

Program

Pátek

18:00 **Večeře** (vlastní nebo v bufetu)

19:30 **Zahájení**

Promítání z kurzů proběhlých, pozvánky na kurzy budoucí

- co bylo letos: Námořní akademie, SEALs, KLŠVS, Lodní tesař, VDV Vrbné
- chystá se příští rok (akce, co nejsou každý rok): Kapka HKVS 2019, IKZ 2019

21:00 **Večerní program**

- **Zpívání (Ježour)** – salónek v hospodě [U Kance](#)
- **Kino** – film se skautskou/vodáckou tematikou, který se vybere dle ankety později

Sobota

7:00 – 8:00 **Snídaně**

8:00 – 8:30 **HKVS informační okénko**

8:45 – 10:15 **1. Vzdělávací blok**

- **Plavba na [La Grace](#) s oddílem (Vašek)** – zahraniční akce a jak na ni... ukážeme si zákulisní přípravy zahraniční akce s oddílem, co vše je potřeba zajistit, na co si dát pozor, možnosti financování... a také co se na lodi děje a jak stavět program.
- **Potápění s ABC – šnorchlování (Fialík)** – teorie – cílem programu je seznámení s odborkou Potápeč/Potápečka – teoretická příprava. Co je ABC? Jak se s tím zachází? Potřebuju k tomu něco umět? Na co si dát pozor? Jak potápění s ABC využít v programu oddílu? Jak zajistit bezpečnost? Následovat bude praktická část v bazénu, doporučujeme před praxí absolvovat teoretickou část. Program je vhodný zejména pro úplné začátečníky.
- **Vázání uzlů (Hvězdář, King)** – cílem programu je naučit účastníky vázat jak běžné, tak méně běžné uzle používané při vodáckých činnostech tak, jak se opravdu používají.
- **Psychické bezpečí dětí (prac. skupina na ochranu dětí)** – Co vše může vést psychickému ohrožení dítěte v oddíle? Jak s tímto rizikem pracovat, jak na něj myslet a předcházet mu? Jak vytvářet v oddíle bezpečí a atmosféru, ve které je všem členům oddílu dobře? Nad tím a mnohým dalším můžeme společně přemýšlet.

10:45 – 12:15 **2. Vzdělávací blok**

- **Lodní komise (Hvězdář, Flint)** – program se bude věnovat startování vlajkami na vodáckých závodech (výhody, ukázky, použití, jak na to, kde je sehnat), hromadné výrobě takeláží, zajištění lodí na velké vodní ploše a správnému sezení v lodi.
- **Jak na odborku Mezinárodní skaut / Mezinárodní skautka? (Hondzik)** – Představení evropského vodního skautingu, k čemu máme Odysseus group, jak navázat kontakty se zahraničními oddíly, jak jet s oddílem na zahraniční akci, kde získat pro inspiraci zahraniční metodické materiály.

- **Sexuální výchova v oddíle (prac. skupina na ochranu dětí)** – Děti jsou vystaveny obrovským dávkám dezinformací v oblasti sexuální výchovy. Mluvme s dětmi na rovinu, aby si dítě dokázalo svou sexualitu uvědomit a zhodnotit ji. Nejsme škola a nemůžeme ji nahradit, ani rodinu, ale jsme společenství, kde mají k sobě blízko mladší a starší, proto se můžeme pustit i do těchto intimnějších témat, když na to máme odvahu. Naopak, když to není náš šálek kávy, tak to v rámci programu můžeme hodit za hlavu - přesto bychom měli vědět, protože se nám může stát, že budeme řešit nečekanou situaci. Nejde jen o povídání o sexu, ale i role holky, kluci, o rodině, budoucnosti, dětských představ o ní, o vlastním těle.
- **Strečink a kompenzační cviky, posilování s vlastní vahou (Vojta, Cedník)** – cílem programu je naučit se, jak kompenzovat jednostranné zatížení při vodáckých sportech, jak se protahovat a jak to zařazovat při oddílové činnosti a na kurzech. Program bude probíhat prakticky v tělocvičně a je vhodný pro kohokoliv. S sebou: kraťasy, tričko, boty do tělocvičny, co nedělají šmouhy.

12:15 – 13:30 **Oběd**

13:30 – 16:30 **3. Vzdělávací/poznávací blok**

- **Prohlídka Plzně (Ježour)** – komentovaná prohlídka radnice a dalších zajímavých míst v centru Plzně s někým ze zastupitelů
- **Já a první princip (Edy)** – www.skautskyinstitut.cz/hledani-prvniho-principu, Seminář na téma skautských hodnot a prvního principu skautingu, tedy povinnosti k Bohu. Co to jsou ty vyšší hodnoty? Kde se berou a kde je hledat? Proč je musíme respektovat? A jak o nich mluvit s dětmi? Smyslem semináře není sdělovat absolutní pravdy nebo dělat definitivní závěry, ale o prvním principu především mluvit.
- **Psychohygiena, prevence syndromu vyhoření (Nevypust' duši <http://nevypustdusi.cz>)** – Věnujeme se prevenci v oblasti duševního zdraví, symptomům syndromu vyhoření a jak tomuto syndromu předcházet, základním znakům nejčastějších duševních onemocnění, pomoci blízkému a vyhledání odborné pomoci v případě duševních obtíží. Program obsahuje destigmatizační prvky, budeme se věnovat i tomu, jak se duševnímu zdraví a prevenci duševních onemocnění věnovat se staršími dětmi v oddíle.
- **Lezení na lezecké stěně (ext. lektor)** – Cílem programu je seznámit účastníky prakticky s novou odborkou horolezec/horolezkyně - co vše lze s dětmi provozovat, co vhodné není, a jak zajistit bezpečnost.

16:30 – 18:00

- **Jak funguje HKVS?** – Představení agend Kapitanátu, seznámení s činností a s možnostmi, jak se do dění zapojit na různých úrovních.
- **Hra po městě (Lúca)** – zaměřena na historii a plzeňské pověsti, s sebou tužku a mobilní telefon, ideálně se čtečkou QR kódů a daty (bude stačit jeden do skupinky).

18:00 – 19:00 **Večeře**

20:00 **Ples**

Bude probíhat v Plzeňském pivovaru ([prostory Secese](#) + další sály k sezení), k tanci bude hrát reprodukováná hudba.

Neděle

8:00 – 9:00 **Snídaně**

9:00 – 12:00 **4. Vzdělávací/poznávací blok**

- **Bazén** (9–11 ve vodě)
 - **plavání a záchrana tonoucích (Cedník)** – zlepšování plaveckých stylů (i u “poloplavců”), výuka různých způsobů záchrany tonoucího, metodika plavání a záchrany – jak na to v oddílech. Možnost ověření kompetencí KZ oblasti Plavání a záchrana tonoucích.
 - **Potápění s ABC – šnorchlování (Fialík)** – praxe – cílem programu je seznámení s odborkou Potápeč/Potápečka prakticky. Program je vhodný pro úplné začátečníky i pro pokročilé.
 - Účastníci budou rozděleni do skupinek podle zájmu a úrovně dovedností.
- [Prohlídka pivovaru Plzeňský prazdroj](#) – prohlídka trvá 100 min, 250 Kč (150 studenti, důchodci) - nebude v ceně srazu (platí se na místě), **kapacita 45 lidí**
- **Jak na skautIS (skautIS pro začínající) (Infoodbor – Honza)** – Seminář je zaměřen na představení základních a nejčastěji používaných funkcí. Kromě jejich představení se podrobně podíváme určitě na zakládání a propojování úctů, bezpečnost a základní evidenci údajů o osobách a jednotkách a také vyhledávání a přihlašování na vzdělávací akce. Pro ilustraci jen několik dalších možných témat (výčet není úplný): Hodnocení kvality; Benefity (STS, Skautské energie); Akce (výpravy, tábory); Náповěda a podpora Na semináři bude prostor pro dotazy a diskusi ohledně používání i rozvoje skautISu. (**kapacita 19 lidí**)
- **Prohlídka divadla (Pavlík)** – nahlédnutí do útrob divadla, co běžný divák nevidí. Představení, jak to v divadle chodí, jak jsou důležité které profese a co to obnáší. (**kapacita 20 lidí**)

12:00 – 13:00 **Zakončení, hodnocení, kapitánská vrba**

13:00 – 14:00 **Oběd**