

Příloha č.1

CYKLOTURISTICKÝ KURZ

Určeno: žáci 5. A 6. Třídy

Doba konání: Výjezdní jarní akce od pondělí do pátku mimo areál školy
v regionu okresu

Náplň a cíle akce:

1. CYKLOTURISTIKA
DOPRAVNÍ VÝCHOVA
POZNÁVÁNÍ A ORIENTACE V REGIONU
2. SEBEPOZNÁVÁNÍ A UPEVNĚNÍ VZTAHŮ V KOLEKTIVU SPOLUŽÁKŮ
3. PŘÍRODOVĚDA , ZEMĚPIS, FYZIKA, MATEMATIKA V PRAXI
4. DĚJEPIS NAŠEHO REGIONU
5. ZÁKLADY PRVNÍ POMOCI
6. ZÍSKÁVÁNÍ DAT A DOKUMENTACE

Získané dovednosti žákem:

1. - žák se seznámí se základním nezbytným vybavením kola jako dopravního prostředku
 - žák si prakticky procvičuje získané vědomosti o pohybu na vozovce mezi ostatními dopravními prostředky, poznává dopravní značky, chová se a orientuje podle nich
 - žák se učí pohybovat jako cyklista na vozovce a cyklostezkách ve větší skupině, kontroluje a sleduje svoje chování a chování spolužáků, zároveň poznává jeden ze způsobů relaxace – cykloturistika
 - žák prakticky ověřuje a prohlubuje znalosti o svém regionu, učí se orientovat podle mapy a turistických značek, vyzkouší si orientaci pomocí buzoly, sám uvede další možné způsoby orientaci v terénu (podle Slunce, lišejníků, mravenišť...)

2. - žák se učí poznávat cizí prostředí, učí se samostatnosti, poznává svoji fyzickou kondici a učí se hospodařit se svojí fyzickou silou
 - poznává chování svých spolužáků mimo školu utváří si a upevňuje nové vztahy v rámci kolektivu, učí se kontrolovat chování své, ale i spolužáků v rámci osobního bezpečí

3. **PŘÍRODOVĚDA**
 - žák pozoruje a poznává přírodní jevy vzniku a původu regionu (Prachovské skály, Veliš, Tábor, Kozákov), seznamuje se a učí poznávat rostlinstvo a živočišstvo oblasti, učí se pracovat s botanickými a zoologickými klíči
možné požití pokusů: prosev lesní hrabanky a určování nalezených živočichů podle klíče „Život v půdě“, konkrétní určování a poznávání rostlin na určitém stanovišti
 - *pozorování noční oblohy* – žák pozoruje noční oblohu, učí se rozeznávat základní souhvězdí, které leze v dané roční období na obloze rozpoznat

ZEMĚPIS

- *orientace na mapě* - žák se učí orientovat na regionální turistické mapě, najít místo, kde se právě nachází, seznamuje se s turistickými značkami a orientuje se podle nich
- *metody předpovědi počasí* - žák získá základní představu z čeho se vychází při předpovědi počasí, sám uvede některé laické metody předpovídání počasí (chování zvířat, rosa na trávě), pozoruje oblohu, mraky, pomocí klíče oblohy se učí pojmenovávat základní mraky a učí se o jejich vlivu na vývoj počasí

MATEMATIKA

- *určení délky kroku* – žák si pomocí pásma, či jiné délkové míry změří délku vlastního kroku (dvojkroku) a snaží se ji zapamatovat, pak si prakticky vyzkouší touto metodou měřit různé vzdálenosti
- *odhad výšky stromu* – žák se naučí pomocí klacíku a znalosti výšky určité osoby odhadnout výšku vybraného stromu
- *vymezení plošné míry* – žák si pomocí pásma vyměří určitou plochu, aby získal představu o plošných mírách (m, ha, ar....)

FYZIKA

- *odhad hmotnosti a objemu* – žák se snaží odhadnout hmotnost určitých těles (kámen, dřevo apod.) , pak si svůj odhad ověří zvážení tělesa, stejně tak se snaží odhadnout objem určitých nádob, který se pak ověří přeměření pomocí odměrného válce
4. - žák během celé akce postupně získává informace o historii regionu, o panovnících a jejich sídlech (např. Trosky, Humprecht)
 5. - žák se seznamuje se základy poskytnutí první pomoci při různých poraněních, zopakuje si krizová telefonní čísla, učí se chránit zdraví své i svých spolužáků

6. – *fotografování digitálním fotoaparátem* – žák se seznámí s digitálním fotoaparátem a technikou fotografování, což si také prakticky vyzkouší, získanou dokumentaci pak použije k prezentaci celé akce