

Plavecký kurz ako súčasť pohybových aktivít v prírode.

Dátum: 26. – 30. mája 2025

Cieľ a náplň kurzu: Plavecký kurz bol zameraný na komplexné osvojenie si teoretických vedomostí a praktických zručností v rozličných plaveckých technikách, čo je kľúčové pre bezpečnosť vo vodnom prostredí.

Miesto konania: Krytá plaváreň Žilina.

Zúčastnení žiaci: Výber žiakov z tried 1.A, 1.B, 1.ŠA, 1.ŠB, 1.ŠC, 1.ŠD, 2.B, 2.ŠB, 2.ŠC.- 30 žiakov. Menný zoznam žiakov má k dispozícii pani Mgr. Pytlová.

Zodpovedný vedúci: Mgr. Alexandra Pytlová.

Pedagogický dozor:

- **Pondelok:** Ing. Balalová, Mgr. Mikunda
- **Utorok:** Bc. Martináková, Mgr. Mikunda
- **Streda:** Bc. Martináková, Ing. Adamčíková
- **Štvrtok:** Bc. Martináková, Ing. Adamčíková
- **Piatok:** Bc. Martináková, Ing. Adamčíková

Výcvik prebiehal na Mestskej plavárni v Žiline, kde boli pre maximálnu bezpečnosť a efektivitu výučby prenajaté dve plavecké dráhy. Na týchto dráhach sa žiaci pod vedením plaveckej inštruktorky a nášho dozoru učili prekonávať počiatočný strach z vody, osvojovali si správnu techniku dýchania pri plávaní a zdokonaľovali si rôzne plavecké techniky, čo prispieva k ich celkovému rozvoju pohybových zručností a bezpečnosti vo vodnom prostredí. Žiaci mali možnosť využívať rôzne nadľahčovacie pomôcky, dosky na plávanie a plavecké okuliare a čiapky.

Počas plaveckého výcviku sa žiaci správali disciplinovane, dodržiavali BOZP a prevádzkový poriadok na plavárni, dodržiavali pokyny plaveckej inštruktorky a pedagogického dozoru.

Zodpovedná: Mgr. Alexandra Pytlová