

# LUKOSTREĽBA

**Lukostreľba je športové odvetvie, ktoré vzniklo z praktického loveckého a vojenského umenia a je staré tisícky rokov. Je to špecifický olympijsky šport, ktorého cieľom je čo najpresnejšie strieľať z rôznych vzdialeností do terča a zásahmi získať čo najviac bodov.**

**Pri lukostreľbe si precvičíš svoje zmysly, svalstvo, jemnú motoriku, naučíš sa trpezlivosti ale hlavne zrelaxuješ pri super športe, ktorý môže robiť úplne každý.**

**Pracovisko: Charkovská 1, Košice**

**Kedy: utorok o 14:00-15:30 hod.**

**Vek: od 9 do 18 rokov**

**Počet max: 8**

**Zápis prebieha v pracovných dňoch od  
4.septembra 2023.**

**vedúci : Bc. Matej Mikláš**



**kontakt: tel. 055/642 36 37, [www.cvckosice.sk](http://www.cvckosice.sk),  
[cvc@cvckosice.sk](mailto:cvc@cvckosice.sk)  
Informácia o záujmovom útvere**

Názov záujmového útvaru : Lukostreľba

Kód ZÚ: 19711

Meno a kontakt na vedúceho ZÚ: **Bc. Matej Mikláš**, 055/642 36 37, [cvc@cvckosice.sk](mailto:cvc@cvckosice.sk)

Miesto a čas konania ZÚ: CVČ, Charkovská 1, Telocvičňa č. 10

Utorok od 14:00 do 15:30 hod.

Vek: od 9 do 18 rokov

Max. počet účastníkov: 8

Harmonogram jednotlivých stretnutí:

September 2023	19., 26.
Október 2023	3., 10., 17., 24.
November 2023	7., 14., 28.
December 2023	5., 12., 19.
Január 2024	9., 16., 23., 30.
Február 2024	6., 13., 20.
Marec 2024	5., 12., 19., 26.
Apríl 2024	9., 16., 23., 30.
Máj 2024	7., 14., 21., 28.
Jún 2024	4., 11.

Popis záujmového útvaru: Obsahom záujmového útvaru je formovanie dieťaťa, rozvoj zmyslov, svalstva, jemnej motoriky, orientácie v priestore a trpezlivosti. Deti sa oboznámia so základmi olympijskeho športu lukostreľba, spoznajú techniku streľby, úchopov tetivy pri strieľaní a následne si otestujú svoje schopnosti pri streľbe na terč. Je to vynikajúci spôsob aktívneho oddychu pre deti.

Priebeh ZÚ: 13:50 – 14:00 – zraz vo vestibule, presun do šatne

14:00 – 14:10 – prezliekanie a príprava na tréning

14:10 – 15:20 – rozcvička, príprava na streľbu, streľba,

podľa potreby prestávka

15:20 – 15:30 – presun do šatne, prezliekanie

Doplňujúce činnosti nad rámec pravidelnej činnosti: Mikuláš pre členov ZÚ, Centropárty

Podujatia pre členov záujmového útvaru: V prípade vhodného správania a dobrého výkonu detí účasť na turnajoch v lukostrelbe. Po dohode s pedagogickým vedúcim ZÚ sa môže zákonný zástupca priamo zúčastniť konania ZÚ (otvorená hodina pre rodičov).

- V prípade neprítomnosti člena na ZÚ sa úhrada čiastočných nákladov nevracia.
- V prípade akýchkoľvek otázok kontaktujte pedagogického vedúceho ZÚ. Ak nie ste spokojný s jeho odpoveďou kontaktujte priameho nadriadeného - RNDr. Labovská Helena 0911 873 169 alebo e-mail : [labovska@cvckosice.sk](mailto:labovska@cvckosice.sk)
- Počas konania ZÚ sa členovia riadia školským poriadkom zverejneným na stránke [www.cvckosice.sk](http://www.cvckosice.sk)
- Pri odhlasovaní členov zo záujmového útvaru je nutné vyplniť odhlášku.
- Vedúci záujmového útvaru si vyhradzuje právo na zmenu výchovno – vzdelávacej činnosti a priestoru.
- **14.06.2024 CENTROPÁRTY** – slávnostné ukončenie záujmovej činnosti.

Tešíme sa na spoluprácu v školskom roku 2023/2024