G y m n á z i u m GELNICA

P L Á N prvého a tretieho účelového cvičenia

Dátum: 7. 9. 2017

Triedy: Sekunda, Kvarta, 1. roč., 2. roč.

Miesto konania: objekt školy – trasa: škola – turistická prechádzka nad časťou Turzov

Zraz študentov: 8, 00 hod – gymnázium Gelnica

Výdaj materiálu: 8, 15 hod – kabinet telesnej výchovy

Vedúci tried: Mgr. K. Vargová, Mgr. I. Richnavská,

RNDr. L. Škarbeková, Ing. A. Pisko

Vedúci cvičenia: Mgr. K. Vozárová

Obsahové zameranie:

8, 00 – 9, 00 Organizačné veci, poučenie študentov o bezpečnosti počas cvičenia.

Praktické prevedenie opatrení vyplývajúcich zo systému protivzdušnej

ochrany štátu – požiarny poplach

9, 00 –13, 00 Praktické cvičenie študentov v teréne podľa vopred vypracovaného plánu.

Časový rozvrh učiva:

8, 30 - Vyhlásenie požiarneho poplachu, vyvedenie študentov z budovy školy

9, 00 – 10, 00 Presun do určeného priestoru cvičenia

10, 00 – 10, 45

Sekunda TOPO- topografická orientácia v prírode, pochod podľa azimutu, odhad

vzdialenosti za pochodu do 300m

Kvarta Civilná ochrana – lokalizácia požiaru jednoduchými hasiacimi prostriedkami

a ručnými hasiacimi prostr.

1. ročník Civilná ochrana – organizácia CO na škole, varovné signály, prostriedky

individuálnej ochrany ,OM

2. ročník Zdravotná príprava – poruchy pohybovej sústavy – pomliaždeniny, vyvrtnutia,

vytknutia, zlomeniny

10,55 – 11, 40

Sekunda Zdravotná príprava - poskytovanie prvej pomoci jednoduchými ovínadlami,

znehybnenie horných a dolných končatín improvizovanými

prostr., odsun raneného, stabilizovaná poloha

Kvarta Zdravotná príprava - prvá pomoc pri uštipnutí hadom bodnutí hmyzom- kliešť,

uhryznutí psom

1. ročník TOPO - určovanie svetových strán, orientácia v teréne podľa mapy a buzoly,

topografické značky

2. ročník Civilná ochrana – identifikácia zápalných prostriedkov a látok, záchrana osôb pri

požiari

11, 50 – 12, 35

Sekunda Civilná ochrana – poznávanie signálov Co, pochod žiakov znečisteným

priestorom s použitím improvizovaných ochranných

prostriedkov

Kvarta TOPO – topografický náčrt pochodu, tabuľka pochodu

1. ročník Zdravotná príprava – všeobecné zásady prvej pomoci /ticho, teplo, tekutiny.../,

poruchy dýchania, masáž srdca

2. ročník TOPO – doplnkové vrstevnice, určovanie nadmorskej výšky na mape

12, 45 Vyhodnotenie a presun do školy

Spracovala : Mgr. K. Vozárová

Schválil riaditeľ školy: RNDr. Dušan Andraško

Gelnica 3. 9. 2017