

Kurz ochrany života a zdravia v septime

Žiaci septím sa zúčastnili v novembri trojdňového Kurzu ochrany života a zdravia, počas ktorého si preverili svoje vedomosti, zručnosti aj fyzickú kondíciu. Počas celého kurzu nám prialo pekné počasie, ktoré prispelo k výbornej atmosfére a úspešnému priebehu všetkých aktivít. Prvý deň – pondelok 19.10.2026 bol zameraný na získavanie praktických vedomostí a zručností. Program odštartoval Jesseniovej lekárskej fakulte kurzom prvej pomoci pod vedením pracovníkov Červeného kríža, ktorí žiakom priblížili zásady poskytovania prvej pomoci v rôznych krízových situáciách. Následne si účastníci vyskúšali streľbu zo vzduchovej zbrane, pri ktorej si precvičili presnosť, sústredenie a dodržiavanie bezpečnostných pravidiel.

Druhý deň - utorok 20.10.2026 sa niesol v znamení orientačného behu v Jahodníckych hájoch na Jelenej hore. Žiaci absolvovali trasu so štyrmi stanoviskami, na ktorých plnili rôzne úlohy. Na prvom prekonávali prekážku pomocou lana, čím preverili svoju obratnosť a odvahu. Ďalšie bolo zamerané na topografiu, kde si precvičili prácu s mapou a orientáciu v teréne. Na zdravotníckom stanovisku si zopakovali zásady poskytovania prvej pomoci a na poslednom ich čakal hod na cieľ, pri ktorom si overili svoju presnosť a koordináciu pohybov.

Tretí deň 21.10.2026 patril turistike na Martinské hole. Počas výstupu si žiaci vychutnali krásy okolitej prírody, upevnili svoju fyzickú kondíciu a zároveň mali príležitosť stráviť spoločný čas mimo školských lavíc. Turistika bola príjemným záverom celého kurzu.

Kurz ochrany života a zdravia splnil svoj cieľ. Žiaci získali nové poznatky, zdokonalili svoje praktické zručnosti, preverili svoju pripravenosť zvládať rôzne situácie a zároveň zažili množstvo pekných chvíľ so spolužiakmi. Na tento vydarený kurz budú určite ešte dlho spomínať.

