

P l á n
Kurzu na ochranu života a zdravia

- Termín:** 23. – 26. 9. 2014
- Miesto:** Hotel Spojár - Žiarska dolina____
- Počet žiakov:** 90 (III.A - 22, III.B – 21, III.C – 22, VII.O - 25)
- Forma:** internátna
- Vedúci kurzu:** Ján Kalinay
- Inštruktori:** Dagmar Dzurošková, Soňa Hujíková, Miriam Mišíková, Miriam Ošková, Ján Žuffa, Anna Ďaťková.
- Cieľ kurzu:**
1. Prehĺbiť vedomosti a precvičiť zručnosti a návyky z učiva Ochrana života a zdravia.
 2. Formovať pozitívne charakterové vlastnosti, vlastenecké povedomie.
 3. Zvýšiť fyzickú zdatnosť a psychickú odolnosť organizmu.
 4. Osvojiť si zásady bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci.
 5. Formovať kladný vzťah k prírode a jej ochrane a presvedčenie o ozdravovacej a relaxačnej funkcii pobytu v nej.

Obsah kurzu:

<i>a/ teoretická príprava</i>	<i>3 hodiny</i>
<i>b/ praktický výcvik</i>	<i>(18 hodín)</i>
♦ zdravotná príprava	5 hodín
♦ riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana	5 hodín
♦ pohyb a pobyt v prírode	5 hodín
♦ technické činnosti a športy	3 hodiny

Poučenie: vedúci kurzu

Zdrav. zabezp.: inštruktori

Mater. zabezp.: zdravotnícky materiál, buzoly, mapy, turistické potreby, granáty, pásmo, stopky, vzduchovky, terče, strelivo, lopty.

Predkladá: Ján Kalinay
učiteľ TV

Schvaľuje: RNDr. Jozef Škorupa
riaditeľ školy

O b s a h z a m e s t n a n í

Teoreticko - informačná tematika - 2 hodiny

Z – 1 (1 hod.) - právne normy upravujúce prípravu občanov na ochranu zdravia a prírody; organizácia a úlohy CO SR; orgány a organizácie podieľajúce sa na brannej, ekologickej a humanitárnej výchove občanov; medzinárodné dohody a organizácie humanitárneho zamerania.

Z – 2 (1 hod.) - technické športy; sebaobrana; právne podmienky vlastníctva a použitia zbrane a iných prostriedkov sebaobrany.

Odborno - tématický výcvik - 16 hodín

*a) zdravotnícka príprava**

Z – 3 (2 hod.) - všeobecné zásady prvej pomoci; bezvedomie, porucha a zastavenie dýchania a činnosti srdca.

Z – 4 (2 hod.) - krvácanie a šok; poruchy oporno-pohybovej sústavy; obväzová technika.

Z – 5 (1 hod.) - nakaľzlivé choroby; popáleniny, omrzliny; otravy; poranenie elektrickým prúdom; poleptanie; zdravotnícky odsun.

b) riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana

Z – 6 (2 hod.) - ochrana pred účinkami zbraní hromadného ničenia

Z – 7 (2 hod.) – činnosť pri požari, výbuchu plynu, leteckom nešťastí, priemyselnej havárii (amoniak, chlór), povodni, radiačnej havárii.

Z – 8 (1 hod.) – opatrenia školy v prípade mimoriadnych situácií

c) pohyb a pobyt v prírode

Z - 9 (1 hod.) - pohyb v prírode mapa - určovanie vlastného stanoviska; meranie vzdialeností, azimutov.

Z - 10 (4 hod.) - turistická vychádzka s plnením branno – turistických úloh (pochod podľa azimutu, odhad vzdialeností, orientácia podľa prírodných úkazov); zásady táborenia, tábornické práce; poznávanie prírody, rastlinných a živočíšnych druhov.

d) technické činnosti a športy

Z - 11 (3 hod.) - volejbal, futbal, badminton, strelba zo vzduchovej pušky, hod granátom,
- orientačné činnosti...
- súťaž družstiev.

*rozšírené podľa plánu predmetu biológia

Ján Kalinay
vedúci kurzu

G y m n á z i u m M. M. Hodžu L i p t o v s k ý M i k u l á š
Kurz OŽAZ – Žiarska dolina 23. – 26. 9. 2014

D e n n ý r e ž i m

1. deň	7,45 - nástup, presun autobusom do Žiarskej doliny, ubytovanie 10,00 - Z – 1 (3.A, 3.B, 3.C, SP) 11,00 - Z - 9 (3.B, 3.C) Z – 9 (3.A, SP) 12,30 - <i>o b e d</i> 13,30 - Z – 10 (3.A, SP, 3.B, 3.C) 16,45 - Z – 6 (3.A, SP) Z – 3 (3.B, 3.C) 18,30 - <i>v e č e r a</i> 19,30 - kultúrno-spoločenský program, diskotéka 21,30 - osobná hygiena, príprava na večierku 22,00 - večierka
2. deň	7,00 - budíček, osobná hygiena, úprava izieb 8,00 - <i>r a ň a j k y + o b e d</i> 9,00 - <i>geografická exkurzia*</i> 16,30 - <i>v e č e r a</i> 17,00 - osobné voľno, príprava večerného programu 19,30 - táborák, kultúrno–spoločenský program 21,30 - osobná hygiena, príprava na večierku 22,00 - večierka
3. deň	7,00 - budíček, osobná hygiena, úprava izieb 8,00 - <i>r a ň a j k y</i> 9,00 - Z – 3 (3.A, SP) Z – 6 (3.B, 3.C) 10,45 - Z – 7 (3.A, SP) Z – 4 (3.B, 3.C) 12,30 - <i>o b e d</i> 13,30 - Z – 4 (3.A, SP) Z – 7 (3.B, 3.C) 15,15 - Z – 5 (3.A, SP) Z – 8 (3.B, 3.C) 16,00 - Z - 8 (3.A, SP) Z – 5 (3.B, 3.C) 17,00 - Z - 2 (3.A, SP , 3.B, 3.C) 18,00 - <i>v e č e r a</i> 19,30 - Pohoria Liptova, Poslanie a úlohy HZS (prednáška člena HZS) 21,30 - osobná hygiena, príprava na večierku 22,00 - večierka
4. deň	7,00 - budíček, osobná hygiena, úprava izieb 8,00 - <i>r a ň a j k y</i> 9,00 - Z - 11 (3.A, SP , 3.B, 3.C) 12,30 - <i>o b e d</i> 13,30 - balenie, vyhodnotenie, presun autobusom do školy 15,45 - príchod na školský dvor

*podľa plánu predmetu geografia

Ján Kalinay
vedúci kurzu

R O Z V R H Z A M E S T N A N Í

	<i>3.A</i>	<i>3.B</i>	<i>3.C</i>	<i>SP</i>
Z-1	ŽU	ŽU	ŽU	ŽU
Z-2	ŽU	ŽU	ŽU	ŽU
Z-3	HU	HU	HU	HU
Z-4	MI	MI	MI	MI
Z-5	ĎA	ĎA	ĎA	ĎA
Z-6	KA	KA	KA	KA
Z-7	ŽU	ŽU	ŽU	ŽU
Z-8	ŽU	ŽU	ŽU	ŽU
Z-9	KA	OŠ	KA	OŠ
Z-10	KA	OŠ	KA	OŠ
Z-11	DZ	ŽU	KA	OŠ

Pedagogický dozor v mimovýcvikovom čase:

23. 9. Kalinay, Hujíková, Dzurošková, Ďaťková
24. 9. Mišíková, Ošková, Žuffa, Kalinay
25. 9. Dzurošková, Kalinay, Hujíková, Ďaťková
26. 9. Mišíková, Ošková, Žuffa, Kalinay

Ján Kalinay
vedúci kurzu

**Zásady bezpečnosti a ochrany zdravia
pre účastníkov kurzu OŽAZ - internátna forma**

1. Samostatný kurz Na ochranu života a zdravia je súčasťou vyučovacieho plánu. Účasť na kurze je povinná, prípadné uvoľnenie z akýchkoľvek dôvodov je plne v kompetencii vedúceho kurzu (jeho zástupcu).
2. Frekventanti kurzu sa správajú v súlade so Školským poriadkom.
3. V priebehu kurzu dodržiavajú režim kurzu a program výcviku, neopúšťajú priestor výcviku bez vedomia a súhlasu vedúceho kurzu, resp. inštruktora.
4. Počas presunu v dopravnom prostriedku dodržiavajú predpisy prepravcu a zásady BOZ.
5. V ubytovacom a stravovacom zariadení sa správajú slušne, dodržiavajú domáci poriadok a rešpektujú požiadavky a pokyny personálu.
6. Správanie a konanie žiakov je plne v súlade so zásadami bezpečnosti a ochrany zdravia tak, aby nedošlo k ohrozeniu zdravia a života vlastného ani ostatných účastníkov kurzu a návštevníkov turistického strediska.
7. Prijímanie návštev okrem zákonných zástupcov je počas kurzu neprípustné.

RNDr.Jozef Škorupa
riaditeľ školy

Informovaný súhlas zákonných zástupcov

Meno a priezvisko žiaka.....

trieda..... **šk. rok** 2014/2015

Názov akcie: Kurz na ochranu života a zdravia III. ročníka a septimy

Dátum uskutočnenia: 23. - 26. 09. 2014

Program: Denný režim kurzu bude zverejnený na web stránke školy (www.gymilm.sk), bude odprezentovaný aj žiakom vyučujúcimi TV pred odchodom na kurz v rámci poučenia o BOZP na Kurze na ochranu života a zdravia.

Počet pedagogických zamestnancov: 8

Spôsob prepravy: objednaná autobusová doprava

Ubytovanie: Hotel Spojár Žiarska dolina

Stravovanie: Hotel Spojár Žiarska dolina - plná penzia

Odchod – miesto: Gymnázium M. M. Hodžu, školský dvor 23.09.2014, 8,00 hod

Príchod – miesto: Gymnázium M. M. Hodžu, školský dvor, 26. 09. 2014, 14.00-15.00 hod

Predpokladané náklady: cca 60,- €. Vyúčtovanie predloží vedúci kurzu triednemu profesorovi po skončení kurzu, prípadné preplatky vráti zástupcovi triedneho kolektívu žiakov.

Poučenie o BOZP na kurze: každý žiak bude preukázateľne poučený pred začiatkom kurzu

Účasť žiakov na kurze: účasť na kurze je povinná, kurz môžu v plnom rozsahu absolvovať len žiaci, ktorí sú zdravotne spôsobilí v zmysle vyjadrenie lekára. Žiaci, ktorí sa nezúčastňujú kurzu OŽaZ sú povinní zúčastniť sa riadneho vyučovacieho procesu upraveného podľa podmienok a možností školy.

Výstroj: každý účastník je povinný používať športovo-turistickú výstroj podľa obsahu zamestnaní

Poistenie: škola žiakov poisťuje pre vysokohorské podmienky, odporúča sa úrazové poistenie mladistvých rodičmi žiakov. V prípade úrazu sa postupuje podľa Metodického usmernenia MŠ SR č. 4/2009 a § 7 vyhlášky MŠ SR č. 282/2009 Z.z o stredných školách

Žiak je povinný: dodržiavať školský poriadok, riadiť sa pokynmi pedagogického dozoru a dodržiavať zásady bezpečného správania. V prípade hrubého porušenia školského poriadku (požitie návykových látok a pod.) bude žiak vylúčený z kurzu. O tejto skutočnosti vedúci kurzu oboznámi rodiča, ktorý žiaka osobne prevezme z miesta konania kurzu.

Pred odchodom je žiak povinný preukázať sa vedúcemu kurzu dokladom o zdravotnom poistení a podpismi zákonných zástupcov na tomto tlačive.

Svojím podpisom prehlasujem, že poznám podmienky účasti môjho syna – mojej dcéry na Kurze OŽaZ Gymnázia M.M.Hodžu v Liptovskom Mikuláši a súhlasím, aby sa môj syn – moja dcéra zúčastnil – zúčastnila plánovaného podujatia. Zároveň vyhlasujem, že okolie žiaka pred odchodom na kurze je bezinfekčné.

V Liptovskom Mikuláši, dňa.....

Meno a priezvisko zákonných zástupcov.....

Podpisy zákonných zástupcov.....

**Potvrdzujem svojím podpisom, že som bol(-a) poučený(-á)
o zásadách BOZ na Kurze OŽAZ - september 2014.**

Trieda:

Por.	P o d p i s	Por.	P o d p i s
1.	18.
2.	19.
3.	20.
4.	21.
5.	22.
6.	23.
7.	24.
8.	25.
9.	26.
10.	27.
11.	28.
12.	29.
13.	30.
14.	31.
15.	32.
16.	33.
17.		

V Liptovskom Mikuláši 18. septembra 2014

Poučenie vykonal: _____