

Kurz pohybových aktivít v prírode pre 1.ročník (1.cvičenie) a pre 2. ročník (2.cvičenie)

Kurz pohybových aktivít

Začiatok: 07,30 hod.

Koniec: 15,00 hod.

Zápis do triednej knihy:

1.ročník	Kurz pohybových aktivít v prírode 1
2.ročník	Kurz pohybových aktivít v prírode 2

Obsah pohybových aktivít:

1. cvičenie – 7,5 hod	2. cvičenie – 7,5 hod
Turistika a cvičenia v prírode Orientácia v teréne, práca s mapou. Značkované chodníky. Príprava stravy v improvizovaných podmienkach a na provizórnych prostriedkoch.	Turistika a cvičenia v prírode Ochrana, úprava a čistota prírodného prostredia. Poznávanie prírodných úkazov, liečivých a chránených rastlín. Príprava a vyznačenie trate pre orientačný beh, zrealizovať preteky.

Termínovník kurzov:

	december	máj	máj/jún
1.ročník	Kurz na ochranu života a zdravia 1	Kurz pohybových aktivít v prírode 1	
2.ročník	Kurz na ochranu života a zdravia 2	Kurz pohybových aktivít v prírode 2	
3.ročník	Kurz na ochranu života a zdravia 1.deň	Kurz na ochranu života a zdravia 2.deň	Kurz na ochranu života a zdravia 3.deň

Kurz na ochranu života a zdravia

Teoretická príprava

Praktická príprava nadväzuje na teoretické vedomosti a zručnosti žiakov získaných v predmetoch ETV, OBN, TEV. Žiaci sa oboznamujú s právnymi normami, ktoré upravujú povinnosti občanov na ochranu ich zdravia (OBN, ETV,TEV) ochranu prírody a životného prostredia (OBN, ETV) a obranu vlasti ako aj o organizáciách podieľajúcich sa na brannej, ekologickej a humanitárnej výchove. Získajú informácie o poslaní a funkcii ozbrojených síl, armády a civilnej ochrany v SR, o najnovších poznatkoch z dopravnej výchovy, zdravotvedy a ekológie, o technických športoch, sebaobrane.

Praktický výcvik

Ochrana života a zdravia – cvičenie č. 1 – 3

Začiatok: 07,30 hod.

Koniec: 13,30 hod.

1. Cvičenie – 6 hod	2. Cvičenie– 6 hod	3. cvičenie– 6 hod
Zdravotnícka príprava (2 hod) Prvá pomoc pri zlomeninách, improvizované nosidlá	Zdravotnícka príprava (2 hod) Prvá pomoc pri popáleninách, stabilizovaná poloha	Zdravotnícka príprava (1 hod) Poradie naliehavosti ošetrovania zranených osôb, umelé dýchanie
Civilná ochrana (2 hod) Varovné signály a činnosť (požiar, plyn, záplavy, chemické či radiačné nebezpečenstvo, otrava vodou či potravinami)	Civilná ochrana (2 hod) Varovné signály a činnosť (požiar, plyn, záplavy, chemické či radiačné nebezpečenstvo, otrava vodou či potravinami)	Civilná ochrana (1 hod) Varovné signály a činnosť (požiar, plyn, záplavy, chemické či radiačné nebezpečenstvo, otrava vodou či potravinami)
Pobyt v prírode (1 hod) Orientácia v teréne	Pobyt v prírode (1 hod) Práca s mapou	Pobyt v prírode (3 hod) Príprava stravy v improvizovaných podmienkach
Technické činnosti a športy (1) Ukážka - hasiči	Technické činnosti a športy (1) Ukážka - hasiči	Technické činnosti a športy (1) Ukážka - hasiči

Termínovník kurzov:

	december	máj	máj/jún
1.ročník	Kurz na ochranu života a zdravia 1	Kurz pohybových aktivít v prírode 1	
2.ročník	Kurz na ochranu života a zdravia 2	Kurz pohybových aktivít v prírode 2	
3.ročník	Kurz na ochranu života a zdravia 1.deň	Kurz na ochranu života a zdravia 2.deň	Kurz na ochranu života a zdravia 3.deň