

# ДОВІДНИК З ДІЯЛЬНОСТІ У ВІЛЬНИЙ ЧАС

[www.meta-ops.cz](http://www.meta-ops.cz)



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
OP Praha – pól růstu ČR



Projekt Naše čtvrt', reg. číslo  
CZ.07.4.68/0.0/0.0/19\_068/0001439, je financován Evropskou  
unií v rámci Operačního programu Praha - pól růstu ČR.

...META\*~

# ДОВІДНИК З ДІЯЛЬНОСТІ У ВІЛЬНИЙ ЧАС

[www.meta-ops.cz](http://www.meta-ops.cz)



Шановні батьки,

з переїздом в нову країну вам потрібно вирішити багато важливих питань – серед них школа, куди буде ходити ваша дитина, робота за вашою професією або будь-яка інша, яка вас прогодує, документи щодо перебування, а також мова, щоб ви тут змогли добре порозумітися. Ми знаємо, що можете знаходитися у складній ситуації та ви точно повністю зайняті, але пам'ятайте, що, здавалося б, маргінальні речі, як-от дозволля та спільнота, в якій ви будете жити, настільки ж важливі, як і документи необхідні для вашого перебування та інші формальності.

Як тільки ваша дитина буде ходити до школи, вона приєднується до шкільного колективу, де може вивчати мову не тільки на уроках, а й “в процесі”, на перервах та з новими друзями. Вивчення мови й специфіки іншої культури та заведення нових знайомств є для дітей однією з найважливіших складових під час переїзду в нову країну. **Якщо у дитини є можливість займатися тим, що їй подобається і від чого вона радіє, їй буде легше подружитися з однолітками і природним чином вивчити нову мову.** Часто це навіть ефективніше, ніж академічне вивчення мови на курсі. Безумовно, ідеальним є поєднувати формальну та неформальну освіту. **Ми рекомендуємо, як тільки дитина буде зарахована до школи, знайти для неї також відповідні види дозвілля,** щоб дитина розвивалася у всіх аспектах, продовжувала те, що вона вже робила в рідній країні або вчилася чомусь новому – і природним та підсвідомим шляхом навчалася та абсорбувала нову мову та нову культуру.

У чеському суспільстві прийнято брати дітей змалку у гуртки / на різноманітні заходи, які належать до загальної освіти та виховання молоді в Чехії. Зробіть те ж саме, і ви побачите, що це допоможе вашій дитині швидше і краще інтегруватися серед однолітків.

Освіта та розвиток особистості дитини полягає не тільки в тому, що передає їй школа та вчителі – це комплекс усіх стимулів, які вона отримує вдома у родинному середовищі, у школі та в інших містах, де вона проводить свій час. Освіта не є окремим закритим компонентом, але має бути (в ідеальному випадку) частиною загального виховання. Причому частиною освіти є як формальна освіта, тобто наприклад обов'язкова за законом (початкова – 9 класів), так і неформальна освіта (все, що виходить за межі школи, але є не менш важливим).

Неформальна освіта включає будь-які види діяльності, які відбуваються у вільному від обов'язкового відвідування школи часі. Такі види діяльності можуть підтримати **знання та навички, які розвиваються в школі,** (наприклад, в природознавчому гуртку дитина може дізнатися трохи більше про те, що вона вже вивчає на уроках природознавства; або в гуртку мистецтва вона може розвинути вміння малювати, рисувати чи іншу творчість, що вивчає на уроках малювання) або дають можливість **навчитися щось абсолютно нового,** з чим дитина не зустрічається в школі (наприклад, танцювальний гурток або якийсь специфічний вид спорту, який не практикується на уроках фізкультури). Одночасно й передусім але різні види діяльності у вільний час є для дітей наступним середовищем, де знайти нових друзів, навчитися краще спілкуватися та вирішувати конфлікти, щоб набути впевненості тощо. Для дітей, які мають мовний бар'єр, особливо важливо брати участь в діяльності у вільний час, тому що існує цілий ряд діяльностей, якими можна займатися без знання мови або з її базовими знаннями, і таким чином дитина може відчувати себе краще прийнятою в колективі. Її будуть оцінювати не за знання мови, а за те, що вона знає або любить робити. Однак саме під час такої діяльності можна вивчити мову природно, без стресу й страху, чи дитина називає речі правильно та як вона говорить. Завдяки тому, що дитина може робити те, що вона знає або до чого має позитивні стосунки, вона буде у доброму психічному стані та отримає більше впевненості. Останнє, але не менш важливе – може знайти друзів серед чеськими дітьми і таким чином швидше стати частиною нової групи або компанії.

# ДОВІДНИК З ДІЯЛЬНОСТІ У ВІЛЬНИЙ ЧАС

[www.meta-ops.cz](http://www.meta-ops.cz)

## Діяльність у вільний час в Чехії

Спочатку кілька слів про дозвілля в контексті чеської культури та історії. Чехія – одна з країн, де «дозвілля» має довгі та міцні традиції. Тут існують асоціації, яким більше ста років. До них належать, наприклад:

- **«Sokol»** – асоціація, підтримуюча спортвину діяльність, яку було створено вже в 1862 році.
- **Скаутинг** – глобальний освітній рух, за походженням з Великобританії, існує з початку ХХ століття. Його ідеї незабаром були перенесені в тодішню Чехословаччину і з того часу тут почали організовувати скаутські табори. Чеську скаутську організацію також називали «Junák».
- **КЇТ** – klub českých turistů (Чеський туристичний клуб) продовжив діяльність «Sokola», який окрім занять в спортзалі також організував туристичні походи. Ще у ХІХ столітті була створена незалежна організація, яка досі підтримує туризм – будує оглядові вежі, канатні дороги тощо. Чеська система маркування туристичних пішохідних маршрутів відома у всьому світі.

Ці асоціації діють в чеському суспільстві до сьогоднішніх днів, кожна з них пропонує цілий спектр заходів, які ідеально підходять не тільки для дітей різного віку та інтересів, а й для цілих сімей. Вони багато говорять про види діяльності, які популярні в чеській культурі – туризм, спорт, відпочинок на природі.



В Чехії також існує мережа **художніх шкіл**, доступних широкому загалу. Це – початкові художні школи, які мають широку пропозицію гуртків та секцій з художньою спрямованістю (музичні, мистецькі, іноді й театральні та танцювальні). Ці школи мають довгу традицію і вони є доступні за ціною, тому сьогодні туди не завжди легко потрапити і там часто проходять вступні іспити. Вони існують в кожному більшому місті, в Празі майже в кожному міському районі.

Найширший вибір гуртків доступний у мережі **DDM - будинків дітей та молоді (dům dětí a mládeže)**, яка пропонує тематичні гуртки від спортивних до мистецьких, в тому числі науково спрямованих занять тощо. Вони знаходяться в кожному місті, в Празі майже в кожному міському районі. Пропозиція занять відрізняється у кожному DDM.

Нещодавно до цих закладів та асоціацій приєдналася низка **приватних студій, сімейних центрів, гуртків та майстерень**. Крім того, багато культурних та освітніх закладів пропонує гуртки та одноразові майстер-класи, які підходять саме їхній програмі (ви можете для ваших дітей знайти пропозицію з дозвілля в музеях, театрах і в концертних залах).



# Конкретні види діяльності у вільний час



## КРАЇНОЗНАВСТВО

**Ви любите природу? Хочете знайомитися з країною через місцевість? Тоді це місце саме для вас!**

У Чехії дуже популярні туристичні походи та екскурсії. Люди люблять пізнавати свої близькі й віддалені околиці. За метою поїздки можуть бути різні – пізнавальні або спортивні. Діти можуть познайомитися з різними місцями у своєму міському районі, у своєму місті, але й по всій країні. Завдяки історичним пам'яткам та місцевості вони краще пізнають та краще зрозуміють нову країну, і таким чином можуть зміцнити свої стосунки з новим середовищем.

Ці походи поширені майже в кожній школі, принаймні у формі шкільних екскурсій. Також існують гуртки та організації, які пропонують походи та поїздки навіть з більш широкою програмою. Наприклад «Скаути» або «Brontosauři» в рамках своєї діяльності пропонують саме поїздки на природу, але сьогодні навіть бібліотеки або прямо міські райони організовують екскурсії в околиці.

### Що дитина отримає?

- **стосунок до середовища, в якому вона живе**
- **розуміння контексту, в якому вона живе**
- **буде краще орієнтуватися в місті або на природі**
- **витривалість при ходьбі**
- **якщо вона приєднається до скаутського загону, вона навчиться основам виживання, як взаємодіяти в групі, як подбати про себе та інших**



## СПОРТ

**Ви втомилися сидіти вдома на дивану та хочете проводити свій вільний час активно, в русі, розвивати свої фізичні здібності та навички? Ура! Тут спортивні заходи процвітають!**

Звичайно, заняття спортом загалом підтримують у дітей цілу низку здібностей та навичок – вони не тільки підтримують тіло у формі, але й виховують у людській особистості вже з дитинства такі важливі якості, як наприклад витривалість, терпіння, послідовність, цілеспрямованість, а також солідарність, дружбу, роботу в команді та для команди.

Якщо діти будуть займатися спортом, окрім універсальних навичок і задоволення від того, що роблять щось, що їм подобається, вони також можуть отримати середовище, де країна походження чи мова, якою вони говорять, не настільки важливі, а будуть порівнювати себе зі своїми однолітками відповідно до своїх спортивних здібностей та навичок. Для вдалої інтеграції в нову групу найкращим є, напевно, будь-який командний вид спорту, під час якого дитина буде залучена в групу і їй доведеться так чи інакше спілкуватися, вона підсвідомо й природно вивчить мову й підхопить також багато культурних нюансів.

Тому ми рекомендуємо колективні види спорту, але це не означає, що діти не повинні або не можуть займатися будь-яким іншим індивідуальним видом спорту.

Для вищого (змагального) рівня існують в Чехії різні спортивні клуби – футбольний, хокейний, регбі ітд. Існують також спортивні школи з більш інтенсивним навчанням фізкультури.

Спортивні гуртки ви можете знайти або прямо в пропозиції шкіл чи в DDM, але також є приватні пропозиції – приватні спортивні гуртки, центри, тренування.

Спортивні заняття також можуть пропонувати організації з дозвілля – «Skaut» ітд. Завжди корисно ознайомитися із специфічною пропозицією даної організації/установи, тому що вона може щороку змінюватися.

### Що дитина отримає?

- **навчиться дисципліні та відповідальності**
- **з'ясує, що ніщо не є безкоштовним**
- **подолає сама себе**
- **відчує радість від своїх результатів**
- **в командних видах спорту – уміння спілкування, почуття солідарності, дружба**
- **в індивідуальних видах спорту – упертість, зміцнення власної особистості, витривалість**



# Конкретні заняття

## МИСТЕЦТВО

**У вас є художні здібності та ви б краще хотіли – замість того, щоб бігати на вулиці – грати на музичному інструменті, співати або малювати? В Чехії у вас є великий вибірпочаткових художніх шкіл, де діти можуть вивчити основи та отримати й глибші навички в музиці, мистецтві чи театрі.**

Мистецка та творча діяльність, так само як і спорт, є прекрасним прикладом міжнародного, універсального середовища, де розмиваються кордони між національностями, культурами та мовами.

У більшості видів діяльності дитина має можливість висловлюватися іншим чином ніж словами, і так само як у спорті, може відчувати успіх, задоволення, а також можливість передати щось своїм одноліткам. Це стосується музичних та художніх занять. Однак є також заняття, які, навпаки, можуть допомогти дитині розвивати мовні навички і також покращити свої знання чеської мови. Це, наприклад, театральні гуртки або навіть спів.

В Чехії існує мережа початкових художніх шкіл (в народі відомих як «lidušky» або «zušky»), які пропонують широкий спектр таких заходів – та вони дуже доступні за ціною. Але більшість заходів мають вступні іспити, оскільки попит у дітей та батьків вищий за пропозицію, тому необхідно домовлятися про участь дитини заздалегідь.

Художні гуртки також пропонують в рамках школи, у DDM, на ринку звичайно також і велика кількість приватних шкіл, студій, організацій, які пропонують музичні або художні уроки, уроки танців, кераміки та іншої творчості.

Якісні окремі майстерні також пропонують деякі встановлені заклади, як наприклад «NGP» або «DOX». Зазвичай у них є програми для шкіл, але їх можна замовити й для приватних груп.

### Що дитина отримає?

- відчуття щастя від творчості
- знання, що не у всьому повинна бути ціль та що основним є сам творчий процес
- буде розвивати свою фантазію та креативність
- буде мати більш відкриті думки
- навчиться бачити красу навколо



## НАУКА

**Навіть для маленьких дослідників є багато місць, де вони можуть знайти розвагу для себе.**

Для молодих науковців існують спеціальні гуртки та цілі установи, які пропонують таку діяльність.

Це можуть бути «Stanice mladých přírodovědců» або «Stanice mladých techniků», які є частиною DDM. Також існують гуртки та майстерні, пропоновані відомими великими інституціями, як наприклад «Pražská ZOO» (Празький зоопарк), «Technické muzeum» (Музей техніки), «Planetárium» (Планетарій) ітд.

Окрім класичних музеїв, в Чехії вже поширені такі інтерактивні центри, як «Iqlandia» або «Techmania Science Center».

### Що дитина отримає?

- відчуття, що вона відкриває нові світи
- вона збереже свою допитливість
- навчиться бути терплячою
- випробує основні наукові методи
- вона може отримати інформацію, яку їй не дає стандартна шкільна програма, і тому вона буде рухатися вперед



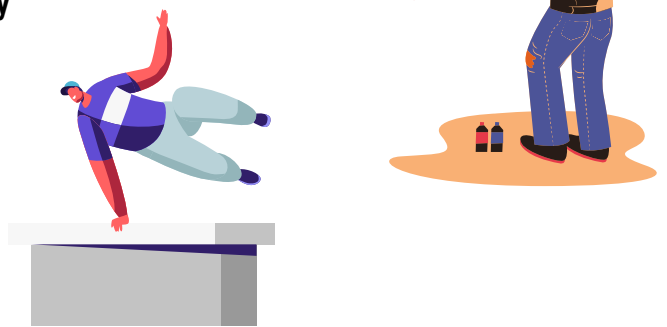
# Конкретні заняття

## СНові нетрадиційні види діяльності

Сьогодні популярний **цілий ряд «нових» занять**, які є невід'ємною частиною сьогодення і діти дуже цікавляться ними. Це може включати такі спортивні заняття, як наприклад **скейтбордінг** або **паркур**. У сфері мистецтва це може бути **графіті, вуличне мистецтво, дизайн**. Цікавими можуть бути також заняття навколо **ІТ-технологій** – або програмування, або комп'ютерні ігри чи відеоблогерство. Великою популярністю також користуються заняття з конструктором лего та іншими сучасними конструкторами. Ці та інші види діяльності можна знайти в пропозиціях окремих організацій або приватних суб'єктів. Як і сама діяльність, також пропозиція цих заходів та гуртків є новою, тобто ще не такою сталою. Багато нових сучасних студій та традиційних асоціацій пропонують такі види діяльності, але, здається, це треба більше та детальніше шукати в їх списках. Щось із цього може, напевно, запропонувати DDM. Крім того, існують також спеціально орієнтовані центри, такі як скейт-парки (уроки з лекторами) або центри для паркуру (уроки з лектором).

### Що отримає дитина? І що отримають його батьки?

**Відкриття того, що спортивні та мистецькі заняття навіть у сучасному світі навколо нас, наприклад прямо на вулиці.**



Існує цілий ряд заходів та занять, які пропонують безкоштовно. У Чехії не діє правило «чим більше ви заплатите за діяльність, тим краща вона буде». Багато зі згаданих організацій та асоціацій пропонують безкоштовні заходи, тому що ці заходи фінансуються з різних проектів чи з коштів міського району ітд.

У чеському суспільстві підхід до діяльності у вільний час є дуже позитивний і також відкритий. Діти мають багато можливостей для розваги та самореалізації, під час яких їм не треба нервуватися про результати, успіхи, амбіції. Однак тут можна знайти й спортивні клуби, музичні консерваторії та інші установи, які підходять до пропонованих заходів професійно та із зосередженістю на результат. Тому вам потрібно подумати і побачити, що саме потрібно вашій дитині, та усвідомити, які цілі ви ставите перед собою.

# Дозвілля в Празі 3

У Празі 3 можете знайти цілий ряд видів діяльності у вільний час, які ми описали вище. Тут знаходиться «**DDM Ulita**», початкова художня школа, мистецькі студії й студія танцю, сімейні центри та низькопорогові клуби. У деяких початкових школах є гуртки, до яких можна зарахувати й дітей, які не відвідують саме цю школу. У Празі 3 знайдете навіть зал для паркуру.

Тут також знаходиться кількість чудово обладнаних дитячих майданчиків та парків. В декількох парках (наприклад «Parukářka», «Rajská zahrada») можете знайти столи для настільного тенісу або й кошики для диск-гольфу – усе для вільного користування.

Якщо вам буде потрібна допомога, ви можете звернутися до META, o.p.s., де вам можуть порадити, як зареєструватися до занять або де шукати детальнішу інформацію про те, де і коли вони відбуваються ітд.

Ви також можете відвідати Ярмарок дозвілля (Veletrh volnočasových aktivit), який щорічно організовує Прага 3 на початку вересня.

## СПИСОК центрів дозвілля у Празі 3:

### **ДДМ „Ulita“**

[www.ulita.cz](http://www.ulita.cz)

розважальний центр пропонує регулярні курси, гуртки, відкриті майстерні, табори, заходи на канікулах, освітні програми, конкурси для шкіл Праги 3. (напр. англійська, 3D друк, атлетика, бадмінтон, флейта, театр, футбол, флорбол та ін.)

DDM Praha 3 - Ulita

Na Balkáně 2866/17a

Praha 3, 130 00

### **Студія „Kroužek“**

<https://atelierkrouzek.cz/>

пропонує індивідуальні та групові курси, курси підготовки до творчих іспитів, замські художні курси

Žerotínova 54, Praha 3 – Žižkov

facebook.com/atelierkrouzek

kurzy@atelierkrouzek.cz

774 484 810

### **IN MOTION ACADEMY**

<https://imacademy.cz/>

пропонує індивідуальні або групові гуртки в залі, ворк тренування паркуру.

In Motion Academy s.r.o.

Na Jarovo 2424/2

Praha 3, 130 00

# Дозвілля в Празі 3

## **Клуб, доступний для всіх - для дітей та молоді „R-Mosty“**

<http://www.r-mosty.cz/>

для дітей та молоді від 10 до 21 років у важкій життєвій ситуації  
Koněvova 2, 2.vchod z ul.Chlumova

## **„Uličník“**

Клуб, доступний для всіх - польовий клуб в автобусі  
по вівторках буває на площі Jiřího z Poděbrad

## **„Ponec“ – театр для танца**

театр танцю romyslná brána до вулиці Žižkova  
(театральне приміщення на межі Праги 3 та Праги 8) „Ponec junior“  
пропонує дитячу студію, заходи для дітей, інтерактивні вистави для дітей та молоді публіки.  
<https://divadloponec.cz/cs/ponec-junior>  
Husitská 899/24A Praha 3

## **Центр освіти та відпочинку „Duhové klubíčko“**

<https://www.skola-jirak.cz/duhove-klubicko/krouzky/>

На території **початкової школи Jiřího z Poděbrad** великий вибір із актуальними пропозиціями як напр. флорбол, кераміка, йога, підготовка до вступних іспитів МА, англійська розмовна, спортивна, флейта для досвідчених початкова школа Jiřího z Poděbrad 1685/7 Praha 3

## **„NOVÁ TROJKA“**

<https://www.nova-trojka.cz/>

Великий вибір гуртків (заняття для батьків з дітьми, кераміка, мистецтво, йога для дітей, маленький майстер, архітектор або кухар та ін.) До пропозицій сімейного центру „Nová Trojka“ належать наприклад:

Ательє художніх технік для наймолодших в сімейному центрі „Nová Trojka“

<https://www.krouzkuj.cz/krouzek-152-atelier-vytvarnych-technik-pro-nejmensi/>

Nová Trojka,

Jeseniova 519/19, Praha 3

## **Музичні індивідуальні курси – Флейта**

<https://www.krouzkuj.cz/krouzek-69-hudebni-individualni-kurzy-fletna/>

## **Pionýr, z. s. 117. піонерська група „Kalich“**

<http://www.117.cz/index.php/pravidelna-innost>

пропонує загін для дітей від 5 до 15 років, загін рукоділля, заходів для батьків з дітьми



EVROPSKÁ UNIE  
Evropské strukturální a investiční fondy  
OP Praha – pól růstu ČR



Projekt Naše čtvrt', reg. číslo  
CZ.07.4.68/0.0/0.0/19\_068/0001439, je financován  
Evropskou unií v rámci Operačního programu Praha - pól růstu  
ČR.

...META\*