 27.—29. března [Lyžování na pohodu](http://novy.sokol.eu/akce/lyzovani-na-pohodu) Pec pod Sněžkou  27.–29. března [Instruktor parkouru](http://novy.sokol.eu/akce/instruktor-parkouru) Praha 1. konzultace  29. března [Tai-chi pro děti](http://novy.sokol.eu/akce/tai-chi-pro-deti) Praha  10.–12. dubna [Cvičitel všestrannosti III. třídy](http://novy.sokol.eu/akce/cvicitel-vsestrannosti-iii-tridy) Praha 1. konzultace  17.–19. dubna [Cvičitel rodičů a dětí a předškolních dětí II. třídy](http://novy.sokol.eu/akce/cvicitel-rodicu-a-deti-a-predskolnich-deti-ii-trid) Praha 1. konzultace  [SokolGym — 90 let otevření Tyršova domu](http://novy.sokol.eu/akce/sokolgym-2015-90-let-otevreni-tyrsova-domu)  31. května [Badminton](http://novy.sokol.eu/akce/badminton) Praha  5.—7. června [SokolGym — Sokolské Brno](http://novy.sokol.eu/akce/http:/novy.sokol.eu/akce/sokolgym-2015-sokolske-brno)  ​ | | | |  | | --- | | Vážení příznivci pohybu a vzdělávání, bratři a sestry,jaro, které již klepe na dveře, je symbolem aktivity, elánu, radosti i lásky. Věřím, že se Vám podaří nalézt chvilku času i pro vlastní rozvoj a vzdělávání. Zde jsou akce které jsme připravili od března do konce května.  Vaše Ústřední škola ČOS Lyžování na pohodu Setkání vyznavačů jednotlivých disciplín lyžování – běh na lyžích pro relaxaci a poznávání zimní krajiny, sjezdové lyžování – carving, výuka dětí, snowblade jako průprava carvingu, snowboarding.  Semináře se zúčastní významné osobnosti nejen v lyžařském sportu. Praktickou část v jednotlivých disciplínách povedou zkušení kvalifikovaní lektoři. Součástí setkání budou besedy s účastníky zimní olympiády a s legendami českého sportu. Seminář je tak vhodný nejen pro cvičitele, ale také rodiny s dětmi a je otevřen všem zájemcům z řad ČOS. Přesný program bude elektronickou poštou zaslán přihlášeným účastníkům. Seminář je pořádán ve spolupráci s komisí lyžování Odboru sportu.  [Více informací na sokol.eu](http://novy.sokol.eu/akce/lyzovani-na-pohodu) Instruktor parkouru Školení je vhodné pro cvičitele a traceury, kteří chtějí vést cvičební jednotky v Sokole i mimo něj na základě živnostenského oprávnění. Podmínkou pro přihlášení je ukončené střední vzdělání a věk alespoň 18 let. Náplní bude 50 hodin teoretických a 100 hodin praktických předmětů pokrývajících vše, co instruktor potřebuje pro svou činnost znát. Absolvent bude schopen přizpůsobit výuku věku a trénovanosti cvičenců. Naučí se dodržovat zásady bezpečnosti, dopomoci a záchrany.  [Více informací na sokol.eu](http://novy.sokol.eu/akce/instruktor-parkouru) Cvičitel rodičů a dětí a předškolních dětí II. třídy Cvičitel II. třídy Rodičů a dětí a předškolních dětí je nadstavbou kvalifikace cvičitel III. třídy této odbornosti. Na školení se naučíte:   * ovládat jak teoreticky tak prakticky základy způsobů vedení a organizace TV procesu v oddílech RDPD * odlišovat věkové zvláštnosti předškolních dětí * zdravotní a průpravná cvičení, přirozená cvičení, akrobatická cvičení, cvičení na nářadí a cvičení s náčiním v předepsaném rozsahu   Získáte teoretické a praktické znalosti z oblasti psychomotoriky, pohybových her, odpočinkové činnosti, hudebně pohybové výchovy a tance, soutěží a testování, z oblasti cvičení a pobytu v přírodě, atletiky, her na sněhu a ledu, lyžařské přípravy a základů bruslení, plavecké přípravy, jógy pro předškolní děti. Ovládnete základy pohybové skladby, pořadových cvičení, tělocvičného názvosloví, grafického záznamu pohybu.  Po absolvování školení budete schopni vést cvičební jednotku se cvičenci obou věkových kategorií s různou tématikou či vést školení nižších kvalifikačních stupňů.  Podmínkou pro přihlášení je absolvování školení RDPD nebo V III. třídy nebo pedagogické, tělovýchovné vzdělání.  [Více informací na sokol.eu](http://novy.sokol.eu/akce/cvicitel-rodicu-a-deti-a-predskolnich-deti-ii-trid) Fitjazz - tančit může každý Otevřený praktický seminář spojený s prezentací nové knihy o Fitjazzu. Seminář povede zakladatelka tohoto jedinečného tanečního směru - MgA. Helena Peerová. Při účasti na semináři dostanete od nás novou knihu zdarma.  [Více informací na sokol.eu](http://novy.sokol.eu/akce/fitjazz-tancit-muze-kazdy) SokolGym 2015 – 90 let otevření Tyršova domu V rámci oslav 90 let otevření Tyršova domu proběhne jako součást doprovodného programu řada workshopů s výběrem toho nejlepšího, co můžete v programu Ústřední školy nalézt. Od parkouru, nového cirkusu až k tanci a párové akrobacii. Workshopy budou probíhat od pondělí do středy v Tyršově domě. Vstup volný.  [Více informací na sokol.eu](http://novy.sokol.eu/akce/sokolgym-2015-90-let-otevreni-tyrsova-domu) SokolGym 2015 Sokolské Brno V průběhu Sokolského Brna se budete moci seznámit s tím nejlepším, co Ústřední škola ČOS nabízí ve svém programu. Formou krátkých workshopů se tak seznámíte např. s ropeskippingem, parkourem a dalšími pohybovými aktivitami a sporty.  [Více informací na sokol.eu](http://novy.sokol.eu/akce/sokolgym-2015-sokolske-brno) Pokud je již nějaký seminář obsazen, můžete se na stránce akce zapsat a dáme Vám vědět, pokud by se uvolnilo místo nebo pokud bychom seminář opakovali. Zapojte se do výzkumu Sestra Lenka Libichová zpracovává disertační práci na téma: „Hodnoty sokolského hnutí“. Pomozte ji vyplněním dotazníku na adrese níže. Výsledky její práce mohou pomoci České obci sokolské při další činnosti.  Dotazník pro členy ČOS:  <https://docs.google.com/forms/d/1zqreMK7zKHBOZ4BkvelHyvIr98-K55r3LB5wbIYt8V0/viewform>  Dotazník pro nesokolskou veřejnost:  <https://docs.google.com/forms/d/1fNHzqzhCaI_fHIT3DPz6DNeSNqn3Vc0hI8iVb8Fp_fo/viewform>  Na adrese <http://novy.sokol.eu/ustredni-skola> naleznete nové webové stránky Ústřední školy. Tam najdete nejnovější informace k akcím Ústřední školy ale i další zajímavé články.  ​ | | | | |  |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | |  |  | | --- | --- | | [Like Novinky z Ústřední školy ČOS on Facebook](http://us3.campaign-archive.com/social-proxy/facebook-like?u=6ea038b0cce9fbf85672f7e56&id=dfaa2f69c7&url=http%3A%2F%2Fus3.campaign-archive.com%2F%3Fu%3D6ea038b0cce9fbf85672f7e56%26id%3Ddfaa2f69c7&title=Novinky%20z%20%C3%9Ast%C5%99edn%C3%AD%20%C5%A1koly%20%C4%8COS&e=009d837e01)| [naše stránka na facebooku](https://www.facebook.com/skolaCOS) | | | Česká obec sokolská | [Email Marketing Powered by MailChimp](http://www.mailchimp.com/monkey-rewards/?utm_source=freemium_newsletter&utm_medium=email&utm_campaign=monkey_rewards&aid=6ea038b0cce9fbf85672f7e56&afl=1) | | [odhlásit se z odběru těchto zpráv](http://sokol.us3.list-manage.com/unsubscribe?u=6ea038b0cce9fbf85672f7e56&id=f3bf6fded3&e=009d837e01&c=dfaa2f69c7) | [upravit nastavení zasílání](http://sokol.us3.list-manage.com/profile?u=6ea038b0cce9fbf85672f7e56&id=f3bf6fded3&e=009d837e01) | | | | |