

## KURZ POHYBOVÝCH AKTIVÍT- LETNÉ ŠPORTY

### PLAVECKÝ KURZ pre žiakov 2. ročníkov

**TERMÍN:** 26.9. – 30.9.2016

**MIESTO:** Mestská krytá plaváreň - Žilina

**VEDÚCA KURZU:** Mgr. Eva Kotvasová

**INŠTRUKTORI:** Mgr. Ondrej Podolinský, Mgr. František Volcer,  
Mgr. Dušan Kuric, Mgr. Eva Kotvasová

**Plaveckého kurzu** sa zúčastnili žiaci druhých ročníkov a konal sa podľa vopred vypracovaného plánu. Žiaci si zdokonaľovali jednotlivé plavecké štýly, súhru pohybov s dýchaním, rozvíjali plavecké zručnosti formou hier a posilňovaním. Všetci zúčastnení absolvovali prednášku na tému „Prvá pomoc topiacemu sa“, a zároveň si teoreticky prehľbovali svoje vedomosti o význame plávania pre zdravie človeka.



Inštruktori



Teoretické vzdelávanie



**Rady inštruktora na nezaplatenie**



**Všetko sme zvládli**



**Hry vo vode**

V Žiline 20.10.2016

Mgr. Eva Kotvasová  
vedúca kurzu