

<p><b>12.07.2016</b>  <b>wtorek</b>  godz. 10.00 – 11.00  (sala wykładowa)</p>	<p>Nauka zachowania w sytuacji:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ agresji, namawiania (cukierki, udanie się w niewiadome miejsce)</li> <li>✓ śledzenia ze strony dorosłego</li> <li>✓ napadu przez psa</li> <li>✓ Niespodziewanego zatrzymania windy</li> <li>✓ wybuchu w centrum handlowym</li> </ul> <p>Nauka zachowania w sytuacji:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ burzy oraz pożaru</li> <li>✓ alarmu w szkole</li> </ul>
<p>godz. 11.00 – 12.00  (sala wykładowa / zajęcia na powietrzu)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sytuacja kryzysowa – numer 112. Jakie informacje przekazać przez telefon w sytuacji zagrożenia?</li> <li>• Elementy samoobrony w systemie GROM Combatives</li> </ul>
<p><b>13.07.2016</b>  <b>środa</b>  godz. 10.00 – 11.00  (sala wykładowa / zajęcia na powietrzu)</p>	<p>Przygotowanie do wycieczki</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Przygotowanie do wycieczki – co i jak się pakować do plecaka / co warto wiedzieć przed wyruszeniem w podróż?</li> <li>• Jak się nie zgubić i co zrobić w sytuacji zgubienia się – nauka korzystania z mapy</li> <li>• Nauka składania koszulki w 4 sekundy</li> </ul>
<p>godz. 11.00 – 12.00  (na powietrzu)</p>	<p>Na wycieczce</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• „Ziiiiimnoooo....” - jak skutecznie chronić organizm przed wyziębieniem?</li> <li>• „Piiiić...” – jak radzić sobie z brakiem wody w sytuacjach skrajnych</li> <li>• Jak określać kierunki świata nie mając kompasu?</li> </ul>
<p><b>14.07.2016</b>  <b>czwartek</b>  godz. 10.00 – 11.00  (sala wykładowa)</p>	<p>Podstawy pierwszej pomocy</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jak radzić sobie ze skręceniem / złamaniem w sytuacji (nauka stabilizacji w sytuacji braku odpowiedniego sprzętu)</li> <li>• Nauka radzenia sobie z krwawiącą raną (opatrzenie rany, tamowanie krwi)</li> </ul>
<p>godz. 11.00 – 12.00  (sala wykładowa)</p>	<p>Zachowanie w sytuacji, gdy widzimy nieprzytomną osobę na ulicy (resuscytacja krążeniowo oddechowa)  Elementy samoobrony w systemie GROM Combatives</p>
<p><b>19.07.2016</b>  <b>wtorek</b>  godz. 10.00 – 11.00  (zajęcia na powietrzu)</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jak zbudować szałas i rozpalić ognisko.  Omówienie względów bezpieczeństwa związanych z rozpalaniem ognia oraz budowa miejsca na nocleg w lesie</li> </ul>

godz. 11.00 – 12.00 (zajęcia na powietrzu)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jak zbudować szałas i rozpalić ognisko.</li> <li>• Omówienie względów bezpieczeństwa związanych z rozpalaniem ognia oraz budowa miejsca na nocleg w lesie</li> </ul>
<b>20.07.2016</b> <b>środa</b> godz. 10.00 – 11.00 (sala wykładowa)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „<i>Jestem głodny...Nie czekam na Mamę i samodzielnie robię sobie kanapkę / przygotowuję posiłek.</i>” – nauka samodzielnego przygotowywania posiłków / przedstawienie roli zdrowego żywienia</li> </ul>
godz. 11.00 – 12.00 (sala wykładowa)	<ul style="list-style-type: none"> <li>• „<i>Sam szykuję się do szkoły / wyjścia na dwór</i>” – samodzielne przygotowanie ubrań adekwatnie do tematu wyjścia.</li> </ul>
<b>21.07.2016</b> <b>czwartek</b> godz. 10.00 – 11.00	<p>Nauka zachowania w sytuacji:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ agresji, namawiania (cukierki, udanie się w niewiadome miejsce)</li> <li>✓ śledzenia ze strony dorosłego</li> <li>✓ napadu przez psa</li> <li>✓ Niespodziewanego zatrzymania windy</li> <li>✓ wybuchu w centrum handlowym</li> </ul> <p>Nauka zachowania w sytuacji:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ burzy oraz pożaru</li> <li>✓ alarmu w szkole</li> </ul>
godz. 11.00 – 12.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Sytuacja kryzysowa – numer 112. Jakie informacje przekazać przez telefon w sytuacji zagrożenia?</li> <li>• Elementy samoobrony w systemie GROM Combatives</li> </ul>
<b>26.07.2016</b> <b>wtorek</b> godz. 10.00 – 11.00	<p>Przygotowanie do wycieczki</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Przygotowanie do wycieczki – co i jak się pakować do plecaka / co warto wiedzieć przed wyruszeniem w podróż?</li> <li>• Jak się nie zgubić i co zrobić w sytuacji zgubienia się – nauka korzystania z mapy</li> <li>• Nauka składania koszulki w 4 sekundy</li> </ul>
godz. 11.00 – 12.00	<p>Na wycieczce</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• „<i>Ziiiiimnoooo....</i>” - jak skutecznie chronić organizm przed wyziębieniem?</li> <li>• „<i>Piiiić...</i>” – jak radzić sobie z brakiem wody w sytuacjach skrajnych</li> <li>• Jak określać kierunki świata nie mając kompasu?</li> </ul>

<b>27.07.2016</b> <b>środa</b> godz. 10.00 – 11.00	<b>Podstawy pierwszej pomocy</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Jak radzić sobie ze skręceniem / złamaniem w sytuacji (nauka stabilizacji w sytuacji braku odpowiedniego sprzętu)</li> <li>• Nauka radzenia sobie z krwawiącą raną (opatrzenie rany, tamowanie krwi)</li> </ul>
godz. 11.00 – 12.00	<b>Zachowanie w sytuacji, gdy widzimy nieprzytomną osobę na ulicy (resuscytacja krążeniowo oddechowa)</b> <b>Elementy samoobrony w systemie GROM Combatives</b>
<b>28.07.2016</b> <b>czwartek</b> godz. 10.00 – 11.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jak zbudować szałas i rozpalić ognisko. Omówienie względów bezpieczeństwa związanych z rozpalaniem ognia oraz budowa miejsca na nocleg w lesie</li> </ul>
godz. 11.00 – 12.00	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Jak zbudować szałas i rozpalić ognisko.</li> <li>• Omówienie względów bezpieczeństwa związanych z rozpalaniem ognia oraz budowa miejsca na nocleg w lesie</li> </ul>