

8. LVK je akce školy. Na žáky se vztahují všechna ustanovení školního řádu. V případě porušení řádu a nevhodného chování budou přestupky řešeny po návratu do školy v rámci pedagogické rady.
9. Dodržování pitného režimu.
10. Zákaz opouštět družstvo během výcviku. Pokud má žák vážné důvody k opuštění družstva, nahlásí toto svému instruktorovi.
11. Žáci se při výcviku řídí pokyny instruktora.
12. Žáci jsou povinni se při výcviku řídit provozním řádem lyžařského areálu a dodržovat všechny předpisy a pokyny zaměstnanců a obsluhy lanovek a vleků (respektování lyžařského značení, správné nastupování, způsob jízdy a vystupování na dopravních zařízeních).
13. Povinnost seřízení bezpečnostního vázání, zapnutí všech přezek na lyžácích. Jakoukoli závadu na výzbroji a výstroji ihned nahlásit instruktorovi.
14. Povinnost být správně a přiměřeně oblečen dle aktuálních povětrnostních podmínek a pokynů vedoucích a instruktorů (zejména prádlo, rukavice, čepice, kukly a jiné doplňky).
15. Povinnost používat při výcviku lyžařskou přilbu.
16. Povinnost nahlásit instruktorovi, vedoucím nebo zdravotníkovi kurzu i sebemenší zranění, nevolnost nebo jiný zdravotní problém (bolesti hlavy, průjem, chvilkovou nevolnost, únavu, apod.).
17. Povinnost řídit se pravidly pro pohyb na sjezdových tratích
18. Předcházení úrazům (zejména: únava, přeceňování vlastních sil, nepříznivé klimatické podmínky, dostatek spánku a odpočinku, dodržování pitného režimu, správné stravování, opatrnost při manipulaci s lyžemi - otáčení, včas nahlásit zebání rukou, nohou, obličeje, prochladnutí).
19. V případě vážného porušení řádu kurzu, vážném kázeňském přestupku nebo opakovaném nevhodném chování a nedodržování pokynů pedagogického dohledu bude prostřednictvím rodičů (žák. zástupců) neprodleně zajištěn odvoz domů.



Lyžařský výcvikový kurz pro žáky

4. a 5. ročníku

Rekreační středisko Trnava - Luhy

6. - 10. února 2017



Vedoucí lyžařského kurzu: Mgr. Dagmar Ledabylová 731888028

Seznam věcí potřebných pro lyžařský výcvik:

- sjezdové lyže, doporučená délka – max. do výšky postavy, u dobrých lyžařů mohou být delší
- před kurzem doporučujeme provést servis lyží – broušení hran, impregnace skluznic voskem (doporučujeme svěřit odbornému servisu)
- obal na lyže (doporučujeme pro přepravu), lyže řádně svázat, včetně holí (nenechávat zvlášť)
- hole pro sjezdové lyžování správné délky
- lyžařská obuv (předem řádně vyzkoušet včetně zapnutí všech přezek a upnutí do vázání)
- **lyžařská přilba – povinná**
- lyžařské brýle
- oblečení pro sjezdové lyžování (lyžařské kalhoty, bunda, kombinéza), rukavice
- krém na obličej, pomádu na rty, sluneční brýle
- kapesné (není podmínkou)
- jídlo (svačina), děti si můžou koupit něco v bufetu
- pitný režim zajištěn, doporučujeme si vzít i svoji termosku s čajem

Informace před odjezdem:

Cena: doprava, peramentka, pitný režim, celkem: 850,- Kč,

Odjezd: pondělí – pátek, 7:30 od ZŠ Slušovice

Sraz před školou: pondělí v 7:00 (všichni žáci nastoupí **před vchodem do školy**)

Úterý - pátek v 7:15

Návrat před školu: pondělí – pátek 12:45 – 13:00

Žáci, kteří jsou přihlášení na oběd, půjdou po příjezdu do jídelny. Žákům, kteří nejdu na oběd, končí vyučování po příjezdu ke škole.

Další informace:

- Zdravotní péče je zajištěna zdravotníkem ČČK. V případě vážnějších zdravotních problémů budou kontaktováni rodiče.
- Žáci jsou během kurzu rozděleni do družstev dle svých lyžařských dovedností, středisko nabízí terény pro všechny úrovně lyžařů.
- Na základě zkušeností s možnou ztrátou nebo záměnou věcí, doporučujeme vše podepsat a označit.
- Lyže a hůlky si děti nechají celý týden uzamčené v RS Trnava, lyžačky a ostatní věci si vozí domů.
- Lyžačky doporučujeme každý den pořádně vysušit.
- Děti budou mít během výuky 1 větší přestávku na svačinu (svačinu si přiveze každý svoji).
- Pitný režim je zajištěn, doporučujeme, aby měly děti i svoji termosku s čajem.
- Odhlášení z LVK je možné jen z **vážných** zdravotních nebo rodinných důvodů.
- Žáci, kteří jsou přihlášení na oběd, půjdou po příjezdu do jídelny.
- Žákům, kteří nepůjdou na oběd, končí vyučování po příjezdu ke škole.

Poučení o bezpečnosti a chování na lyžařském kurzu ZŠ Slušovice

1. Chování a dodržování přepravních předpisů během cesty dopravními prostředky (zejména: nakládání a vykládání zavazadel, zákaz vyklánění z oken, otevírání dveří, hlučného chování, konzumace nadměrného množství potravin a tekutin, včasné upozornění na nevolnost, pohyb po autobusu, udržování čistoty).
2. Chování a dodržování pokynů pedagogického dohledu při přesunu na sjezdovku a zpět.
3. Způsob svázání a sbalení lyžařské výzbroje a zavazadel (svázání lyží i holí, doporučujeme obal na lyže, batohy a zavazadla).
4. Vyzkoušení lyžařské výzbroje a výstroje „nasucho“ před odjezdem na kurz.
5. Způsob uložení věcí během výcviku.
6. Kapesné a finanční částky (přiměřené kapesné, nebrat zbytečně velké finanční částky).
7. Žáci se řídí programem kurzu, nařízeními vedoucího kurzu a instruktorů.