G y m n á z i u m GELNICA

P L Á N teoreticko – aplikačného cvičenia – druhý polrok

Dátum: 5. 6. 2015

Triedy: Príma, Kvarta,

Miesto: Gymnázium – škola, trasa: škola- okolie Gelnice – lesopark

Zraz žiakov: 7, 45 hod – škola

Výdaj materiálu: 7, 50 hod – kabinet telesnej výchovy

Vedúci tried: Príma- Mgr. Erika Krivjanská

Kvarta- PaedDr. Daniela Molnárová

Vedúci cvičenia: Mgr. K. Vozárová

(vypomáhajú študenti III.A, ktorí nespolupracujú na príprave workshopu v škole)

Obsahové zameranie:

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

- praktické prevedenie opatrení vyplývajúcich zo systému protivzdušnej

ochrany štátu.

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

a pod vedením pedag. pracovníkov.

Časový rozvrh učiva:

8, 00 – 9, 30 organizačné pokyny

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

a pobytu a ochrany v prírode.

Zdravotná príprava – PaedDr. D. Molnárová

Civilná ochrana - Mgr. E. Krivjanská

Pobyt a ochrana prírody – Mgr. K. Vozárová

13, 00 - Vyhodnotenie a presun do školy.

Spracoval vedúci cvičenia:

Mgr. František Arendáš

Schválil riaditeľ školy:

RNDr. Dušan Andraško

V Gelnici dňa 1. 6. 2015

- 2 -

O b s a h o v é z a m e r a n i e

P r í m a

A. Zdravotná príprava:

- umelé dýchanie z pľúc do pľúc

- prvá pomoc pri šoku

- ošetrenie a zastavenie tepnového a žilového krvácania

- príprava raneného na odsun do zdravotníckeho zariadenia

B. Ochrana proti škodlivým látkam:

- vyhlásenie signálu pri úniku toxických látok

- príprava ochranných prostriedkov jednotlivca

- prechod zamoreným terénom škodlivými látkami

C. Orientácia v prírode:

- práca s mapou a buzolou, určovanie zemepisného azimutu

- určenie vlastného stanovišťa podľa mapy

- prenášanie azimutu z mapy do terénu

K v a r t a

A. Zdravotná príprava:

- poskytnutie zdravotníckej pomoci pri strate vedomia

- prvá pomoc pri úpaloch, popáleninách

B. Civilná ochrana:

- kolektívna ochrana obyvateľstva – druhy úkrytov

- pravidlá správania sa v ochranných stavbách

C. Pobyt a ochrana prírody:

- značkovanie turistických ciest a chodníkov

- chránené krajinné oblastí, štátne rezervácie a pobyt v nich