

Cíle žáků Základních škol

DOBROVOLNICTVÍ

DofE Jihomoravský kraj
DofE Zlínský kraj

VZDĚLÁVÁNÍ

Pomoc učitelů

- Pomoc mladším dětem v kroužku keramiky, programování, ... a pomoci jim dosáhnout jejich cílů.

Tutoring/Mentoring/Doučování /Koučing

- Vytváření pracovních listů jako jinou formu doučování.
- Naučit kamaráda/rodinného příslušníka základy komunikace v anglickém jazyce za použití vlastních pracovních listů.
- Doučování spolužáků z matematiky, češtiny a dalších předmětů.
- Doučování žáků 1. stupně.

Pomoc na hvězdárně

- Prohloubit znalosti o vesmíru, naučit se práci s novými technologickými postupy (nové typy 3D brýlí apod.)

SLUŽBY DRUHÝM

Pomoc seniorům

- Jednou týdně navštívit domov seniorů v Plavči.
- Pomoc starší paní sousedce.

Pomoc ve družině

- Budu pomáhat hlídat děti v odpolední družině.
- Věnovat a hrát si s mladšími dětmi ve družině. Vymýšlet pro ně různé hry a zábavu.

Řemeslné práce

- Pomoc panu školníkovi s údržbou školy, drobné opravy.

Buddy program

- Spolupráce na společném projektu s žákem z Ukrajiny.
- Buddy program - spolupráce v buddy dvojici na malém projektu.
- Pomoc žákům z Ukrajiny na naší škole.

Čištění kamenů zmizelých

- Udržet kameny zmizelých v Brně čisté.

Pomoc v mateřské školce

- Vyrobit s dětmi 6 obrázků/výrobků.

NEZISKOVÁ ORGANIZACE

Nezisková organizace LOTOS

- Pravidelně pomáhat s potravinovou bankou a dalšími pracemi, které mi sociální pracovnice uloží.

Pomoc v knihovně

- Naučit se práci s knihovnickou databází.

Fundraising

- Nasbírat body pro projekt ABATOP.

MÉDIA

Správa sociálních sítí

- Spravovat instagramový profil @prijimacky_dofe.



LEADERSHIP

Vedoucí (studentský / sportovní klub)

- Naučit se trénovat malé gymnastky.
- Pomoc s trénováním mladších žáků v tenisovém oddíle.

ŽIVOTNÍ PROSTŘEDÍ

Úklíkové akce

- Sesbírat 1 pytel odpadků o objemu 60 litrů za týden.
- Pravidelné sbírání odpadků a třídění nalezeného odpadu.
- Pravidelně uklízet chráněnou oblast Červený kopec.

Záchrana přírody

- Likvidace černých skládek v okolí bydliště.
- Péče o prostranství kolem biotopu a splavisek v Chrlících.

PÉČE O ZVÍŘATA

Péče o zvířata ve Středisku volného času

- Pomáhat starat se o zvířata ve Středisku volného času.
- Pomoc majitelům s péčí a úklidem u zvířat.

Pomoc na farmě

- Pravidelně pomáhat s krmením zvířat.

Pomoc v útulku

- Pomoc v útulku Opuštěné kočičí tlapky.
- Péče a pomoc v útulku pro opuštěná zvířata - úklid a péče.

Venčení psa seniora/handicapovaného

- 1-2x týdně vyvenčit psa seniorovi.

Cíle studentů Základních škol

DOVEDNOST

DofE Jihomoravský kraj
DofE Zlínský kraj

CIZÍ JAZYK

(angličtina, němčina, ruština, italština, norština)

- Dosáhnoutí určité jazykové úrovně, získání certifikátu na určité úrovni, číst knihy v originále, ...
- Naučit se písmo azbuka, katakana, japonská abeceda, ...

ČTENÍ A KREATIVNÍ PSANÍ

Čtení

- Připravit se na přijímací zkoušky.
- Věnovat se pravidelnému čtení, čtecím výzvám, ...

Kreativní psaní

- Napsat povídku, knihu o určitém počtu slov/stran.
- Vytvořit komiks na dané téma.
- Věnovat se pravidelnému psaní.

IT A DESIGN WEBOVÝCH STRÁNEK

- Tvorba webu na studium španělštiny.
- Zvládnout kurz programování v Pythonu, Javascriptu, ...
- Naučit se pracovat v programu RAD studio a vytvořit vlastní aplikaci.
- Práce s videem a fotografií v postprodukční práci.

UMĚNÍ

Malba

- Zlepšit se v technice a malbě postav v pohybu.
- Ovládnout techniku anatomické kresby těl.

Keramika

- Vytvořit sadu jídelního nádobí.

Šití

- Vytvoření kolekce šatů.

Zpěv

- Zlepšit techniku operní árie.

Herectví

- Příprava závěrečného vystoupení, replik dialogů, ...
- Vytvořit divadelní hru.

Hudební nástroj

- Naučení se skladby, vylepšení techniky, osvojení akordů, ...

Hlavalamy

- Naučit se poskládat Rubikovu kostku pod čas 40 s.

Skládání origami

- Naučit se skládat origami různými technikami.



MANUÁLNÍ ČINNOSTI

Vaření

- Chci vytvořit kuchařku z receptů, které vyzkouším.
- Uvařit národní jídlo každého evropského státu.

Pečení

- Naučit se upéct makronky.

Dřevořezba

- Vytvořit přívěsky.

Modelování

- Tvorba kompletního modelu budovy.

KOMUNIKACE

- Naučit se komunikovat s lidmi s mentální poruchou.
- Studium Braillova písma.

ŠACHY

- Dosáhnout v online hrách v Lichess percentilu 95.

CHOVATELSTVÍ

- Chov andulek.



Cíle studentů Základních škol

POHYB

DofE Jihomoravský kraj
DofE Zlínský kraj

ATLETIKA

Běhání

- Uběhnout daný počet kilometrů za čas (km/minuty, m/s).
- Uběhnout daný počet kilometrů (např. 20 km, každý týden 5 km, celkem 240 km).
- Překonání osobního rekordu na 400 m o 60 s.
- Trénink na půlmaraton.

BOJOVÁ UMĚNÍ/SEBEOBRANA

KungFu

- Složit zkoušky na žákovský stupeň.

Box

- Osvojení si techniky boxu a vyzkoušet zápas.

Krav Maga

- Získ fialového pásu Krav Maga.

TANEV/GYMNASTIKA

Společenské tance

- Naučit se základní kroky tanců (př.: Waltz, Tango, Valčík, Polku, Cha chu, Jive, Salsu..).

Balet

- Zvládnout piruetu na špičkách.

Lidové/národní tance

- Naučit se choreografii lidového tance a vystoupit na hodech.

Taneční choreografie

- Vytvoření sólo taneční sestavy ve vstupu 1,75 min.

KOLEKTIVNÍ A MÍČOVÉ HRY

Volejbal

- Zvládnout přepinknout 100 míčů v kuse a naučit se podání ve skoku.

Basketbal

- Zlepšovat techniku hry.

Badminton

- Zlepšovat techniku hry.

Badminton

- Zlepšení tenisového úderu backhand, vylepšení servisu a zúčastnit se turnaje.

OUTDOOROVÁ REKREACE

Horolezectví

- Vylézt určitou obtížnost bouldering či větších výšek za použití lana (úroveň 6, 7a, VII+ (UIAA)).

Jízda na koni

- Uje Jezdectví: základní výcvik a naučit se cval a klus.

Sport se psy

- Hiking 700 km celkem.



POSILOVÁNÍ/FITNESS

Individuální trénink

- Zvládnout provaz na obě nohy.
- Každý týden pravidelně cvičit a trénovat, abych zvládla bench press na 80 kg, legpress na 110 kg a 10 pánských kliků najednou.

Posilování

- Stabilizace těla pomocí fyzioterapeutických cviků.
- Zlepšení kondice pomocí posilování a budování svalů.

Jóga

- 10 minut denně se věnovat józe, naučit se camel pose.
- Získat certifikátu instruktora jógy.



Cíle studentů Základních škol

EXPEDICE

DofE Jihomoravský kraj
DofE Zlínský kraj

TURISTIKA

Kulturní památky

- Dokumentace historických památek v okolí trasy (zříceniny hradů).
- Search for monuments in a historical area and find out what is interesting about them. The group will hike from the village of Polička to the village of Jimramov and explore the historical significance of the region.
- Průzkum a mapování jeskyní v okolí Kaprálova mlýna.
- Údržba hradu Templštejn.

Sběr odpadků

- Sběr odpadků v údolí Bobravy.
- Sběr odpadků a čištění okolí turistických tras.
- Sběr odpadků v okolí frekventované turistické a cyklistické cesty.
- Vytvořit vlog z Moravského krasu zaměřený na čištění přírody.

Geografické

- Hledání geod v lomu Seč a nastudování teoretických poznatků o geodách.
- Geocaching - ulovit kešky na dané trase.

Biologické

- Uvařit požitelný čaj z rostlin nasbíraných během expedice.
- Zhotovení elektronického alba živočichů vyfotografovaných během túry.
- Vytvořit elektronický herbář o 10 různých rostlinách.
- Poznat, zapsat a zaevidovat do herbáře rostliny a živočichy ve Ždánickém lese.

Zdraví

- Naučit se poskytnout 1. pomoc a ošetřit zraněného v terénu.
- Odebrat a analyzovat vzorky vody ze studánek v okolí Bílovic nad Svitavou.

Propagace programu DofE

- Připravit pro nové zájemce o plnění DofE materiály (fotografie, videa, prezentace), které jim představí dobrodružnou expedici.

VODNÍ SPORTY

Kánoistika

- Průzkum sjízdnosti Tiché i Divoké Orlice až k jejich soutoku a zjištění množství znečištění koryta odpadky.
- Proplávání všech ramen Divoké Orlice.

Kajaking

- Sjet Divokou Orlici.

