



Erasmus+



## Tretia vzdelávacia, vyučovacia a školiaca aktivita (LTTA)

Lyžiarsky výcvik vo Vyšných Ružbachoch, Slovensko (04.02.2019 – 10.02.2019)

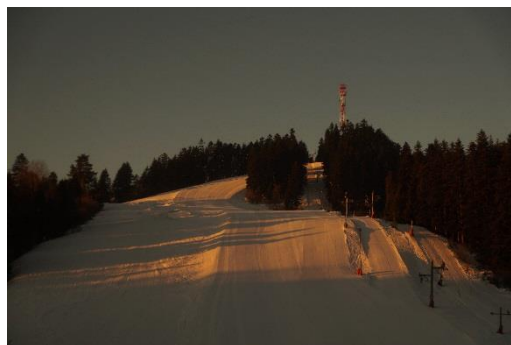
### Pondelok, 04.02.2019

Už okolo 14.00 h. naši učitelia Marek, Majka, Sonička a Samko spoločne so šiestimi žiakmi Majom, Mariánom, Jakubom, Katkou, Riškom a Júliou dorazili do lyžiarskeho centra Vyšné Ružbachy. Prišli sme skôr, aby sme označili izby, v ktorých sa čoskoro mali ubytovať naši budúci kamaráti zo zahraničia a aby mohol začať náš spoločný týždeň v horách a naše prvé skúsenosti na lyžiach. Kufre sme si uložili do izieb a išli si spraviť prechádzku po okolí. K večeru sme sa zhromaždili v spoločenských priestoroch a pri stolových hrách sme čakali na kamarátov z Nemecka, Anglicka a Litvy. Prví prišli Nemci, ešte pred večerou. Izby už boli označené fotkami, takže aj bez znalosti slovenského jazyka žiaci rýchlo pochopili, kde sú ubytovaní. Potom bola večera vo forme bufetov, všetci sme sa skutočne vynikajúco najedli. Tesne po večeri dorazili aj Angličania a Litovčania. Po nich prišiel aj lyžiarsky inštruktor Radko. V kompletnej zostave sme si dali zoznamovacie „kolečko“ a oboznámení s programom nasledujúcich dní sme si išli oddýchnuť do svojich izieb.



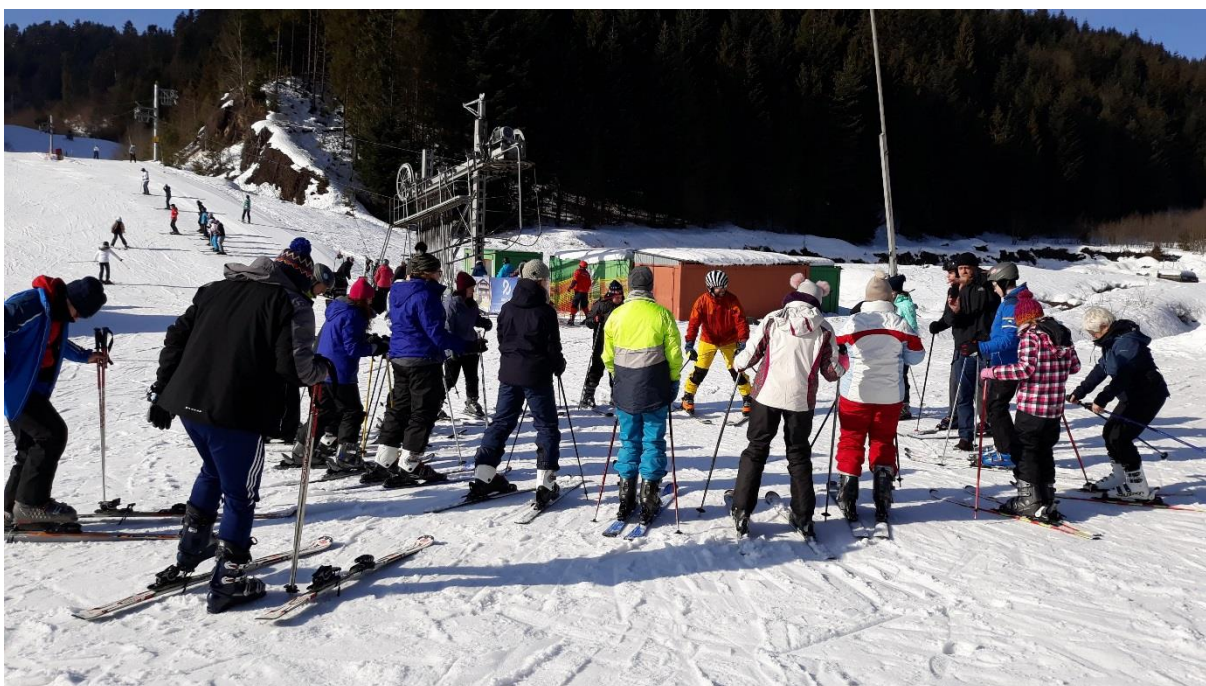
### Utorok, 05.02.2019

Na raňajky (ako aj na obed a večeru) sme išli pešo do hlavnej budovy San André, bolo to asi 5 minút chôdze, ale keďže cesta bola ráno zamrznutá a šmykľavá, išli sme aj trochu dlhšie. Raňajky boli opäť formou bufetov, každý si tak mohol vybrať, na čo mal chuť a zohľadňovali sa tým aj individuálne stravovacie návyky detí z jednotlivých krajín. Potom nasledovalo zdĺhavé



a náročné požičiavanie lyžiarskej výstroje, ale nakoniec všetci dostali svoje lyže, topánky, palice aj prilby.

Na svahu sa nás už ujal náš inštruktör Radko, ktorý s nami absolvoval malý lyžiarsky kurz. Po rozcvičke a prvých pohyboch na lyžiach to už začalo byť vážne. Skúšali sme chodiť na lyžiach, otočiť sa, aj sme padali a znovu vstávali. Zistili sme, že vedieť sa postaviť na lyžiach nie je až také jednoduché.



Popoludní sme sa prešli po kúpeľoch a niektorí učítelia si vyskúšali okúpať sa Ružbašskom kráteri. Získali sme lepšiu orientáciu v okolí, zapamätali sme si cestu do miestneho obchodu, kde sme si neskôr mohli chodiť nakupovať niečo





dobré pod zub a našli sme tam aj pekné suveníry.



Večer sme sa všetci lepšie spoznali, hrali sme hudobno-pohybové hry, zabávali sme sa a spievali.

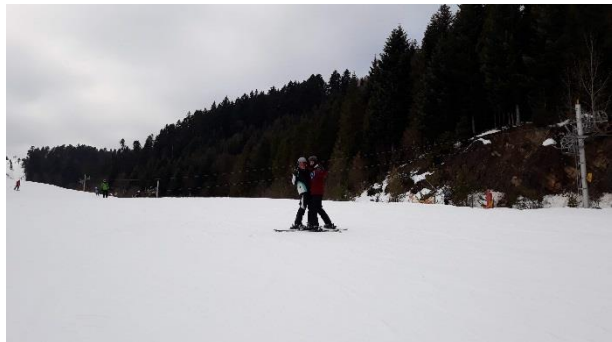
### Streda, 06.02.2019

Na raňajky bolo opäť veľa jedla – veľa párkov, volských ôk, chleba, puding, cereálií, syrov, džemov, pečiva, šunky, salámy aj šalátov. Posilnení sme sa



poobliekali do lyžiarskeho výstroja a vyšli už s väčšou istotou na svah. Terén bol dobrý, niektorí z nás začali skúšať schádzanie na lyžiach. Niektorým to išlo veľmi dobre, iní radšej lyžovanie vymenili za sánkovanie. Dievčatá sa medzi sebou viac zblížovali, precvičovali komunikáciu rôznymi spôsobmi

a smiali sa pri tom.



Po obede bola naplánovaná aktivita zameraná na technické myslenie a tímovú spoluprácu. Povedali sme si niečo o ochrane prírody v zimnom období a ako môžeme prispieť k starostlivosti o zvieratá. Vyrábali sme vtáčiu búdku. Pán učiteľ Marek všetkým pripravil pracovnú sadu, kde boli materiály na výrobu vtáčej búdky. Žiaci sa rozdelili do skupín a snažili sa podľa predlohy vytvoriť finálny produkt. Museli sme šmirgľovať, šrubovať, zatĺkať klince, natierať... Výsledok bol nádherný a celkovo sa všetkým veľmi dobre darilo.



Po tejto namáhavej práci sa už všetkým žiadalo trochu zrelaxovať a tak sme si dožičili šantenie v bazéne.





Večer sme trávili v spoločenských priestoroch, najprv sme si spoločne zrekapitulovali deň, čo sa komu najviac páčilo a potom sme pokračovali pri voľnej zábave. Vybavenie priestorov zariadenia žiakov nepriamo podporovalo vo vzájomných interakciách. Pri spoločných hrách stolného tenisu – naraz sa ocitli všetky krajiny pri jednom kolotoči pri jednom ping-pongovom stole – či pri hre futbalu, sa prehlbovali priateľstvá a komunikačné bariéry sa strácali.



### Štvrtok, 07.02.2019

Aby sme zabránili vyčerpanosti z lyžiarskej aktivity, zaradili sme do programu menej náročnú činnosť a vybrali sme sa na výlet do Vysokých Tatier. V Belianskej jaskyni to bolo krásne a náročné zároveň. Prešli sme stovky schodov a videli množstvo nádherných útvarov. Obed sme si zbalili so sebou a najedli sme sa na krásnom mieste, odkiaľ sme sa kochali krásou pohoria a žiaci mali priestor na guľovačku a iné šantenie na snehu. Potom sme sa vybrali na Hrebienok. Išli sme pozemnou lanovkou. To bol teda zážitok! Na Hrebienku sa nám páčil ľadový Tatranský dóm, stan s ľadovými sochami a stavbou vyrobenou z ľadu. Niektorí žiaci videli takéto ľadové sochy po prvýkrát v živote. Z reštaurácie sme mali zas krásny výhľad na Vysoké Tatry.



Večer po výlete nebol žiadny organizovaný spoločný program, všetci mohli čas využiť pre seba, prezerat' si fotky, písat' denníky alebo pohľadnice, hrať hry, hrať tenis v hale, rozprávať sa, spievať si.



### **Piatok, 08.02.2019**

Stali sa z nás profesionáli v chodení po zľadovatých povrchoch. Presun z chaty do reštaurácie nám už nespôsoboval problémy. Naše nohy si zvykli na klzkú cestu a vedeli sme už dobre koordinovať chôdzu. Už sme nepadali, alebo aspoň nie tak často.



Poslednýkrát sme sa postavili na lyže. Katke, Riškovi, Jakubovi, Máriovi, Gabiji, Dylanovi a Brandonovi sa už darilo spúšťať na svahu. Gabija, Dylan a Brandon prvýkrát vyskúšali jazdu na vleku. Išlo im to veľmi dobre. Lyžovačku vystriedala bláznivá sánkovačka. Spúšťali sa nielen žiaci ale aj učitelia.





Popoludní sme sa pokúšali postaviť iglu zo snehu, ale sneh nebol veľmi dobrý. Pomaly sme sa blížili ku koncu pobytu. Bol to posledný deň so všetkými. Posledná šanca nakúpiť suveníry.



Večer sme mali ceremóniu odovzdávania certifikátov a potom nasledoval perfektná zábava, počas ktorej sme spievali karaoke, hrali na boomwhackeroch, tancovali. Naučili sme sa tradičný anglický „party song“. Tento posledný večer nám bolo ťažko ukončiť. Cítili sme sa viac skamarátení a veľmi dobre sme sa spolu bavili.



**Sobota, 09.02.2019 / Nedeľa 10.02.2019**

Väčšina z nás sa už chystala na cestu domov. Vrátili sme vypožičané lyže, poslednýkrát sme sa prešli po okolí, zrekapitulovali si týždeň a naše najlepšie

zážitky. Na obed odišli kamaráti z Nemecka a Anglicka. Slovenský tím a litovský ešte zostali, poslednýkrát si mohli užiť hry na snehu, aj v telocvični. Naši žiaci popoludní odcestovali späť domov.

V nedeľu ráno sme povedali Dovidenia! aj tímu z Litvy a spokojní, ale aj trochu dojatí sme odlepovali ceduľky s fotkami z dverí izieb.

