**P L Á N účelového cvičenia**

**24.6.2016 (piatok)**

G y m n á z i u m GELNICA

P L Á N druhého a štvrtého účelového cvičenia

Dátum: 24. 6. 2016

Triedy: Sekunda, Kvinta, 1. ročník, 2. ročník

Miesto: Gymnázium-škola, trasa – smer rekreačné stredisko Turzov

Zraz študentov: 7, 45 hod – škola

Výdaj materiálu: 7, 50 hod – kabinet telesnej výchovy

Vedúci tried: Sekunda- RNDr. Lenka Škarbeková, Kvinta- PaedDr. Daniela Molnárová,

1. A- Mgr. Jaroslava Víťazková, 2. A- Zoja Záhornacká

Vedúci cvičenia: Mgr. F. Arendáš

Obsahové zameranie:

8,00- 9,30 - organizačné veci, poučenie študentov o bezpečnosti počas cvičenia

- praktické prevedenie opatrení vyplývajúcich zo systému protivzdušnej

ochrany štátu- Požiarny poplach

9,30 – 13,00 - praktické cvičenie študentov v teréne podľa vopred vypracovaného plánu

a pod vedením pedag. pracovníkov.

Časový rozvrh učiva:

8, 00 – 9, 30 organizačné pokyny, vyhlásenie požiarneho poplachu

9, 30 – 13, 00 turistický pochod s plnením úloh zo zdravotnej prípravy, civilnej ochrany

a pobytu a ochrany v prírode.

Zdravotná príprava – Mgr. Z. Záhornacká, RNDr. L. Škarbeková

Civilná ochrana – PaedDr. D. Molnárová, Mgr. J. Víťazková

Pobyt a ochrana prírody – Mgr. R. Burčák, Mgr. F. Arendáš

Spracoval vedúci cvičenia:

Mgr. František Arendáš

Schválil riaditeľ školy: RNDr. Dušan Andraško

V Gelnici dňa 20. 6. 2016

- 2 -

O b s a h o v é z a m e r a n i e

P r v ý ročník, K v i n t a

A. Zdravotnícka príprava:

- šoky a proti šokové opatrenia

- prvá pomoc pri poranení hlavy, hrudníka, brucha

- základná obväzová technika

B. Civilná ochrana:

- súčasné postavenie CO v spoločnosti, právna úprava CO

- možné zdroje ohrozenia v mieste sídla školy

- definícia, delenie a charakteristika mimoriadnych udalostí, príčiny vzniku

- ochranná maska – kompletizácia, ošetrovanie, skladovanie

C. Pobyt a ochrana prírody:

- precvičenie odhadu vzdialenosti / šírková a výšková metóda/

- meranie azimutov na mape

- určovanie stanovišťa na mape pomocou buzoly

- kreslenie pochodovej osi

D r u h ý ročník

A. Zdravotnícka príprava:

- prvá pomoc pri zlomeninách rebier, chrbtice a panvy

- prvá pomoc pri otrave hubami, alkoholom a pri použití drog

- odsun jednotlivcov a skupín zranených osôb

B. Civilná ochrana

- identifikácia zápalných prostriedkov a látok

- ochrana obyvateľstva v okolí vodohospodárskych diel

- ochrana pred biologickými a chemickými zbraňami

C. Pobyt a ochrana prírody:

- zhotovenie topografického náčrtu

- dopravná výchova – oprávnenia na vedenie motorových vozidiel, vodičské preukazy

S e k u n d a

A. Zdravotná výchova:

- ošetrenie popálenín horných a dolných končatín, tváre

- ošetrenie a znehybnenie poranených kĺbov a kostí, vyvrtnutie, vykĺbenie

B. Ochrana proti škodlivým látkam:

- lokalizácia požiaru pomocou ručných hasiacich prístrojov, improvizovaných prostriedkov

- precvičiť spôsob vyrozumenia a privolanie požiarnikov

C. Orientácia v prírode:

- práca s buzolou, určovanie azimutu, vlastného stanovišťa, svetových strán