



Súkromné športové gymnázium - E L B A

Smetanova 2, 080 05 Prešov

tel.: 051 / 77 14 999, e-mail: skola@skolaelba.sk

Jesenné školské športové sústreďenie - turistický kurz

Dátum:	16.10. - 18.10. 2017
Triedy:	V.G, VI.G, VII.G, VIII.G, I.A, II.A, III.A, IV.A
Počet žiakov:	15
Miesto konania:	Slovenský raj – chata Čingov
Predpokladané náklady na žiaka:	30 € osoba
Vedúci kurzu:	Mgr. Miloš Marinca
Pedagogický dozor:	PaedDr. Miroslav Nagy

Program Jesenného školského športového sústreďenia – turistického kurzu:

16. 10. 2017 (pondelok)

9.20 hod.	Zraz žiakov v priestoroch vestibulu železničnej stanice v Prešove
9.42 hod.	Odchod vlakom do Spišskej Novej Vsi
12.00 hod.	Predpokladaný príchod na miesto
12.00 – 12.30 hod.	Ubytovanie
12.30 – 13.30 hod.	Obed
13.30 – 14.00 hod.	Oboznámenie sa s miestom konania sústreďenia
14.00 – 17.00 hod.	Praktické činnosti v prírode – Národný park Slovenský raj
17.00 – 18.00 hod.	Odpočinok
18.00 – 19.00 hod.	Večera
19.00 – 20.00 hod.	Teoretické poznatky (prednášky, beseda)
20.00 – 21.00 hod.	Spoločenský program, zhodnotenie činnosti uplynulého dňa
21.00 – 22.00 hod.	Odpočinok, voľný program, osobná hygiena
22.00 hod.	Večierka

17. 10. 2017 (utorok)

6.30 hod.	Budíček, rozcvička, osobná hygiena
7.00 – 7.30 hod.	Raňajky
7.30 – 8.00 hod.	Príprava na praktickú činnosť v prírode – kontrola výstroja a výzbroja

- 8.00 – 17. 00 hod.** Praktické činnosti v prírode (turistika) – stravovanie z vlastných zdrojov
- 17.00 – 18.00 hod.** Odpočinok
- 18.00 – 19.00 hod.** Večera
- 19.00 – 20.00 hod.** Teoretické poznatky (prednášky, beseda)
- 20.00 – 21.00 hod.** Spoločenský program, zhodnotenie činnosti uplynulého dňa
- 21.00 – 22.00 hod.** Odpočinok, voľný program, osobná hygiena
- 22.00 hod.** Večierka

18. 10. 2017 (streda)

- 7.30 hod.** Budíček, rozcvička, osobná hygiena
- 8.00 – 8.30 hod.** Raňajky
- 8.30 – 11.00 hod.** Praktické činnosti v prírode, vyhodnotenie kurzu
- 11.00 – 12.00 hod.** Upratovanie izieb
- 13.00 hod.** Odchod vlaku zo stanice Spišská Nová Ves
- 15.15 hod.** Príchod do Prešova

Cieľ kurzu:

- upevniť branno-športové vedomosti a zručnosti
- upevniť psychickú odolnosť a fyzickú zdatnosť žiakov
- získať pozitívny vzťah k prírode a životnému prostrediu, k prírodnej rezervácii
- naučiť sa všetky činnosti potrebné pri situáciách ohrozenia a pobyte v prírode

Obsah kurzu:

- orientácia v teréne pomocou mapy, buzoly a prírodných javov v teréne
- zdravotnícka príprava
- pohyb a pobyt v prírode, stavanie prístrešku, príprava jedla, zakladanie ohňa
- teoretické poznatky z topografie, zdravotníckej prípravy

Výstroj:

- turistická
- špecifické potreby: prezúvky do ubytovne, náhradné oblečenie a obutie

Poznámka:

- žiaci budú poučení o BOZP v škole pred konaním kurzu

V Prešove 2. 10. 2017

Vypracoval: Mgr. Miloš Marinica
vedúci kurzu

Schválil: PaedDr. Miroslav Nagy
riaditeľ SŠG - Elba