

Záverečná správa z Lyžiarskeho výchovno-výcvikového kurzu
Veľká Rača – Oščadnica
09.02.-14.02.2014

LVVK sa zúčastnilo 38 žiakov. Žiaci boli rozdelení do troch družstiev podľa lyžiarskej zdatnosti. Výučba prebiehala dopoludňajšou a popoludňajšou výukou s krátkymi a dlhšou obednou prestávkou na svahu a v horských chatách. Každé poobedie na chate bolo určené na odpočinok a relaxáciu žiakov. Po večeri sa žiaci navzájom spoznávali, zabávali v spoločenskej miestnosti. Počas celého lyžiarskeho výcviku sme sa snažili dodržiavať bezpečnostné predpisy a pravidlá, nemali sme žiadne vážne zranenia.

Cieľ začiatočníkov bol:

-vedieť zjazdiť terén oblúkmi z pluhu, z rozšírenej stopy, pre tých talentovaných základným carvingovým oblúkom

Cieľ mierne pokročilých a pokročilých bol:

- zdokonalenie zjazdu lyžiarskych zručností – vedieť zjazdiť terén so správnym držaním tela a znožnými oblúkmi, vedieť zjazdiť terén otvorenými a uzatvorenými carvingovými oblúkmi, snowboard – zjazd po spádnici, jazda šikmo svahom, základný zosuvný oblúk, oblúky s rôznym polomerom

Vyhodnotenie LVVK sa uskutočňovalo každý deň počas výcviku v skupinách, ale aj na večerných nástupoch priebežne, formatívne pri ukončení LVVK s odovzdávaním vecných odmien.

Žiaci preukázali zvládnutie lyžovania a stanovených cieľov na pretekoch – jazde zručnosti alebo boli ohodnotení nepretekovou formou ukážky lyžovania. Žiaci druhého družstva absolvovali spoločnú trať v dvoch kolách. Vo štvrtok večer sme vyhodnotili preteky a odovzdali žiakom na pamiatku diplom a drobné ceny /sladkosť/.

Počasie a podmienky na lyžovanie boli dobré, každý deň sme lyžovali. Dva dni nám prerušovane pršalo a časť žiakov s inštruktormi si išli dobrovoľne zalyžovať aspoň v lepšiu časť dňa. Keďže sa LVVK zúčastnili žiaci 2 škôl, postupne sa skamarátili, niektorí viac, niektorí menej, tak ako to už chodí medzi ľuďmi. Účelom LVVK bolo aj vychovávať k vzťahu k prírode, dodržiavaniu horských a lyžiarskych pravidiel, vedieť pomôcť slabšiemu a brať na seba zodpovednosť za dodržiavanie denného režimu, poriadku, svojho správania a činov.

LVVK ukončilo 38 žiakov. Počas kurzu smer nemali žiadne zdravotné ťažkosti, ktoré by vyžadovali pomoc lekára.

Vyúčtovanie LVVK Veľká Rača Oščadnica	
Preddavok na 1 žiaka - 150,- €	
Výdavky - rozpočet na žiaka	
pernamentka - skipas spolu na 5 dní /na všetky vleky/	35,- €
doprava - autobus	17,- €
doktor	3,- €
ubytovanie + strava/5x	95,- €
SPOLU:	150,- €

Mgr. Klaudia Dedíková

15.02.2014