



mpc
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM



Európska únia
Európsky sociálny fond

Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ

Mgr. Viktória Janeková

Lyžiarsky výcvik v primárnom vzdelávaní

Osvedčená pedagogická skúsenosť edukačnej praxe

Prešov
2014

Vydavateľ: Metodicko-pedagogické centrum, Ševčenkova 11,
850 01 Bratislava

Autor OPS/OSO: Mgr. Viktória Janeková

Kontakt na autora: ZŠ Československej armády 22, Prešov
viki.janek@gmail.com

Názov OPS/OSO: Lyžiarsky výcvik v primárnom vzdelávaní

Rok vytvorenia 2014

OPS/OSO: IX. kolo výzvy

Odborné stanovisko

vypracoval: Mgr. Pavel Marek

Za obsah a pôvodnosť rukopisu zodpovedá autor. Text neprešiel jazykovou úpravou.

Táto osvedčená pedagogická skúsenosť edukačnej praxe/osvedčená skúsenosť odbornej praxe bola vytvorená z prostriedkov národného projektu Profesionálny a kariérový rast pedagogických zamestnancov.

Projekt je financovaný zo zdrojov Európskej únie.

Kľúčové slová

Primárne vzdelávanie. Zimná škola v prírode. Lyžiarsky výcvik. Metodické združenie. Zážitkové učenie. Lyžiarsky výstroj. Animačný program.

Anotácia

Cieľom tejto práce je ponúknuť vypracované a praxou overené organizačné plány, a potrebné tlačivá pri organizácii zimnej školy v prírode spojenej s lyžiarskym výcvikom v primárnom vzdelávaní. V práci rozoberám jej prípravnú, realizačnú a záverečnú fázu. Neodmysliteľnou súčasťou takejto zimnej školy v prírode je aj animačná časť, ktorá by mala žiakom priniesť relax, zaujať, ale aj pobaviť.

Akreditované programy kontinuálneho vzdelávania

Názov akreditovaného vzdelávacieho programu KV

Číslo akreditovaného
vzdelávacieho programu KV

Lyžiarsky inštruktorský kurz zjazdového lyžovania

5/ 2010 - KV

OBSAH

ÚVOD	5
1 OPIS OSVEDČENEJ PEDAGOGICKEJ SKÚSENOSTI	7
2 TELESNÁ VÝCHOVA V PRIMÁRNOM VZDELÁVANÍ	9
2.1 Vzdelávacia oblasť Zdravie a pohyb	9
2.2 Platná legislatíva k organizácii lyžiarskych výcvikov	11
2.3 Biely kódex	12
3 ORGANIZÁCIA ZIMNEJ ŠKOLY V PRÍRODE SPOJENEJ S LYŽIARSKY VÝCVIKOM	13
3.1 Prípravná fáza organizácie Zimnej školy v prírode.....	13
3.2 Plán zabezpečenia ZŠVP	15
3.3 Realizačná časť	16
3.4 Záverečná správa o ZŠKVP a vyúčtovanie.....	18
3.5 Postrehy z praxe	18
ZÁVER	19
Zoznam príloh	21

ÚVOD

Telesná a pohybová výchova má nezastupiteľné miesto v edukácii dieťaťa. Dieťa sa s jej formami stretáva už pri nástupe do materskej školy, kde sa postupne hrovými aktivitami učí koordinovať svoje pohyby, zlepšovať sa po motorickej, psychickej, ale aj osobnostnej stránke. Už pri nástupe do Základnej školy, má osvojené určité telesné a pohybové návyky, ktoré sa následne rozvíjajú formou jednotlivých činností a hier počas celého primárneho vzdelávania. Jednou z tematických oblastí Telesnej a pohybovej prípravy v primárnom vzdelávaní je aj oblasť Aktivity v prírode a sezónne pohybové činnosti, ktorá úzko korešponduje s mojou prácou.

Každý rok naša škola organizuje na prvom stupni školy v prírode. Zimná škola v prírode je lastovičkou a niečím novým, čo po núkame rodičom a žiakom primárneho vzdelávania už tretí rok. Lyžiarske podujatia sme doteraz absolvovali spolu s rodičmi ako súčasť triednych akcií. Naši pedagógovia sú však skúsení lyžiarsky inštruktori, ktorí sa každoročne zúčastňujú lyžiarskych výcvikov na druhom stupni, ale aj ako inštruktori lyžovania na iných školách. Keďže požiadavka rodičov bola zorganizovať niečo podobné aj na prvom stupni, už tretí rok ponúkame, zážitkové vyučovanie lyžovania mladších žiakov, formou Zimnej školy v prírode spojenej s lyžiarskym výcvikom, ktorej som organizátorom, ako aj vedúcim pedagógom a inštruktorom z poverenia vedenia našej školy.

Organizácia takejto zimnej školy v prírode nie je jednoduchou záležitosťou. Na rozdiel od druhého stupňa, musí organizátor rátať s vyšším počtom inštruktorov, ako udáva legislatíva. Tento fakt mi priniesla prax s organizáciou takejto Zimnej školy v prírode. Práca so žiakmi na prvom stupni je náročnejšia nielen na svahu, ale aj samotná príprava pred výcvikom / obliekanie žiakov, obúvanie, kontrola výstroje, pripínanie lyží.../. Dôležitou súčasťou je aj výber lyžiarskeho strediska, ktoré taktiež musí spĺňať určité požiadavky vyhovujúce mladším žiakom. Nesmiem zabudnúť ani na súbor tlačív a potvrdení, ktoré vyžaduje platná legislatíva, a na ktoré by organizátor nemal zabudnúť.

Cieľom tejto práce bude ponúknuť vypracované organizačné plány zimnej školy v prírode spojenej s lyžiarskym výcvikom pre primárne vzdelávanie, jej prípravnú, realizačnú a záverečnú fázu. Neodmysliteľnou súčasťou v takejto zimnej školy v prírode je aj animačná časť, ktorá by mala žiakom priniesť relax, zaujať, ale aj pobaviť. Zopár nápadov, ktoré sa mi s kolegyňami osvedčili, ponúkam aj prostredníctvom tejto práce. V závere by som rada pomohla kolegom, ktorí ocenia aj vzory tlačív a potvrdení, ktoré sú potrebné pri organizácii zimnej školy v prírode spojenej s lyžiarskym výcvikom v primárnom vzdelávaní.

Dúfam, že táto práca posluží aj ďalším kolegom, ako podnet na zorganizovanie takejto formy výučby v prírode, spojenej so zážitkovým učením nielen na prvom stupni a posluží ako metodický list k jej organizácii.

1 OPIS OSVEDČENEJ PEDAGOGICKEJ SKÚSENOSTI

Kontext a rámec

Práca prináša metodický materiál, ktorý je určený učiteľom primárneho vzdelávania a učiteľom telesnej výchovy, ktorí vyučujú predmet telesná a pohybová výchova aj na primárnom stupni vzdelávania. Práca prináša konkrétne skúsenosti a návrhy na sezónne športy a aktivity v primárnom vzdelávaní, ktoré sú zahrnuté v cieľoch vzdelávacej oblasti Zdravie a pohyb v vzdelávacom programe ISCED 1. Čo sa týka sezónnych športov a aktivít, zamerali sme sa na lyžiarsky výcvik, ktorého ciele a náplň v primárnom vzdelávaní realizujeme už niekoľko rokov prostredníctvom Zimnej školy v prírode spojenej s lyžiarskym výcvikom.

Špecifiká cieľovej skupiny

- **Kategória:** Učiteľ
- **Podkategória:** Učiteľ primárneho vzdelávania, učiteľ s aprobáciou Telesná výchova.
- **Žiak:** Žiak základnej školy.
- **Vzdelávacia oblasť:** Zdravie a pohyb.
- **Prierezová téma:** Ochrana života a zdravia, Osobnostný a Sociálny rozvoj.
- **Škola, ročník:** Základná škola, 2., 3., a 4. Ročník.
- **Vyučovacie predmety:** Telesná výchova.

Cieľ práce

Cieľom mojej práce je poskytnúť učiteľom primárneho vzdelávania, alebo učiteľom Telesnej a ohybovej výchovy, ktorí vyučujú žiakov v primárnom vzdelávaní, metodický materiál na organizáciu Zimnej školy v prírode spojenej s lyžiarskym výcvikom pre žiakov primárneho vzdelávania.

Východiská OPS

Implementácia OPS si vyžaduje využitie ponúk cestovných kancelárií, alebo samotných lyžiarskych stredísk, ktoré poskytujú adekvátne podmienky na plnenie cieľov lyžiarskej gramotnosti u žiakov primárneho vzdelávania, ako aj podmienky na ubytovanie, stravovanie, ako aj realizáciu animačného programu Zimnej školy v prírode spojenej s lyžiarskym výcvikom u žiakov primárneho vzdelávania.

Vymedzenie kompetencií

Prostredníctvom realizácie jednotlivých aktivít a samotnej práce so žiakmi na svahu i mimo neho počas Zimnej školy v prírode spojenej s lyžiarskym výcvikom, budeme u žiakov primárneho vzdelávania rozvíjať nasledovné kompetencie v súlade s ISCED 1 a s ISCED 1 pre Telesnú výchovu:

- Vytvárať základný pojmový aparát na veku primeranej úrovni prostredníctvom poznatkov z realizovaných pohybových aktivít, aktuálnych skúseností a športových záujmov,
- dokázať v pohybových činnostiach uplatňovať princípy fair-play, byť tolerantný k súperom pri súťažiach, kooperovať v skupine, akceptovať práva a povinnosti

účastníkov hry, súťaže a svojím správaním prispievať k nerušenému priebehu športovej akcie.

- osvojiť si elementárne vedomosti a zručnosti z telesnej výchovy, dokázať ich aplikovať a tvorivo rozpracovať v pohybových aktivitách v škole i vo voľnom čase,
- na veku primeranej úrovni rozvinúť pohybové schopnosti, ktoré vytvárajú predpoklad pre optimálnu zdravotne orientovanú zdatnosť,
- dokázať v každodennom živote uplatňovať zásady hygieny, bezpečnosti a ochrany vlastného zdravia,
- poznať a uvedomovať si význam pohybu pre zdravie a dokázať svoje zdravie upevňovať prostredníctvom každodenného pohybu.

Špecifikácia kompetencií, ktoré si má žiak rozvíjať v kontexte s kľúčovými kompetenciami a ich prepojenie so vzdelávacou oblasťou Zdravie a pohyb a učebným predmetom Telesná výchova počas lyžiarskeho výcviku sú:

Komunikačné jazykové činnosti a stratégie

- vyjadrovať sa veku primeranou športovou terminológiou,
- vyjadrovať svoje názory, vedomosti a pocity súvisiace s realizovanými pohybovými aktivitami,
- interaktívne a kreatívne reagovať na otázky súvisiace so športovou činnosťou.

Matematická kompetencia a základné kompetencie v oblasti vedy a techniky

- pri rozvoji matematických modelov myslenia využívať vyjadrovanie telom a pohybom,
- rozvíjať priestorové myslenie prostredníctvom pohybových aktivít.

Naučiť sa učiť

- aktívne využívať informácie zo školskej telesnej výchovy vo voľnom čase,
- mať záujem (byť motivovaný) o ďalšie vzdelávanie sa v oblasti športu.

Spoločenské a občianske kompetencie

- vytvoriť si vlastnú identitu (nájsť si svoje miesto) pri aktívnej športovej činnosti svojej účasti na nej v rámci skupiny, tímu ap.,
- vedieť rešpektovať práva i povinnosti (svoje i iných) pri realizovaných športových aktivitách,
- vedieť kooperovať pri športových aktivitách.

Iniciatívnosť a podnikavosť

- vedieť s kamarátmi realizovať aj vo voľnom čase naučené pohybové hry a športové aktivity v rôznom prostredí.

Kultúrne povedomie a vyjadrovanie

- mať motorickú gramotnosť (ako výsledok pohybového vzdelávania), ktorá je súčasťou kultúrnej gramotnosti človeka.

Všetky tieto kompetencie, činnosti a stratégie sa počas všetkých aktivít vzájomne prelínajú a na seba logicky nadväzujú. Žiaci počas lyžiarskeho výcviku v Zimnej škole v prírode pracujú aktívne s naučeným pojmovým a pohybovým aparátom a osvojujú si postupne všetky vedomosti, zručnosti a návyky, ktoré sledujeme na jednotlivých výcvikových hodinách, aktivitách formou vytýčených cieľov.

2 TELESNÁ VÝCHOVA V PRIMÁRNOM VZDELÁVANÍ

Telesná výchova má v primárnom vzdelávaní a v edukácii žiakov nezastupiteľné miesto. Pohyb, hry a spontánny pohyb je pre žiakov primárneho vzdelávania charakteristický a práve na týchto aspektoch stavia aj vzdelávacia oblasť Zdravie a pohyb, ktorej je predmet Telesná výchova dominantou.

2.1 Vzdelávacia oblasť Zdravie a pohyb

Štátny vzdelávací program pre primárne vzdelávania ISCED 1 udáva sedem vzdelávacích oblastí, ktoré v sebe zahŕňajú jednotlivé predmety a ich časové dotácie v jednotlivých ročníkoch. Sú to :

- Jazyk a komunikácia.
- Matematika a práca s informáciami
- Príroda a spoločnosť
- Človek a hodnoty
- Človek a svet práce
- Umenie a kultúra
- Zdravie a pohyb

Práve posledná so spomínaných oblastí charakterizuje predmet Telesná výchova, ktorého hlavným cieľom v primárnom vzdelávaní je pozitívna stimulácia vývinu a kultúrne gramotnej osobnosti prostredníctvom pohybu s akcentom na zdravotne orientovanú zdatnosť a radostné prežívanie pohybovej činnosti / ISCED 1, Telesná výchova, 2008, str.3./ .

Tento hlavný cieľ je podrobnejšie charakterizovaný všeobecnými cieľmi predmetu Telesná výchova v primárnom vzdelávaní a to sú:

- stimulovať reč a myslenie počas telovýchovných činností,
- podporovať procesy sebapoznávania a sebakontroly pri aktívnej pohybovej činnosti,
- podporovať aktivitu, fantáziu a kreativitu žiakov pri pohybových aktivitách,
- formovať pozitívny vzťah k telesnej výchove, pohybovým aktivitám, športu,
- kultivovať pohybový prejav s akcentom na správne držanie tela,
- vytvárať podmienky pre optimálny rozvoj zdravotne orientovanej zdatnosti,
- podporovať získavanie poznatkov o otázkach vplyvu pohybu na zdravie,
- uplatňovať zásady hygieny a bezpečnosti pri pohybovej činnosti.

Pri dosiahnutí kompletnej žiackej osobnosti, ako aj rozvoja osobnosti žiaka po všetkých stránkach, teda fyzickej a osobnostnej nám napomáhajú aj nasledovné dielčie ciele Telesnej výchovy:

- cieľ zameraný na osobnostný rozvoj,
- cieľ zameraný na zdravie,
- cieľ zameraný na motoriku,
- cieľ zameraný na postoje.

Okrem kompetencií, ktoré sa počas vzdelávacieho procesu vzájomne prelínajú, pri tvorbe tematických plánov je potrebné brať do úvahy aj tematické celky. V predmete Telesná výchova v primárnom vzdelávaní rozlišujeme týchto päť tematických celkov:

1. Základné lokomócie a nelokomočné pohybové zručnosti
2. Manipulačné, pohybové a prípravné športové hry
3. Kreatívne a estetické pohybové činnosti
4. Psychomotorické cvičenia a hry
5. Aktivity v prírode a sezónne pohybové činnosti

Každý z týchto tematických okruhov rozvíja určitú kompetenciu, vedomosť, schopnosti a zručnosti, ako aj postoje. Lyžiarsky výcvik v primárnom vzdelávaní spadá pod piaty okruh tematických celkov.

Aktivity v prírode a sezónne pohybové činnosti.

Tento tematický okruh rozvíja kompetenciu:

Mať primerane veku osvojené základné zručnosti z plávania, turistiky, korčuľovania, lyžovania, bicyklovania a i., vedieť ich primerane aplikovať v živote i športe / ŠVP, telesná výchova – príloha ISCED 1, str.9/.

Tento tematický okruh rozvíja tieto vedomosti:

- plávanie
- turistika a pohyb v letnej prírode
- lyžovanie a pohyb v zimnej prírode
- korčuľovanie a pohyb na ľade
- bicyklovanie

Čo sa týka lyžovania a pohybu v prírode, ktorý korešponduje s témou mojej práce, lyžovanie a pohyb v zimnej prírode rozvíja:

- aktivity a hry so sánkami, klzákami,
- hry so snehom a na snehu,
- elementárne poznatky o význame lyžovania,
- základné pohybové zručnosti z lyžovania,
- informácie o možnostiach aplikácie lyžovania vo voľnom čase

Aktivity v prírode a sezónne pohybové činnosti rozširujú obzor žiakov, čo sa týka pohybových činností, ktoré sa nedajú realizovať počas klasických vyučovacích hodín. Umožňujú im proporcionálny rozvoj všetkých pohybových schopností v jednotlivých sezónnych športoch a pohybových aktivitách, rozvíjajú ich kultúru pohybového prejavu, precítenie pohybu, ako aj interpretáciu jednotlivých pohybov v danom športe, alebo pohybovej aktivite. Ide o nadobúdanie schopností a zručností v sezónnych aktivitách, ktoré nielen rozširujú žiakom ich rozvoj, čo sa týka intelektových schopností, ale učia ich aj pozitívne vnímať tieto sezónne pohybové aktivity v prírode, ako svoju nevyhnutnú súčasť, čo sa týka pohybu a ochrany svojho zdravia. Okrem toho majú aj sekundárny vplyv na rozvoj celkovej osobnosti žiakov to v oblasti vnímania a ochrany prírody a svojho zdravia.

Čo sa týka obsahovej náplne tohto tematického celku predmetu Telesná a pohybová výchova, udáva dokument ISCED 1, príloha Telesná a pohybová výchova túto obsahovú náplň:

- Správne pomenovať základné pohybové činnosti vo výučbe realizovaných druhov sezónnych pohybových aktivít.
- Ukázať správne technické predvedenie elementárnych pohybových zručností vo výučbe realizovaných sezónnych pohybových činností v rôznych obmenách.
- Uplatniť prvky sezónnych pohybových činností v hrách, súťažiach ap. v škole i vo voľnom čase /ŠVP, Telesná a pohybová výchova – príloha ISCED 1, str.13/.

2.2 Platná legislatíva k organizácii lyžiarskych výcvikov

Organizácia lyžiarskych výcvikov v primárnom vzdelávaní je zriedkavou činnosťou škôl, ako aj ich metodických orgánov, ktoré zaradzujú lyžiarsky výcvik, alebo lepšie povedané Zimnú školu v prírode spojenú s lyžiarskym výcvikom v primárnom vzdelávaní do svojich plánov.

Školská legislatíva prešla za posledných 20 rokov mnohými reformnými zmenami. Aj napriek tomu doposiaľ neexistuje vyhláška, ktorá by sa týkala konkrétne lyžiarskych výcvikov v primárnom vzdelávaní, alebo organizáciou zimných škôl v prírode spojených s lyžiarskym výcvikom v primárnom vzdelávaní. Ak sa škola rozhodne realizovať lyžiarsky výcvik (ďalej LV), alebo zimnú školu v prírode (ďalej ZŠKVP) s ním spojenú, je potrebné, aby sa riadila súčasne platnou legislatívou:

- Zákon 245/2008 Z.z. o výchove a vzdelávaní – školský zákon (paragrafy 55, 58, 144, 152).
- Vyhláška 320/2008 Z.z. Ministerstva školstva Slovenskej republiky o základnej škole (paragrafy 7, 18, 20, 22).
- Zákon č. 311/2001 Z.z. Zákonník práce v znení zákona č. 200/2008 (paragrafy 57, 84, 96, 98, 121, 122).
- Zákon 283/2002 Z.z. Zákon o cestovných náhradách.
- ISCED 1 – Štátny vzdelávací program, primárne vzdelávanie.
- Školský vzdelávací program danej školy.
- Vyhláška Ministerstva školstva z 23. júla 2008 o škole v prírode.
- Kolektívna zmluva vyššieho stupňa na príslušný rok.
- Usmernenie MŠ SR k práci nadčas a k poskytovaniu náhradného voľna za prácu nadčas pedagogických zamestnancov škôl a školských zariadení zo dňa 29. 12. 2009.

2.3 Biely kódex

Pojem Biely kódex milovníkom zimných športov a lyžovania nie je potrebné predstavovať. Je však veľmi potrebné s ním oboznámiť žiakov, začínajúcich, ale aj pokročilých lyžiarov. Ide o súhrn pravidiel a odporúčaní Medzinárodného Lyžiarskeho Zväzu FIS (Federation Internationale de Ski), ktoré by mali lyžiar, snowboardisti, ako aj ostatní účastníci zimných športov na zjazdovkách dodržiavať. Tieto pravidlá s názvom Biely kódex sú umiestnené v každom lyžiarskom stredisku na viditeľnom mieste preto, aby sme si všetci na svahu zalyžovali dobre a bez ujmy na zdraví. Je preto viac, ako potrebné s týmito pravidlami oboznámiť aj žiakov hneď v prvý deň na svahu. Tieto pravidlá obsahujú:

1. **Ohľaduplnosť k iným** - každý na lyžiarskej trati je povinný správať sa tak, aby neohrozil ani nepoškodil zdravie alebo život, alebo nespôsobil škodu sebe alebo inému nebezpečným štýlom jazdy, nevhodným materiálom, zle odloženým materiálom, zníženou schopnosťou reakcie a odhadu (únava, choroba, alkohol, drogy a pod.).
2. **Kontrola rýchlosti a spôsobu jazdy** - lyžiar musí prispôbiť rýchlosť a štýl jazdy svojim schopnostiam, terénu, počtu lyžiarov na zjazdovke, ale aj poveternostným podmienkam.
3. **Voľba stopy / smeru jazdy** - lyžiar prichádzajúci zhora je zodpovedný za všetkých ktorí lyžujú pod ním, musí svoj smer jazdy voliť tak, aby neohrozil pred ním jazdiaceho lyžiara. Lyžiar, ktorý jazdí za iným lyžiarom, musí dbať na dostatočný odstup, aby lyžiari vpredu ponechal voľný priestor pre smer a spôsob jazdy. To predpokladá udržiavanie odstupu a predvídanie úmyslov lyžiara jazdiaceho vpredu, či nižšie.
4. **Predbiehanie** - predbiehať možno sprava aj zľava s dostatočným odstupom tak, aby predbiehaný lyžiar nebol ohrozený a mal dostatočný priestor pre smer aj spôsob jazdy.
5. **Vjazd na trať, rozjazd na trati** - každý, kto vchádza na lyžiarsku trať alebo chce po zastavení opäť pokračovať v jazde, je povinný sa rozhliadnúť, dať prednosť lyžiari prichádzajúcim zhora a neohroziť lyžiarov pod sebou. Neočakávaný rozjazd lyžiara stojaceho na mieste sa dá len ťažko predvídať a môže spôsobiť zbytočnú kolíziu s prichádzajúcim lyžiarom.
6. **Zastavenie a státie** - na trati sa nesmie bezdôvodne zastaviť a stáť na zúžených a neprehľadných častiach zjazdoviek. Zvlášť nebezpečné je zastaviť alebo po páde zostať sedieť za terénou vlnou. Lyžiar, ktorý spadol na takomto mieste ho musí čo najrýchlejšie opustiť.
7. **Výstup a zostup** - osoba, ktorá stúpa nahor alebo schádza po lyžiarskej trati, musí používať okraj zjazdovky.
8. **Dodržiavanie značiek na trati** - hlavne vo väčších strediskách, kde je viac zjazdoviek bývajú tieto označené značkami s rôznymi upozorneniami o krížení zjazdoviek, označením nebezpečných miest, príkazmi na zníženie rýchlosti, alebo značkami horskej služby či polície. V cudzine sú tieto všetkými dodržiavané a ich dodržiavanie je kontrolované.
9. **Pomoc pri nehodách** - každý užívateľ zjazdovky je povinný pri úraze iného lyžiara na trati poskytnúť prvú pomoc v rámci svojich schopností a možností vrátane protišokových opatrení, označiť miesto nehody nad nehodou (napr. pomocou skrížených lyžiarskych palíc) a oznámiť úraz horskej službe, alebo inej oprávnenej osobe, privolať čo najrýchlejšie odbornú pomoc.
10. **Preukaz totožnosti** - každý z účastníkov nehody (svedok, poškodený, vinník) sa na výzvu musí legitimovať. V alpských krajinách sa neposkytnutím pomoci, alebo neposkytnutím údajov, či útekom z miesta nehody vystavuje dotýčny trestnému konaniu a následnému stíhaniu.

Tieto pravidlá Bieleho kódexu si zväčša lyžiarske strediská upravujú podľa svojich požiadaviek a podmienok. Žiakom primárneho vzdelávania je potrebné priblížiť tento Biely kódex primerane ich veku. Je dobré, ak si jeho časti prečítame priamo na svahu a o jednotlivých bodoch sa porozprávame, alebo ich vysvetlíme v rámci animačného programu.

3. Organizácia zimnej školy v prírode spojenej s lyžiarskym výcvikom

Organizácia i samotné prevedenie škôl v prírode, či už v jesennom, zimnom, alebo letnom období na prvom stupni základnej školy (ďalej ZŠ) je veľmi náročnou záležitosťou. Mnohé kolegyně odrádza hlavne zodpovednosť za žiakov, ktorá padá na ich plecia. Avšak pri kvalitnej organizácii, zaujímavom programe a dobrom pedagogickom zložení sa i z takto náročného prevedenia výchovno-vzdelávacieho procesu dá urobiť skvelý zážitok pre obe strany. Na nasledujúcich stranách som vypracovala návrh na organizáciu zimnej školy v prírode spojenú s lyžiarskym výcvikom v primárnom vzdelávaní, ktorú na našej škole organizujem spolu so svojimi kolegyněmi už tretí rok.

3.1 Prípravná fáza organizácie Zimnej školy v prírode

V prípravnej fáze organizácie zimnej školy v prírode (ďalej ZŠKVP) už začiatkom školského roka, teda v septembri, je potrebné zistiť záujem o účasť na ZŠKVP zo strany pedagógov a to na prvom zasadnutí MZ už v septembri. Je potrebné mať na zreteli, že ZŠKVP spojená s lyžiarskym výcvikom sa môže uskutočniť, ak je zahrnutá do:

- školského vzdelávacieho programu,
- ročného plánu školy,
- plánu práce PK MZ na prvom stupni.

Ak sa rozhodnú pedagógovia vziať svoje triedy do ZŠKVP spojenej s lyžiarskym výcvikom, je potrebné zvoliť vhodnú formu tejto akcie. Pre základné školy súčasná legislatíva umožňuje organizovať takúto akciu ako 5 až 7 dňový pobyt, so sústredenou výchovno - výcvikovou činnosťou a to:

- S dennou dochádzkou.
- Ako výchovno - výcvikový zájazd.

Pre žiakov primárneho vzdelávania je najvhodnejší 6 dňový pobytový zájazd. Ďalej je zo strany pedagógov potrebné dohodnúť sa na zistení záujmu zo strany rodičov. Keďže ide aj o lyžiarsky výcvik je potrebné oboznámiť s týmto zámerom aj rodičov. Lyžiarsku výstroj žiakovi zabezpečuje jeho zákony zástupca. Ďalej je potrebné určiť vedúceho pedagóga ZŠKVP spojenej s lyžiarskym výcvikom, ktorý je spôsobilý viesť nielen ZŠKVP, ale je spôsobilý viesť aj lyžiarsky výcvik.

Ďalšou dôležitou časťou tejto prípravnej fázy je vybrať vhodné miesto na takýto pobyt. Ide hlavne o to, aby stredisko disponovalo svahom pre začiatočníkov so samostatným pomalším vlekom pre družstvo začiatočníkov a mierne pokročilých a taktiež svahom pre družstvá pokročilých lyžiarov. Taktiež je potrebné brať do úvahy dobrý dojazd, hlavne pre družstvá začiatočníkov a obsadenosť zjazdoviek strediska počas sezóny. Z našich skúsenosti odporúčam vybrať miesto pobytu prostredníctvom cestovných kancelárií, ktoré pôsobia na regionálnom trhu a sú rokmi overené. Tie zabezpečujú nielen samotný pobyt, ale aj dopravu a poistenie účastníkov, ako aj mnoho iných animačných výhod. Ak sa vedúci pedagóg s ostatnými dohodne na výbere cestovnej kancelárie, zvolia podľa jej ponuky vhodný objekt na realizáciu ZŠKVP, ktorý má v blízkosti primerané výcvikové svahy, najlepšie s umelým zasnežovaním. Taktiež je dôležité aj okolie, ktoré bude slúžiť na relax a zábavu v čase činnosti po výcviku.

Po rezervácii ZŠKVP je cestovná kancelária povinná zaslať na školu 2 kópie zmluvy o ubytovaní, poskytnutí služieb, o výške zmluvnej ceny pobytu vrátane dopravy a skipasu, o poistení na jedného účastníka, o vyplatení zálohy a doplatku za pobyt, o všeobecných podmienkach danej cestovnej kancelárie. Dôležitá je aj informácia o storno poplatkoch. Toto všetko je potrebné zrealizovať ešte v septembri, najneskôr v prvej polovici októbra.

Pred samotnou prípravou ZŠKVP spojenou s LV je dobré, aby si pedagógovia na prvom stretnutí zadefinovali a vymedzili ciele, obsahové a výkonové štandardy. V osnovách je lyžovanie (zjazdové, bežecké, snowbordové) zaradené do modulu Športových činností pohybového režimu, v obsahu športových činností charakteristických priestorov sa v prírodnom prostredí.

Z navrhovaného Obsahového štandardu sa na LV vzťahujú požiadavky:

- Prírodné prostredie.
- Pohybová činnosť v teréne.
- Druhy terénov.
- Priestorovanie a pobyt v prírode.
- Zážitkové učenie.
- Prvá pomoc.

Podľa navrhovaného Výkonového štandardu má žiak po skončení LV zvládnuť:

- Priestorovať sa špecifickou pohybovou činnosťou v teréne.
- Demonštrovať osvojenie si základných pohybových zručností v zimnej prírode.
- Orientovať sa v prírodnom prostredí.
- Predvídať riziko pobytu, zaťaženia pri športovej činnosti.
- Osvojiť si základy vybraného zimného športu.
- Porozumieť metodike nácviku vybraného športu v prírode.

Je veľmi dôležité, aby sa takéhoto pobytu so žiakmi zúčastnilo čo najviac pedagógov, ktorí sú spôsobilí viesť lyžiarske družstvo na prvom stupni a majú k tomu aj príslušnú kvalifikáciu. Zároveň dokážu splniť ciele a obsahové a výkonové štandardy. Preto je ich výber dôležitý už pri plánovaní takéhoto pobytu žiakov primárneho vzdelávania.

Koncom septembra, začiatkom októbra sa na školách konajú prvé triedne aktivity, na ktorých sú rodičia informovaní o plánoch školy a triedneho učiteľa na celý školský rok. Triedny učiteľ prvého stupňa, ktorí sa rozhodli zúčastniť ZŠKVP spojenej s LV informujú o tomto zámere rodičov na prvých triednych aktivitách. Je potrebné, aby si pripravili tlačivo, na ktoré rodič uvedie predbežný záujem o tejto akcii. Na takomto tlačive musia byť tieto informácie pre rodiča:

- Adresa strediska, zastrešenie podujatia (názov cestovnej kancelárie).
- Presný termín pobytu.
- Cena pobytu a jeho vyplatenie (záloha, doplatok), storno poplatok.
- Počet pedagógov – je dobré uviesť počet inštruktorov zastrešujúcich LV.
- Zdravotník zodpovedný za zdravotný stav detí počas pobytu.
- Informácie o programe a náplni, cieľoch ZŠKVP spojenej s LV.

Na tomto triednom aktivite je potrebné povedať, že záväzné prihlášky, ktoré sa rodičom rozdájú na druhom triednom aktivite je potrebné odovzdať triednemu učiteľovi do začiatku zimných prázdnin v decembri, kvôli spresneniu počtu a prípravy pedagógov, ktorí pôjdu so žiakmi, ako inštruktori.

3.2 Plán zabezpečenia ZŠKVP

Plán zabezpečenia vypracuje vedúci pedagóg, ktorý ho prekonzultuje s ďalšími pedagógmi a minimálne 3 týždne pred termínom odchodu predloží na schválenie riaditeľovi školy. Plán ZŠKVP spojenej s LK obsahuje:

- Plán organizačného zabezpečenia (príloha 1).
- Denný program (príloha 2).
- Výcvikový plán (príloha 3).
- Poučenie žiakov (príloha 4).
- Vnútorň poriadok (príloha 5).
- Rozpis služieb pedagógov (príloha 6).

Ďalej je do tohto plánu zahrnuté aj poistenie proti úrazu, ktoré žiaci musia mať uzavreté povinne. V našom prípade to riešime poistením celého personálneho obsadenia, teda žiakov, ako aj pedagógov a zdravotníka, formou komerčného poistenia na daný počet dní trvania ZŠVP.

Pri predbežnej organizácii zadelenia detí do družstiev nesmieme zabúdať, že v jednom družstve môže byť maximálne 15 žiakov. Na prvom stupni je ideálny počet na jedného inštruktora 10 – 12 žiakov. Je potrebné dohodnúť sa na termíne poučenia žiakov o bezpečnosti a ochrane zdravia pred samotnou účasťou žiakov na ZŠKVP, ktorú zabezpečí riaditeľ školy, alebo ním poverený zamestnanec. Dôležitou súčasťou je aj hodnotenie a to najmä LV. Toto po dohode s pedagógmi a riaditeľom školy bude:

1. Priebežné – cyklické hodnotenie činnosti počas dňa, systematické hodnotenie členov družstva.
2. Záverečné – jednotlivcov, celého kurzu.

Samotná realizácia ZŠKVP spojenej s LV začína posledným triednym aktívom, kde spolu s rodičmi a všetkými pedagogickými pracovníkmi, ktorí sa ZŠKVP zúčastnia. Vedúci pedagóg spresní informácie ohľadom počtu, programu pobytu, vyplatenia pobytu, poistenia. Triedny učiteľia skontrolujú všetky záväzné prihlášky, ktoré rodičia vyplnia a podpíšu. Dôležitou súčasťou je aj poučenie rodičov ohľadom lyžiarskeho výstroja detí. Je dôležité, aby výstroj detí bola prekontrolovaná lyžiarskym skiservisom, dobre nastavená, hlavne brzdy a viazanie. Ďalej je potrebné rodičov upozorniť, že pred odchodom je potrebné triednym učiteľom odovzdať:

- Lekárske potvrdenie, že sa dieťa môže zúčastniť ZŠKVP s LV staré minimálne 3 dni.
- Potvrdenie o bezinfekčnosti (príloha 8).
- Preukaz poistenca.
- Čestné prehlásenie o uhradení spôsobenej škody (príloha 9).
- Informovaný súhlas s vyslaním žiaka do ZŠKVP spojenej s LV (príloha 10).
- Zoznam potrebných vecí do ZŠKVP (príloha 11).
- Údaje o žiakovi (príloha 12).
- Vyhlásenie rodičov (príloha 13).

Všetky potvrdenia, okrem lekárskeho, na vyplnenie dávame spolu s mojimi kolegyňami na spoločnom stretnutí rodičov tých žiakov, ktorí absolvujú ZŠVP. Taktiež prekontrolujeme spoločne všetky vyplnené a odovzdané, ktorí rodičia zväčša pošlú obratom, okrem lekárskeho potvrdenia, ktoré odovzdávajú v deň odchodu zdravotníkovi spolu s informáciou o zdravotnom stave dieťaťa, poprípade pravidelného užívania liekov. Vedúci pedagóg spresní ešte zraz všetkých žiakov pred odchodom, a telefonicky kontakt naňho, ktorý bude rodičom k dispozícii počas celého pobytu žiakov. Vrelo odporúčam upovedomiť rodičov o zákaze používania mobilných telefónov počas celého pobytu. Uľahčí to prácu počas ZŠVP počas celého pobytu. Vedúci pedagóg si po skončení triedneho aktívu zvolá všetkých triednych učiteľov a pedagógov, ktorí sa zúčastnia ZŠKVP. Spolu si skompletizujú a prekontrolujú:

- Menné zoznamy pedagogických zamestnancov aj zdravotníka s ich pracovným zaradením (príloha 14).
- Pracovné náplne zamestnancov, časový harmonogram služieb pedagógov, denné i nočné služby, inštruktorskú činnosť (príloha 6).
- Menné zoznamy žiakov s ich základnými kontaktnými údajmi (príloha 15).
- Zoznam žiakov, ktorí zostávajú v škole.
- Preveria všetky písomnosti zo strany rodičov.
- Organizačné pokyny ku dňu odchodu, naloženie batožiny, výstroje, pomôcok k LV, didaktických pomôcok.

3.3 Realizačná časť

Aj keď realizácia ZŠVP spojenej s lyžiarskym výcvikom začína už v prípravnom období, jej samotná realizačná časť pre žiakov a rodičov začína dňom odchodu na takýto pobyt. Prvý deň pobytu je pre žiakov veľmi náročný. Ide o zmenu prostredia z domáceho na hotelový, ako aj zmena režimu počas nasledujúcich dní.

Čo sa týka pobytu a výcviku na svahu, ten zvykneme realizovať hneď prvý deň. Prvou základnou úlohou je rozdelenie žiakov do družstiev. Aj keď od rodičov dostávame informácie o lyžiarskej zdatnosti ich detí, po skúsenostiach si ich aj tak otestujeme osobne. Na svahu pri zadelovaní žiakov do družstiev sú vždy prítomní všetci inštruktori. Každý z nich už vie od vedúceho inštruktora, ktoré družstvo dube viesť a po pridelení si berie žiakov ku sebe. Zvyčajne máme 4, alebo 5 družstiev, záleží to od počtu žiakov a aj od počtu lyžiarov a nelyžiarov. Na zadelenie do družstiev si vyberáme mierny svah s rovinným dojazdom. Nelyžiarov, ktorí na lyžiach ešte nestáli nechávame s ich inštruktorom bokom. Ich úlohou v prvý deň je naučiť sa obuť si lyžiarky, lyže a naučiť sa na svahu spadnúť a postaviť sa. Po zadelení žiakov do družstiev si každý vedúci jednotlivých družstiev prekontroluje žiacku výstroj, nastavenie lyží žiakov. Rozdá žiakom reflexné vesty podľa družstiev / každé družstvo má svoju reflexnú farbu/, aby boli na svahu viditeľní aj pre iných lyžiarov. Každý inštruktor poučí svoje družstvo o bezpečnosti na svahu a o pravidlách, ktoré budú platiť pre jednotlivé družstvá počas celého pobytu.



Obrázok č. 1 Ustrojenie lyžiara

Prameň: Vlastný archív

Výcvikový deň začína vždy rozcvičkou na svahu, ktorou je poverený vždy jeden z inštruktorov. V posledné dva dni môžeme nechať rozcvičenie na šikovných žiakov z prvého družstva, ako určitú odmenu za prácu na svahu. V rozcvičke, okrem klasického rozcvičenia, môžeme využiť aj rôzne súťaživé hry, ktoré žiakov rozohrejú, ako napríklad slalomový beh družstiev medzi paličkami, vláčik – beh družstiev, ktoré sú spojené ako vláčik zo startu do cieľa, hra „Kubo veľí“, detský aerobik na svahu, atď. Po rozcvičke pokračujú družstvá so svojimi inštruktormi vo výcviku podľa plánu ZŠKVP.

Hodnotenie výcviku zvykneme vždy robiť každý deň pred večerou, kde každý inštruktor družstva zhodnotí jeho činnosť, vyzdvihne úspechy jednotlivcov počas jednotlivých dní a ak je potrebné poukáže na jednotlivé nedostatky. Hlavne pochvaly sú veľmi potrebné pre nelyžiarov, ktorí ich berú, ako motiváciu do ďalších dní.

Animačná časť je počas takéhoto pobytu taktiež veľmi dôležitá. Pôsobí ako uvoľnenie, relax, ale aj ako utužovanie celého kolektívu ZŠKVP. Animačná časť sa realizuje zväčša po večeri, keď sú žiaci oddýchnutí po výcvikovej časti. Túto časť môžeme realizovať rôznymi spôsobmi a to: vyrábanie menoviek jednotlivých izieb a ich spoločná prezentácia /vhodné, ako zoznamovací večer/, súťaživé hry, prírodovedné kvízy, projekcia rozprávok, lyžiarske výučbové video, družstvo baví družstvo, ak hotelové zariadenie disponuje bazénom, je potrebné a vhodné ho využiť aj v animačnom programe. Všetko závisí od zloženia žiakov, od náročnosti a únavy žiakov po jednotlivých výcvikových dňoch, aby animačný program bol pre žiakov oddychom a pôsobil skôr relaxačne, než náročne. Je vhodné, podľa situácie, ak si žiaci zvolia animačný program na večer aj sami. Má to niekedy oveľa väčší efekt, ako keby sme ho organizovali žiakom na silu my.

Realizačná a výcviková časť ZŠKVP spojená s LV končí posledným pobytovým a výcvikovým dňom. V tento deň uzavrieme výcvikovú časť na svahu podľa stanovených plánov. Družstvá lyžiarov ju zväčša končia lyžiarskym pretekom,

družstvá „už lyžiarov“ , samostatnou jazdou na vleku a zlyžovaním svahu podľa techniky jazdy, ktorú určí vedúci inštruktor družstva. V závere kurzu urobíme s kolegyňami spoločné vyhodnotenie celej ZŠKVP spojenej s lyžiarskym výcvikom. Urobíme celkové vyhodnotenie výcvikovej časti, ale aj správania sa a plnenie si povinností mimo svahu a vo voľnom čase. Vždy sa snažíme odmeniť každého žiaka a nájsť niečo, čím by sme ho mohli motivovať a aby záujem o lyžovanie a aktívny pohyb v zimnej prírode ostal v ňom rezonovať nad'alej.

3.4 Záverečná správa o ZŠKVP a vyúčtovanie.

Konečnou fázou ZŠKVP spojenej s lyžiarskym výcvikom nie je odchod domov z hotela a odovzdanie žiakov ich rodičom. Končí vypracovaní a odovzdaním záverečnej správy. Záverečnú správu o priebehu ZŠKVP a LV vypracuje a odovzdá vedúci pedagóg, ktorý ho do troch pracovných dní odovzdá riaditeľovi školy. Správa by mala obsahovať splnenie cieľov, ktoré boli vytýčené pri plánovaní. Súčasťou je aj vyúčtovanie, ktoré pripraví vedúci pedagóg na základe podkladov z cestovnej kancelárie. Všetky tieto podklady budú k dispozícii k nahliadnutiu vedeniu školy, rodičovskej rade i rodičom zúčastnených žiakov. O vyúčtovaní budú informovať rodičov aj triedny učiteľia, ktorý im prípadné preplatky vrátia na triednych aktívoch.

3.5 Postrehy z praxe

Organizácia takéhoto lyžiarskeho pobytu so žiakmi primárneho vzdelávania vyžaduje čas na prípravu i samotnú realizáciu. Roky praxe nás utvrdili v tom, že nie je vždy sto percentné spoliehať sa na informácie od iných, aj od rodičov, ale preveriť si všetko sám a byť pripravený na rôzne situácie. Aj keď vždy organizujeme s kolegyňami stretnutie rodičov detí a informujeme ich o všetkom, čo potrebujú vedieť a o čom musia byť informovaní, stáva sa nám, že žiaci prichádzajú s poškodenou, alebo nefunkčným lyžiarskym výstrojom, alebo zle nastaveným. V takom prípade odporúčam zistiť si vopred, či je v stredisku k dispozícii Ski servis, kde by tieto závady mohli byť odstránené a následne ich vyúčtovať rodičom, ak je to nevyhnutné. Taktiež skontrolovať vždy náhradné oblečenie žiakov už v prvý deň. Stáva sa nám aj to, že oblečenie nestačí vyschnúť a tak žiak potom nemá v čom lyžovať. Ak sú žiaci, ktorí sú pohybovo šikovnejší a napredujú v lyžiarskej technike oproti iným v družstve, preradíme ich do zdatnejšieho družstva. V neposlednom rade musíme brať do úvahy aj celkové schopnosti žiakov a nepreceňovať ich sily. Aj napriek tomu, že Vás bude žiak presviedčať, že náročnejší svah už zlyžoval s rodičmi, berte do úvahy vždy jeho reálne možnosti a schopnosti.

ZÁVER

Každý rok naša škola organizuje na prvom stupni školy v prírode. Zimná škola v prírode je lastovičkou a niečím novým, čo po núkame rodičom a žiakom už tretí rok. Lyžiarske podujatia sme doteraz absolvovali spolu s rodičmi ako súčasť triednych akcií. Naši pedagógovia sú však skúsení lyžiarsky inštruktori, ktorí sa každoročne zúčastňujú lyžiarskych výcvikov na druhom stupni, ale aj ako inštruktori lyžovania na iných školách.

Cieľom tejto práce bolo vypracovať organizačne zimnú školu v prírode spojenú s lyžiarskym výcvikom pre primárne vzdelávanie, jej prípravnú, realizačnú a záverečnú fázu. Do práce som zahrnula aj vzory tlačív a potvrdení, ktoré sú zhrnuté v prílohách.

Organizácia Zimnej školy v prírode a jej realizácia v praxi je veľmi náročná. V žiadnom prípade nejde o „zalyžovanie si pedagógov“, čo sa mnohý, aj kolegovia, milne domnievajú. Ide o nasaj obrovskú drinu a zodpovednosť počas piatich dní práce so žiakmi primárneho vzdelávania. Ak si však nájdete tie správne kolegyne, zapálené pre dobrú vec, rovnako, ako ste vy, aj päťdňová drina sa môže stať príjemnou skúsenosťou a zážitkom.

Dúfam, že táto práca poslúži aj ďalším kolegom, ako podnet na zorganizovanie takejto formy výuky v prírode spojenej so zážitkovým učením nielen na prvom stupni a poslúži ako metodický list k jej organizácii.

ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ZDROJOV

1. Modrák, M.: Metodické prednášky o organizácii lyžiarskeho kurzu na školách.
2. Modrák, M., Lajčák, V., Povrazník, K., Husovská, L. : Metodika výučby lyžovania. Metodická príručka. MPC, AP Prešov. 2008 ISBN 978-80-8045-530-9
3. Pavlov, I. 2001. Poradné orgány v pedagogickom riadení základných a stredných škôl. Prešov: Rokus, 2001. ISBN: 80-10-00589-4
4. ŠTÁTNY PEDAGOGICKÝ ÚSTAV. 2008. Štátny vzdelávací program pre 1. Stupeň základnej školy v Slovenskej republike, ISCED 1 – Primárne vzdelávanie. Bratislava 2008.

Internetové zdroje:

5. Vyhláška č. 320/2008 Z.z. o základnej škole., dostupná na: [www.http://www.minedu.sk/data/att/667.pdf](http://www.minedu.sk/data/att/667.pdf)
6. Zákon č. 317/2009 Z.z. o pedagogických zamestnancoch a odborných zamestnancoch a o zmene a doplnení niektorých zákonov v znení neskorších predpisov. Dostupný na: [www.http://www.zakonypreludi.sk/zz/2009-317](http://www.zakonypreludi.sk/zz/2009-317)
7. Vyhláška č. 526/2007 Ministerstva zdravotníctva SR. Dostupná na: [www.http://www.health.gov.sk/?vyhlasky](http://www.health.gov.sk/?vyhlasky)
8. Vyhláška č. 305/2008 Ministerstva školstva SR o škole v prírode z 23 júla 2008. Dostupná na: [www.http://www.ssiba.sk/Default.aspx?text=g&id=9&lang=sk](http://www.ssiba.sk/Default.aspx?text=g&id=9&lang=sk)
9. Zákon 245/2008 Z.z. o výchove a vzdelávaní – školský zákon. Dostupný na: [www.http://www.ssiba.sk/Default.aspx?text=g&id=9&lang=sk](http://www.ssiba.sk/Default.aspx?text=g&id=9&lang=sk)
10. [www:http://elfsport.sk/ftp/pages/lyovanie/Biely%20k%C3%B3dex.pdf](http://elfsport.sk/ftp/pages/lyovanie/Biely%20k%C3%B3dex.pdf)

ZOZNAM PRÍLOH

- PRÍLOHA 1 – Plán organizačného zabezpečenia ZŠKVP.
- PRÍLOHA 2 – Denný program ZŠKVP spojenej s LV.
- PRÍLOHA 3 – Výcvikový denný plán ZŠKVP spojenej s LV.
- PRÍLOHA 4 – Poučenie žiakov – účastníkov ZŠKVP spojenej s LV.
- PRÍLOHA 5 – Vnútorný poriadok zimnej školy v prírode.
- PRÍLOHA 6 – Rozpis služieb pedagógov ZŠKVP.
- PRÍLOHA 7 – Žiadosť regionálnemu hygienikovi.
- PRÍLOHA 8 – Prehlásenie o bezinfekčnosti.
- PRÍLOHA 9 – Čestné prehlásenie.
- PRÍLOHA 10 – Informovaný súhlas s vyslaním žiaka do školy v prírode.
- PRÍLOHA 11 – Odporúčaný zoznam výstroje a výzbroje.
- PRÍLOHA 12 – Údaje pre učiteľa.
- PRÍLOHA 13 – Vyhlásenie.
- PRÍLOHA 14 – Zoznam pedagogických zamestnancov.
- PRÍLOHA 15 – Menný zoznam žiakov.
- PRÍLOHA 16 – Triedna kniha ZŠKVP.

Príloha 1 Plán organizačného zabezpečenia ZŠKVP.



PLÁN ORGANIZAČNÉHO ZABEZPEČENIA ZŠKVP

- Termín** : 30.1. – 3.2.2014
Miesto : Slovenský raj
Ubytovanie : Penzión Salamander, Mlynky- Biele Vody
Podmienky : Tri vleky „ Poma ”
Miesto lyžovania : Mlynky Biele Vody
Vedúci kurzu : Mgr. Viktória Janeková
Inštruktori
Zdravotník :
Počet žiakov : 42, ide o žiakov nasledujúcich ročníkov: 2.A , 2.B, 2.C, 3.A, 3.D, 4.A, 4.B, 4.C, 4.D, mená žiakov sú uvedené v priloženom mennom zozname
-
- Doprava** : Autobus CK Detská rekreácia
Stravovanie : Raňajky, obed, večera + pitný režim
Vleky : 5 euro - na jeden deň
-
- Prednášky** : Penzión Salamander , spoločenská miestnosť
Animácia voľného času : Penzión Salamander, spoločenská miestnosť, všetci vyučujúci
-
- PLÁNY** : TC lyžovanie , teoretických prednášok , kultúrnej a záujmovej činnosti, (Odb.literatúra, video.)
(fotto, fixy, papiere, diplomy, ceny)
M T Z : (stopky,CD prehrávač, CDdisky, notebook, dataprojektor.)
(postavenie trate pre jazdu zručnosti)
Potvrdenie o bezinfekčnosti : Zabezpečia rodičia na pripravenom tlačive školy
Poučenie žiakov : O BOZP, o dodržiavaní úloh, činností a povinností žiakov, vykoná vedúca ZŠKVP Mgr, V. Janeková
Vyúčtovanie zájazdu : Mgr.Viktória Janeková, do troch dní od ukončenia zájazdu
Telef.kontakt :

LEKÁRSKE POTVRDENIE o spôsobilosti zúčastniť sa na LVVK – rodičia

V Prešove 20.1.2014

riaditeľ školy

Príloha 2 Denný program ZŠKVP spojenej s LV.



DENNÝ PROGRAM ZŠKVP SPOJENEJ S LV

**Penzión Salamander, Mlynky – Biele Vody
(30.1.2014 – 3.2.2014)**

07,45 hod.	BUDÍČEK, os. hygiena
08,00 hod.	RAŇAJKY
08,45 hod.	Bodovanie izieb
09,00 – 12,00 hod.	LYŽIARSKY VÝCVIK
12,30- 13,00 hod.	O B E D
14,00 – 16,00 hod.	LYŽIARSKY VÝCVIK
16,00 – 17,00 hod.	OSOBNÉ VOĽNO
17,00 – 18,00 hod.	Teoretické poznatky
18,00 – 18,30 hod.	V E Č E R A
18,30 – 20,30 hod.	Animácia voľného času
21,00 hod.	V E Č I E R K A

V Prešove 20.1.2014

Riaditeľ školy

Príloha 3 Výcvikový denný plán ZŠKVP spojenej s LV.

PRÍLOHA C



VÝCVIKOVÝ DENNÝ PLÁN ZŠKVP SPOJENEJ S LV

DEŇ	ČAS	ZAMESTNANIE
30.1.2014 (štvrtok)	08,30	Odchod autobusu do Slovenského raja, Penzión Salamander
	10,00 - 12,00	Príchod. Ubytovanie
	13,00 - 13,30	OBED
	14,30 - 16,00	Pobyt na svahu, rozdelenie do družstiev
	17,00 - 18,00	Biely kódex - beseda Úrazová zábrana
	19,00 - 20,00	Zoznamovací večer
31.1.2014 (piatok)	09,00 - 12,00	Nosenie lyží, chôdza sunom a sklzom, postoj, pohyby na lyžiach, výstupy ,obraty, zjazd po spádnicí Brzdzenie zjazdu obojstranným prívratom, zjazd šikmo svahom, odšľapávanie ku svahu, jazda na vleku
	14.30 - 15.00	Obed
	15.00 - 16.30	Odpočinok
	17,00 - 18,00	Zimná príroda- kvíz
	18.30 - 20,30	Družstvo baví družstvo
1.2.2014 (sobota)	09,00 - 14.00	Zjazd cez terénne nerovnosti, korčuľovanie, pluhový oblúk , skok z malého snehového mostíka, odšľapávanie
	14,30 - 15.00	Obed
	15,00 - 17,00	Osobné voľno
	17,00 - 18,00	1 . pomoc pri lyžovaní
	18,30 - 20,30	Diskotéka
2.2.2014 (nedeľa)	09,00 - 14.00	Zjazd cez terénny zlom, výjazd do protisvahu, oblúk z pluhu, oblúk prestúpením z pluhu, z prívratu, dolnou a hornou lyžou. Oblúk prestúpením z rozšírenej stopy. Oblúk prestúpením z úzkej stopy. Oblúk pristúpením z odšľapnutia. Oblúk znožmo - základná forma, Nadväzované krátke paralelné oblúky
	14.30 - 15.00	Obed
	17,00 - 18,00	Zvieratá v zime - beseda+ súťaže
	18,30 - 20,30	DVD projekcia podľa výberu detí
3.2.2014 (pondelok)	09,00 - 12,00	Jazda zručnosti na kontrolnej trati, lyžiarsky pretek Vyhodnotenie kurzu, obed

	14,00 - 15,00 15.00 hod	Balenie, opustenie ubytovacieho priestoru Presun do Prešova .

Prešov 20.1.1014

Riaditeľ školy

Príloha 4 Poučenie žiakov – účastníkov ZŠKVP spojenej s LV.



P O U Č E N I E
Žiakov – účastníkov ZŠKVP spojenej s LV
Vernár (07. 02. – 12.02. 2011)

**Dole podpísaní žiaci – účastníci ZŠKVP spojenej s LV – konaného vo Vernári ,
penzión Pod lesom, svojim podpisom potvrdzujú, že boli dňa2011,
poučení o :**

1. Dodržiavanie úloh, činností a povinností vyplývajúcich z plánov lyžiarskeho kurzu.
2. Sú si vedomí skutočnosti, že snowboarding nie je v učebných osnovách, preto jeho realizácia počas lyžiarskeho kurzu nie je možná - ani v osobnom voľne.
3. Na lyžiarsky kurz si majú okrem lyžiarskeho výstroja, zobrať primerané oblečenie, obuv, prezuvky, plavky, kúpaciu čiapku, veci osobnej potreby, písacie potreby, okuliare, krém na tvár, náhradné rukavice, lieky (užívanie nahlásiť zdravotníkovi ZŠKVP).
4. Žiaci , účastníci ZŠKVP:
 - a) počas výcviku neopustia svoje družstvo bez vedomia svojho inštruktora
 - b) neopustia ubytovací priestor bez vedomia svojho inštruktora
 - c) budú dodržiavať denný program ZŠKVP a LV
 - d) budú dodržiavať večierku.

P.č-	Meno, priezvisko	TRIEDA	Čitateľný podpis
1.			
2.			
3.			
4.			
5.			
6.			
7.			
8.			
9.			
10.			
11.			
12.			
13.			
14.			
15.			
16.			
17.			
18.			
19.			

Príloha 5 Vnútorný poriadok zimnej školy v prírode.

VNÚTORNÝ PORIADOK ZIMNEJ ŠKOLY V PRÍRODE

Do školy v prírode si sa prišiel zotaviť, zrekreovať, získať nové vedomosti a prežiť veľa pekných chvíľ.

Radíme ti preto:

1. So spolužiakmi nažívaj v priateľstve, ochotne pomôž každému. Pracovníkov školy v prírode pozdrav a slušne sa k nim správaj.
2. Riad' sa príkazmi učiteľa, inštruktora, vychovávateľa, zdravotníka.
3. Dodržuj denný režim a usiluj sa, aby ostatní na teba nemuseli čakať!
4. Dbaj na čistotu a poriadok v celom objekte i v jeho okolí! Udržuj poriadok v izbe a v osobných veciach!
5. Pred vstupom do budovy si očisti obuv a prezuj sa!
6. Šetrne zaobchádzaj a chráň zariadenie ZŠKVP i svoje osobné veci! Úmyselne poškodený majetok školy v prírode musíš nahradiť.
7. Najedz sa v jedálni! Jedlo nevynášaj do izby!
8. Počas denného zamestnania sa zdržuj s triednym kolektívom. Odísť môžeš len so súhlasom učiteľa alebo vychovávateľa.
9. Na vychádzkach a výletoch sa nevzd'al'uj od ostatných, lebo zabľúdiš. Nepi vodu o ktorej nevieš naisto, že je pitná!
10. Chráň prírodu a neznečisťuj ju odpadkami!
11. Po večierke a pred budíčkom dodržuj nočný pokoj a neruš spánok iných!
12. Nájdené predmety niekomu patria! Odovzdaj ich učiteľovi.
13. Každý úraz alebo príznaky choroby hlás zdravotníkovi.
14. Dbaj na svoje zdravie a bezpečnosť, aby si sa vrátil domov zdravý, múdrejší, zdatnejší a šikovnejší.



VNÚTORNÝ PORIADOK ŠvP

Názov a sídlo školy: Základná škola Československej armády 22, 080 01 Prešov

Miesto konania ZŠKVP: Penzión Salamander, Mlynky – Biele Vody

Termín: 30.1.2014 – 3.2.2014

Číslo telefónu: 055/ 633 6541

Vedúci zariadenia:

Zimnej školy v prírode sa zúčastňujú žiaci prvého stupňa našej školy. Cieľom je rozšíriť teoretické poznatky z vyučovania o praktické skúsenosti a zdokonaľovať lyžiarsku gramotnosť žiakov. Ďalej upevňovať zdravie, rozvíjať telesnú zdatnosť, upevňovať žiacky kolektív a rozvíjať kultúrno - spoločenské návyky a estetické cítenie.

Pedagogický vedúci ŠvP: Mgr. Viktória Janeková

Pedagogickí pracovníci:

Zdravotník:

Za inventár školy prinesený do ŠvP zodpovedná: Mgr. Viktória Janeková

Základnou podmienkou účasti je zodpovedajúci zdravotný stav žiakov, dodržiavanie ustanovení vnútorného poriadku a pokynov pedagogického vedúceho ZŠKVP, pedagogických pracovníkov a zdravotníka.

Prešov 20.1.2014

Mgr. Viktória Janeková
pedag. vedúca ZŠVP

Príloha 6 Rozpis služieb pedagógov ZŠKVP.



ROZPIS SLUŽIEB PEDAGÓGOV ZŠVP

Miesto pobytu: Penzión Salamander, Mlynky – Biele Vody

Termín: 30.1. 20014 – 3.2. 2014

Deň Dátum	Ranná služba 7:00 - 8:00	Dopoludňajši a služba 8:00 - 11:30	Popoludňajši a služba 11:30 - 16:00	Popoludňajši a a večerná služba 16:00 - 21:00	Nočná služba 21:00 7:00
Štvrtok 30.1.	<i>Všetci pracovníci</i>	<i>pedagogickí</i>	Všetci pedagogickí pracovníci	Všetci pedagogickí pracovníci	<i>Hájška</i>
Piatok 31.1.	<i>Hrušková</i>	<i>Janeková Lichá</i>	Všetci pedagogickí pracovníci	<i>Janeková Lichá</i>	<i>Hrušková</i>
Sobota 1.2.	<i>Janeková</i>	<i>Lichá Hájška</i>	Všetci pedagogickí pracovníci	<i>Hájška Hrušková</i>	<i>Janeková</i>
Nedeľa 2.2.	<i>Hájška</i>	<i>Janeková Lichá</i>	Všetci pedagogickí pracovníci	<i>Všetci pedagog. zamestnanci</i>	<i>Lichá</i>
Pondelok 3.2.	<i>Lichá</i>	<i>Janeková Hájška</i>	Všetci pedagogickí pracovníci	<i>Všetci pedagog. zamestnanci</i>	
.					

Vedúca ZŠKVP:
Mgr. Viktória Janeková

Riaditeľ školy:

Príloha 7 Žiadosť regionálnemu hygienikovi.



Základná škola Československej armády 22, 080 01 Prešov

Vybavuje: Mgr. Viktória Janeková V Prešove dňa 31.1. 2012
Č. 253/10

Regionálny úrad verejného zdravotníctva
A. Mickiewicza 6
052 20 Spišská Nová Ves

Vec :Posúdenie zotavovacieho podujatia (školy v prírode) - žiadosť

Žiadam Vás v zmysle § 13 ods. 4 písm. d) zákona č. 355/2007 Z. z. o posúdenie a súhlas na organizovanie školy v prírode v hoteli Čingov, Slovenský raj. Poverenou vedúcou ZŠKVP je Mgr. Viktória Janeková, bytom.....

Termín: 5.3. 2012 – 10. 3. 2012
Počet detí: 43
Pedagogický dozor: 4
Zdravotník: 1

S pozdravom

riaditeľ školy

Prílohy:
zriaďovacia listina a 4 doplnky k ZL
Rozhodnutie MŠ o zaradení ZŠ do siete škôl a potvrdenie právoplatnosti
Potvrdenie o pridelení IČO
Potvrdenie o spôsobilosti Zdravotníka



Príloha 8 Prehlásenie o bezinfekčnosti.

PREHLÁSENIE O BEZINFEKČNOSTI

Dolu podpísaný (á) zákonný zástupca dieťaťa

Bytom

žiaka (žiačky) triedy, účastníka (účastníčky) ZŠKVP „Penzión Salamander, Mlynky - Biele vody v dňoch 30.1. 2014 - 3.2. 2014, týmto prehlasujem, že nikto z našej rodiny, ani naše dieťa navštevujúce SGPO neboli liečení na infekčné ochorenie a ani sme sa nestýkali s osobami, ktoré by trpeli infekčnou chorobou.

Ďalej prehlasujem (e), že vieme o skutočnosti, že naše dieťa bolo poučené o zásadách

dodržiavania školského poriadku počas lyžiarskeho kurzu. (Dodržiavanie úloh, činností, povinností vyplývajúce z plánov lyžiarskeho kurzu).

V Prešove dňa:

.....

Čitateľný podpis

Príloha 9 Čestné prehlásenie.



ČESTNÉ PREHLÁSENIE

Prehlasujem týmto, že môj syn - dcéra bude dodržiavať poriadok v ubytovacom zariadení, šetriť jeho zariadenie a v prípade **úmyselne** spôsobenej škody ja, ako rodič túto škodu v plnej výške uhradím.

V Prešove, dňa:.....

.....
podpis rodičov

Príloha 10 Informovaný súhlas s vyslaním žiaka do školy v prírode.



Informovaný súhlas s vyslaním žiaka do školy v prírode

Súhlasím, aby môj (a) syn (dcéra)
narodný(á)..... sa zúčastnil (a) zimnej školy v prírode spojenej s lyžiarskym
výcvikom v dňoch 30.1 2014 – 3.2. 2014

V dňa

Meno, priezvisko, adresa, tel. č. a podpis zákonného zástupcu

.....

.....

Príloha 11 Odporúčaný zoznam výstroje a výzbroje.



ODPORÚČANÝ ZOZNAM VÝSTROJE A VÝZBROJE

1.	Zjazdové lyže, lyžiarke topánky, palice, prilba, kukla, lyžiarske okuliare, lyžiarske oblečenie, vetrovka
2.	Pevné zimné topánky, prezuvky, ponožky, pančucháče, podkolenky
3.	Spodná bielizeň, pyžamo, tepláková súprava, tielka, trička
4.	Košele, alebo natelníky s dlhým rukávom 3 x krát, sveter, pohodlné nohavice, športové oblečenie
5.	Čiapka – 2 ks, rukavice – 2 páry, šál, okuliare, krém na tvár a na ruky
6.	Toaletné potreby, písacie potreby, farbičky
7.	Lieky – ak pravidelne užívajú, elastický obvaz
8.	Karta poistenca, preukaz totožnosti
9.	Podpísané prehlásenie od rodičov, LEKÁRSKE POTVRDENIE !
10.	Kontakt na rodičov
11.	Spoločenské hry
12.	Upináčik na lyžiarske lístky
13.	DOBRÚ NÁLADU
14.	Veci, knihy, spoločenské hry podľa vlastného uváženia a na vlastnú zodpovednosť

ÚDAJE PRE UČITEĽA



Meno:

Adresa rodičov:

Telefón domov + mobil:.....

.....

Telefón do práce – mama:

Telefón do práce – otec:

V prípade neprítomnosti rodičov, meno, adresa
a telefón najbližších príbuzných (babka, dedko
a pod.):.....

.....

.....

.....

Alergia na lieky:.....

.....

Alergia na potraviny a iné látky:

.....

Aké lieky podať v prípade choroby dieťaťa:

.....

.....

Môže sa dieťa kúpať v bazéne? ÁNO NIE

Vie plávať? ÁNO NIE



Vyhlásenie

Vyhlasujem, že dieťa bytom v neprejavuje príznaky akútneho ochorenia a že regionálny úrad verejného zdravotníctva ani lekár všeobecnej zdravotnej starostlivosti pre deti a dorast menovanému dieťaťu nenariadil karanténne opatrenie (karanténu, zvýšený zdravotný dozor alebo lekársky dohľad).

Nie je mi známe, že by dieťa, jeho rodičia alebo iné osoby, ktoré s ním žijú spoločne v domácnosti, prišli v priebehu ostatného mesiaca do styku s osobami, ktoré ochoreli na prenosné ochorenie (napr. hnačka, angína, vírusový zápal pečene, zápal mozgových blán, horúčkové ochorenie s vyrážkami).

Som si vedomý(á) právnych následkov v prípade nepravdivého vyhlásenia, najmä som si vedomý(á), že by som sa dopustil(a) priestupku podľa § 56 zákona č. 355/2007 Z. z. o ochrane, podpore a rozvoji verejného zdravia a o zmene a doplnení niektorých zákonov.

V dňa

Meno, priezvisko, adresa, tel. č. a podpis zákonného zástupcu

.....

.....

Príloha 14 Zoznam pedagogických zamestnancov



ZOZNAM PEDAGOGICKÝCH ZAMESTNANCOV

Termín: 30.1.. 2014 – 3.2. 2014

Miesto pobytu: Penzión Salamander, Mlynky – Biele Vody

P. Č.	PRIEZVISKO A MENO	DÁTUM NAROD.	RODNÉ ČÍSLO	ČÍSLO OP	BYDLISKO	ZARADENIE
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						

Vedúca ŠvP:

Riaditeľ školy:



MENNÝ ZOZNAM ŽIAKOV

Miesto pobytu: Penzión Salamander, Mlynky – Biele vody

Termín: 30.1. 2014 – 3.2. 2014

Škola: ZŠ Československej armády 22, Prešov

P. Č.	PRIEZVISKO A MENO	DÁTUM NARODENIA	RODNÉ ČÍSLO	BYDLISKO
1.				
2.				
3.				
4.				
5.				
6.				
7.				
8.				
9.				
10.				

Príloha 16 Triedna kniha ZŠKVP.



TRIEDNA KNIHA ZŠKVP SPOJENEJ S LV
Mlynky - Biele vody (30.1. 2014 -3.2.2014)

Vedúci družstva :

Pč	Priezvisko meno	Tr.	Izba	30.1.	31.1.	1.2.	2.2.	3.2.	Pozn.
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									

Poznámky : (aj na druhej strane)

