



DofE SPŠ na Proseku

BE **#WORLDREADY**

Hledáš nějakou výzvu, která se dá zvládnout?

Chceš se zdokonalit v tom, co tě baví, a ještě k tomu získat certifikát, který se ti bude hodit pro budoucí studium i kariéru?

Zkus DofE! Je pro každého ve věku od 14 do 24 let.



Jak DofE funguje?

Vybereš si aktivity ve 3 oblastech DofE: **dovednosti, **pohybu** a **dobrovolnictví**. Každé z nich se pak věnuješ 1 hodinu týdně. Dohromady ti tedy DofE zabere 3 hodiny týdně. Dále tě čeká dobrodružná **expedice** s kamarády. Na závěr je **ceremonie**, kde získáš certifikát a odznak. Více informací na www.dofe.cz**

Registrační poplatek

BRONZ	STŘÍBRO	ZLATO
200 Kč	400 Kč	600 Kč

DofE aktivity

Pohybová aktivita ti pomůže zlepšit výkon a fyzickou kondici. Naučíš se také dbát na zdravý životní styl.



Atletika, bojová umění / sebeobrana, kolektivní a míčové sporty, outdoorová rekreace, posilovna / fitness, tanec, gymnastika, vodní sporty, zimní aktivity

V oblasti dovednost si stanovíš dosažitelné cíle, a tím se zdokonalíš ve svých schopnostech, zapracuješ na svém talentu nebo získáš úplně nové dovednosti.



Cizí jazyky, hobby, hudba, hudební nástroj, komunikace, řemeslo, umění a design, příroda

Při dobrovolnictví můžeš pracovat na sobě, ale u toho také pomáhat druhým.



Média nezisková organizace, pohotovostní služby, pomoc druhým, starost o zvířata, vzdělávání, zdraví, životní prostředí

Důležité je, že tě to bude bavit! Překonej sám sebe! Be Smart!

Chceš se zapojit do DofE? Napiš koordinátorovi DofE motivační e-mail vladimir.krivka@sps-prosek.cz s odpověďmi na tyto 2 otázky: 1) Proč se chceš do DofE zapojit?

2) Jakým aktivitám se chceš věnovat a s jakými cíli?

Sleduj nás na instagramu!

**Registrace a DofE deník aktivit:
www.onlinerecordbook.org**



Google play



ORB Účastník

Duke of Edinburgh's
International Award Foundation



DOFE_PROSEK