

ŠKOLSKÝ VZDELÁVACÍ PROGRAM ISCED 2

Príloha

Prierezové témy a ich začlenenie do výchovnovzdelávacieho procesu

OCHRANA ŽIVOTA A ZDRAVIA

Vypracované podľa:

Štátneho vzdelávacieho programu ISCED 2 – Ochrana života a zdravia

Vypracovala: Mgr. Dana Rapavá

CHARAKTERISTIKA UČIVA

Povinné učivo „Ochrana života a zdravia“ sa realizuje prostredníctvom vyučovacích predmetov školského vzdelávacieho programu a obsahom samostatných organizačných foriem vyučovania – účelových cvičení Ochrana človeka a jeho zdravia integruje postoje, vedomosti a zručnosti žiakov zamerané na ochranu života a zdravia v mimoriadnych situáciách, tiež pri pobyte a pohybe v prírode, ktoré môžu vzniknúť vplyvom nepredvídaných skutočností ohrozujúcich človeka a jeho okolie.

CIELE UČIVA

Povinné učivo, ktoré nie je samostatným predmetom je súčasťou výchovy a vzdelávania žiakov základných škôl. Poskytuje im potrebné teoretické vedomosti, praktické poznatky a formuje ich vzťah k problematike ochrany svojho zdravia a života, zdravia a života iných ľudí.

Formatívna a informatívna zložka učiva sa prezentuje činnosťou žiakov:

- a) morálnou, ktorá tvorí základ ich vlasteneckého a národného cítenia;
- b) odbornou, ktorá im umožňuje osvojenie vedomostí a zručností v sebaochrane a poskytovaní pomoci iným v prípade ohrozenia zdravia a života;
- c) psychologickou, ktorá pôsobí na proces adaptácie v požiadavkách záťažových situácií;
- d) fyzickou, pre ktorú je charakteristická tvorba predpokladov na dosiahnutie vyššej telesnej zdatnosti a celkovej odolnosti organizmu na fyzickú a psychickú záťaž náročných životných situácií.

Kompetencie preberaného učiva zahŕňajú individuálne, medziľudské aspekty a pokrývajú formy správania, ktoré jednotlivec využíva na efektívnu a konštruktívnu účasť na spoločenskom živote v prípadoch riešenia konfliktov. Základné zručnosti v rámci tejto kompetencie zahŕňajú schopnosť účelne komunikovať v rozličných prostrediach a situáciách ohrozujúcich život a zdravie človeka. Tieto spoločenské a občianske kompetencie by mali ovplyvniť schopnosť žiakov zvládať stres a frustráciu, komunikáciu s inými ľuďmi a solidaritu pri riešení problémov širšej komunity ľudí.

Možno predpokladať, že rozvíjaním týchto vlastností sa utvárajú požadované schopnosti potrebné pre občana v oblasti ochrany života a zdravia a to nielen v aktuálnom čase počas vzdelávania v škole, ale aj v úlohe perspektívnej v dospelosti v rôznych zamestnaniach.

Absolvovaním učiva získavajú žiaci nevyhnutné vedomosti, zručnosti a návyky potrebné na prežitie pri vzniku mimoriadnej udalosti a v čase vyhlásenia mimoriadnej situácie.

Prioritne je učivo obsahom orientované na zvládnutie situácií vzniknutých vplyvom priemyselných a ekologických havárií, dopravnými nehodami, živelnými pohromami a prírodnými katastrofami. Zároveň napomáha zvládnuť nevhodné podmienky v situáciách vzniknutých pôsobením cudzej moci, terorizmu voči občanom nášho štátu.

Pre dosiahnutie cieľov využíva OŽaZ daný tematický obsah, vhodné organizačné formy, metódy a prostriedky prispôbené daným podmienkam. Opakovanie určitých zhodných prvkov a príbuznosti tém treba chápať z hľadiska cieľov v ročníku (vidieť, poznať, ovládať, získať poznatok a zručnosť).

Na záver deväťročného štúdia na základnej škole by mali žiaci teoreticky a prakticky ovládať vybrané úlohy:

- z tematiky riešenia mimoriadnych situácií – civilná ochrana;
- zo zdravotnej prípravy vedieť poskytnúť predlekársku prvú pomoc;
- vedieť zvládnuť základné činnosti pri pohybe a pobyte v prírode;
- vzhľadom na vek a pohlavie optimálne zvyšovať psychickú, fyzickú pripravenosť a odolnosť pre prípad vzniku predpokladaných mimoriadnych situácií.

METÓDY PRÁCE

V edukačnom procese vyučujúci uplatňuje metódy:

- a) metódy priameho prenosu poznatkov (rozprávanie, rozhovor, vysvetľovanie, opis),
- b) metódy sprostredkovaného prenosu poznatkov (pozorovanie, demonštrácia, hry),
- c) metódy problémové (práca s knihou).

Metódy priameho prenosu poznatkov

Rozprávanie – slovná metóda, ktorú učiteľ využíva, keď žiakov oboznamuje so skutočnosťou. Uplatňuje city, fantáziu, predstavy, vlastné zážitky žiakov primárneho vzdelávania i poznatky získané čítaním. Rozpráva príhodu z uštipnutia hmyzom (napr. o pozorovaní včely, komára), ktorej bol svedkom.

Rozhovor – významná metóda, ktorá udržiava aktivitu žiakov a vysvetľuje nejasné podrobnosti. Použiť ju môžeme na začiatku vyučovania, na priebežnú kontrolu počas hodiny i na upevnenie nových poznatkov.

Prevládajú verbálne odpovede žiakov na otázky učiteľa, ktoré sú zreteľné, jasné, stručné, štylisticky správne formulované, nesmú byť nápomocné. Napr. Prečo bol vybraný znak červeného kríža v bielom poli ako symbol Červeného kríža?

Vysvetľovanie – obohacovanie slovnéj zásoby o nové pojmy, postupy práce a ich využitie v praxi. Pri vysvetľovaní musí učiteľ dbať na viaceré požiadavky:

- vysvetľovať učivo v logickej nadväznosti, opierať sa o predchádzajúce vedomosti,
- sústrediť sa na hlavné a podstatné myšlienky,
- dopĺňať rôznymi príkladmi a nepoužívať cudzie slová.

Na efektivitu vysvetľovania učiteľ používa pomôcky, obrazy, ukážky predmetov, pomocou ktorých ovplyvňuje ich záujmy. Napr. obrazy tela, prezentácie poskytovania prvej pomoci (stabilizovaná poloha, umelé dýchanie).

Opis - spojený s pozorovaním a využívané sú zmyslové orgány detí. Je to metóda, ktorou sú žiaci oboznamovaní s charakteristickými znakmi preberaného predmetu alebo javu. Pri opise učiteľ musí mať na zreteli plánovitý a systematický postup. Sústreďuje pozornosť na podstatné znaky predmetu alebo javu. Napr. transport, obväzovanie.

Metódy sprostredkovaného prenosu poznatkov

Pozorovanie – úzko súvisí s demonštráciou. Vede žiakov k samostatnosti, uvedomelosti, vytrvalosti a zapája do činnosti rôzne zmysly.

Pozorovanie má schopnosť rozvíjať vyjadrovacie schopnosti detí. Ďalej ich obohacuje o zdravotnícke termíny, pojmy, názvy, definície a vedie k pojmovej jasnosti. Napr. pozorujú vonkajšiu a vnútornú stavbu tela človeka (srdcovo – cievny systém).

Demonštrácia – rozvíja pozorovacie schopnosti, sprostredkúva poznanie skutočnosti, obohacuje predstavy, prehľbuje skúsenosti žiakov. Využitie demonštrácie si vyžaduje mať na zreteli vekové osobitosti žiakov, vhodné časové zaradenie a mať dostupnosť demonštrovaných predmetov pre všetkých jednotlivcov. Napr. balíček prvej pomoci (obväzy, trojrohá šatka, náplasti, dezinfekčné prostriedky).

Metódy problémové

Práca s knihou – súčasť samostatného vzdelávania jednotlivca. Informácie získavajú žiaci z rôznych encyklopédií a príručiek prvej pomoci, ktoré majú svoje miesto vo všetkých etapách vyučovacieho procesu (pri motivácii, osvojovaní nového učiva, upevňovaní i prehľbovaní, spätnej väzbe a kontrole výsledkov). Napr. príručky prvej pomoci.

Hry – majú značný význam najmä v primárnom vzdelávaní. Prostredníctvom nich sú deti veľmi intenzívne zapojené do práce a dovedú ich k takej sústredenosti, k akej nedôjde pri žiadnej inej metóde. Nemali by byť samoúčelné, ale vždy musia sledovať splnenie istého cieľa. Približujú a uľahčujú učebnú činnosť. Zábavným spôsobom rozvíjajú v deťoch samostatnosť, emocionálnu aktivitu, vynachádzavosť a tvorivosť v konaní a myslení. Bezprostredne pôsobia na ich vnímanie, navodzujú ich citový vzťah k novým poznatkom a vedomostiam. Účinnosť hier sa znásobuje, ak sa využívajú rôzne hračky a materiály.

Situčné hry – spočívajú v tom, že žiaci obdržia opis istej situácie alebo prípadu. Opis situácie obsahuje niekoľko úloh, ktoré majú jednotlivcov motivovať na riešenie problému. Riešením sa žiaci učia. Na navodenie môžu používať otázky typu: zhodnotiť, zdôvodniť, doplniť, rozhodnúť a pod. Napr. pri úraze elektrickým prúdom a následné poskytnutie prvej pomoci.

Inscenačné hry – autormi hier sú samotné deti, ktoré inscenujú určité roly, poranenia a nehody. Potom sa pokúsia nájsť východisko zo situácie, t. j. nájsť riešenie problému. Výhodou tejto hry, okrem jej dynamickosti, je aj emocionálne zaangažovanie vzdelávaných. Napr. prenos raneného, simulácia nehôd a poranení.

Hodnotenie

Hodnotenie žiackych prejavov má prevažne motivačnú funkciu, preto je potrebné vyzdvihnúť všetky kladné stránky. Kvalitu určitej činnosti komentuje učiteľ prostredníctvom použitia verbálnych a neverbálnych prostriedkov, nie známku. Hodnotiť môže to čo so žiakmi dôkladne prebral a upevnil. Hodnotíme pri každej vhodnej príležitosti, najčastejšie slovne. Slová volíme tak, aby výkon práce bol odmenený pochvalou.

OBSAH A REALIZÁCIA UČIVA

Odbornú zložku učiva napĺňajú tematické celky s uvedeným obsahom:

- a) riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana
- b) zdravotná príprava
- c) pohyb a pobyt v prírode

Tematické celky

	Tematické celky
1.	Riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana
2.	Zdravotná príprava
3.	Pohyb a pobyt v prírode

Organizačné formy

Na realizáciu učiva sa využívajú viaceré organizačné formy:

1. Účelové cvičenia (ÚC) v 5. – 9. ročníku realizujeme v prírode 2 razy do roka po 5 hodín spravidla na jeseň a jar. Pred realizáciou ÚC vykonáme deň prípravy z teoretickej časti učiva v rozsahu 3 – 5 hodín podľa náročnosti obsahu a organizácie plánovaného ÚC.
2. Na komplexnejšie zabezpečenie uplatňovania učiva je možné využívať ďalšie vzdelávacie a organizačné činnosti školy:
 - vhodné témy z obsahu niektorých vyučovacích predmetov – medzipredmetové vzťahy,
 - úlohy objektivej ochrany školy,
 - rešpektovanie vnútorného poriadku školy,
 - požiarne a poplachové smernice,
 - zabezpečenie úrazovej zábrany a predlekárskej prvej pomoci,
 - cvičenia v prírode v rámci telesnej a športovej výchovy.

Obsah tematických celkov 5. ročník

Riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana

- varovné signály CO -činnosť na varovný signál „Všeobecné ohrozenie“, „Ohrozenie vodou“, „Koniec ohrozenia“;
- ochranná poloha ochranných prostriedkov (DM-1, CM3-/3h);
- ukážka prechodu priestoru kontaminovaného nebezpečnými látkami;
- kolektívna ochrana, evakuácia - vyhlasovanie evakuácie, evakuačné zariadenia; spôsoby vykonávania evakuácie, evakuačná batožina;
- kolektívna ochrana - ukrytie a ochrana v budovách pri mimoriadnej udalosti.

Zdravotná príprava

- imobilizácia horných a dolných končatín pomocou štandardných dláh;
- znehybnenie poranených končatín improvizovanými prostriedkami;
- uloženie postihnutého do stabilizovanej polohy – privolanie lekára;
- ošetrovanie a znehybnenie zlomenín dolných končatín;
- spôsoby odsunu poraneného – podľa druhu a závažnosti poranenia.

Pohyb a pobyt v prírode

- zásady orientácie v prírode podľa prírodných úkazov, kompasu, buzoly, mapy;
- odhad vzdialeností do 300 m a výšky 10 m;
- pochod na neznáme miesto s riešením úloh na určovanie vlastného stanovišťa podľa mapy;
- správne zakladanie ohňa.

Obsah tematických celkov 6. ročník

Riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana

- charakteristika nebezpečných látok ohrozujúcich školu a jej okolie;
- vyhlásenie varovných signálov CO – činnosť v domácnostiach, činnosť žiaka a triedy po ich vyhlásení;
- lokalizácia a likvidácia požiaru ručnými hasiacimi prostriedkami;
- vyrozumienie a privolanie požiarnikov – údaje;
- dekontaminácia – hygienická očista a čiastočná špeciálna očista materiálu;
- evakuácia z ohrozeného priestoru; - pravidlá správania sa obyvateľstva pri ohrození a pri vzniku mimoriadnej udalosti.

Zdravotná príprava

- o zložitejšie obväzovanie obväzmi horných a dolných končatín, trupu a brucha – obväzová technika;
- o praktové obväzy brady a nosa;
- o šatkové obväzy – hlava, ruky, nohy
- o náplastové obväzovanie poranení na horných a dolných končatinách;
- o ošetrovanie poranených kĺbov a kostí horných a dolných končatín – vyvrtnutie, vyklbenie, zlomeniny.

Pohyb a pobyt v prírode

- o mierky máp a náčrtov, meranie vzdialeností na mape a v teréne
- o pomer výšky a šírky s nárastom vzdialenosti;
- o zhotovenie jednoduchej pomôcky na odhad výšky a šírky;
- o zemepisný azimut; - určenie vlastného stanovišťa podľa mapy;
- o určenie svetových strán podľa núdzových orientačných prostriedkov;
- o prenášanie azimutu z mapy do terénu a z terénu do mapy;
- o preventívna ochrana pred bleskom.

Obsah tematických celkov 7. ročník

Riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana

- o činnosť na varovné signály CO;
- o ukladanie a skladovanie ochrannej masky (DM-1, CM-3-3/h);
- o kolektívna ochrana, evakuácia obyvateľstva, obsah evakuačnej batožiny;
- o ochranné stavby, pravidlá správania sa v úkrytoch, činnosť po opustení úkrytov;
- o dezinfekcia, dezinfekcia, deratizácia, dekontaminácia;
- o postup pri vzniku požiaru v osobnom automobile;
- o zbrane hromadného ničenia – ničivé účinky, škodlivé pôsobenie na organizmus a ochrana pred nimi;
- o ochrana potravín a vody pred škodlivinami a zamorením.

Zdravotná príprava

- o poskytnutie prvej pomoci s pomocou lekárničky v osobnom automobile;
- o prvá pomoc pri otrave plynom, chemikáliami;
- o prvá pomoc pri šoku, proti šokové opatrenia;
- o vytiahnutie poraneného z rokliny;
- o znehybnenie pri poranení panvy, krčnej chrbtice, hrudníka
- o ošetrovanie a znehybnenie otvorenej zlomeniny;
- o umelé dýchanie z pľúc do pľúc (ústami, nosom), masáž srdca;
- o zastavenie tepnového, žilového a vlásočnicového krvácania.

Pohyb a pobyt v prírode

- o príprava pochodu, zhotovenie harmonogramu a náčrtu pochodu;
- o výber a úprava plochy pre stanovanie, stavenie turistického stanu;
- o meranie rýchlosti, šírky a hĺbky vodného toku;
- o prekonávanie vodnej prekážky;
- o správanie sa pri prietrži mračen a privaloch vody;
- o značenie mostov a prechodov cez vodné toky.

Obsah tematických celkov 8. ročník

Riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana

- o jadrové zbrane a ich ničivé účinky;
- o ochrana pre svetelným žiarením;
- o ochrana pred tlakovou vlnou (tlakovým nárazom);
- o ochrana pred prenikavou radiáciou a rádioaktívnou kontamináciou;
- o hygienická očista a čiastočná špeciálna očista materiálu;
- o lokalizácia a likvidácia požiaru s jedovatými splodinami horenia;
- o nebezpečné látky v okolí školy – zásady ochrany pri ich úniku, evakuácia z ohrozeného územia; - kolektívna ochrana – druhy úkrytov, pravidlá správania sa v úkrytoch;
- o odstraňovanie nebezpečných látok z povrchu terénu, budov a materiálu.

Zdravotná príprava

- o hromadné nešťastia, triedenie chorých a ranených;

- o postup pri poskytovaní prvej pomoci v mieste hromadného nešťastia;
- o praktické riešenie prvej pomoci topiacej sa osobe;
- o technická a zdravotná pomoc pri poranení elektrickým prúdom;
- o prvá pomoc pri popáleninách;
- o poskytnutie zdravotníckej pomoci pri strate vedomia;
- o poskytnutie prvej pomoci pri úpaloch;
- o sterilizácia prostriedkov;
- o nebezpečenstvo pohlavných chorôb, zásady prevencie;
- o alkoholizmus, drogy, toxikománia – škodlivé účinky, prevencia.

Pohyb a pobyt v prírode

- o pochod podľa pripravených azimutov, tabuľka pochodu;
- o vybavenie zdravotníckym materiálom pri individuálnej turistike (pešo, bicyklom);
- o značkovanie turistických ciest a chodníkov;
- o príprava jednoduchej teplej stravy s použitím ohňa, zásady bezpečnosti;
- o odstraňovanie devastáčnych následkov spôsobených ľuďmi v prírode.

Obsah tematických celkov 9. ročník

Riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana

- o úlohy CO vyplývajúce zo Ženevských dohovorov a dodatkových protokolov;
- o civilná ochrana v Slovenskej republike, jej miesto úlohy a poslanie;
- o analýza územia obce, mesta, okresu;
- o organizovanie jednotiek civilnej ochrany – štáby a odborné jednotky;
- o varovné signály CO – činnosť po ich vyhlásení;
- o činnosť pri záchrane ľudí zo závalov a poškodených krytov;
- o jódomá profylaxia (v okolí AE).

Zdravotná príprava

- o preverenie vedomostí a prehĺbenie návykov a zručností z poskytovania prvej pomoci pri rôznych poraneniach, zlomeninách, obväzovanie, znehybňovanie častí tela
- o darcovstvo krvi a transplantácie orgánov ľudského tela;
- o správanie sa pri náleze zraneného mimo obývaného priestoru;
- o prevencia proti kliešťovej encefalitíde.

Pohyb a pobyt v prírode

- o základný turistický výstroj;
- o absolvovanie trasy primeranej veku;
- o povinnosti turistov pri ochrane životného prostredia.

Vzdelávací štandard

1. Tematický celok: **Riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana**

Obsahový štandard	Výkonový štandard
Činnosť po varovaní varovnými signálmi	<p><i>Varovné signály a činnosť po ich vyhlásení</i></p> <p>Poznať varovné signály a základné činnosti po ich vyhlásení.</p> <p>Popíš, ako sa vyhlasuje varovný signál „Všeobecné ohrozenie“, „Ohrozenie vodou“, „Koniec ohrozenia“.</p> <p>Uved', aká je činnosť po vyhlásení varovného signálu „Všeobecné ohrozenie“.</p> <p>Priprav si ochrannú masku do predpísanej polohy po varovaní signálom „Všeobecné ohrozenie“.</p> <p>Čo zabezpečíš v byte pred odchodom do úkrytu?</p> <p>Uved', kde najbližšie sa nachádza úkryt a povedz, aký čas potrebuješ na presun do úkrytu.</p>

<p>Používanie prostriedkov individuálnej ochrany</p> <p>Základné zručnosti pri použití ochrannej masky</p> <p>Kompletizovanie ochrannej masky, pochodová, pohotovostná a ochranná poloha</p>	<p><i>Prostriedky individuálnej ochrany</i></p> <p>Poznať prostriedky individuálnej ochrany a vedieť ich správne používať.</p> <p>Popíš z akých hlavných častí sa skladá ochranná maska CM 3-/3h.</p> <p>Aké prostriedky individuálnej ochrany jednotlivca poznáš? Popíš funkciu ochrannej masky.</p> <p>Uved', aké polohy ochrannej masky poznáš a čo je pohotovostná poloha.</p> <p>Vymenuj improvizované prostriedky ochrany dýchacích ciest, končatín a tela.</p> <p>Nasad' si ochrannú masku správnym spôsobom v časovom limite do ochrannej polohy.</p> <p>Prečo je potrebné dezinfikovať ochrannú masku po použití. Povedz, čo znamená skratka PIO</p>
<p>Zbrane hromadného ničenia</p>	<p><i>Zbrane hromadného ničenia a ich ničivé účinky</i></p> <p>Vedieť rozdeliť zbrane hromadného ničenia a poznať ich ničivé účinky.</p> <p>Vymenuj tri druhy zbraní hromadného ničenia. Povedz, aké ničivé účinky jadrových zbraní poznáš. Povedz účinky otravných látok a biologických zbraní.</p> <p>Čo je prenikavá rádiácia, rádioaktívne zamorenie, svetelné žiarenie, tlaková vlna a ako sa proti nim chránime.</p> <p>Použi individuálnu ochranu pri zamorení ovzdušia otravnou látkou a urči cestu úniku.</p> <p>Vymenuj, aké sú zásady ochrany a prevencia pred infekčnou chorobou.</p>
<p>Ochrana pred účinkami zbraní hromadného ničenia</p>	<p><i>Kolektívna ochrana pred účinkami následkov pri mimoriadnej udalosti</i></p> <p>Získať vedomosti a zručnosti v oblasti kolektívnej ochrany.</p> <p>Čo rozumieš pod pojmom kolektívna ochrana osôb?</p> <p>Popíš, čo je evakuácia a ako sa uskutočňuje.</p> <p>Uved', aké spôsoby evakuácie poznáš a aké sú povinnosti občanov.</p> <p>Charakterizuj jednotlivé typy úkrytov.</p> <p>Uved', čo má obsahovať evakuačná batožina a aká je povolená hmotnosť pre tvoj vek.</p> <p>Povedz základné zásady správania sa v úkrytoch.</p>
<p>Čiastočná hygienická očista osôb a čiastočná deaktivácia potravín, vody a materiálu</p>	<p><i>Hygienická očista a ochrana potravín a vody</i></p> <p>Poznať zásady ochrany osôb, potravín, vody a materiálu</p> <p>Povedz, čo rozumieme pod pojmom kontaminácia.</p> <p>Uved', čo znamenajú pojmy dezinfekcia, dezinfekcia, deratizácia a dekontaminácia. Vykonaj hygienickú očistu tváre, dýchacích ciest, očí, rúk a vrchného oblečenia po prechode prašného územia na účelovom cvičení správnym postupom. Popíš, akým spôsobom sa vykoná úplná hygienická očista a špeciálna očista materiálu po zamorení rádioaktívnym prachom a otravnými látkami. Popíš, ako chránime vodné zdroje proti zamoreniu. Priprav na účelové cvičenie svoje potraviny a vodu do dostupných bezpečných obalov proti kontaminácii.</p>
<p>Prevencia proti požiarom a činnosť po vzniku požiaru.</p>	<p><i>Ochrana proti požiarom</i></p> <p>Poznať preventívne opatrenia proti požiarom a zásady</p>

	<p>hasenia vzniknutého začínajúceho požiaru. Vymenuj jednoduché hasiace prostriedky a aké horľaviny nimi hasíme.</p> <p>Vymenuj, aké ručné hasiace prístroje a aké horľaviny, ktorými hasíme poznáš.</p> <p>Povedz, akým ručným hasiacim prístrojom nesmieme hasiť horiace elektrické zariadenie pod prúdom.</p> <p>Povedz, aké horľaviny sa nesmú nachádzať v blízkosti vykurovacích telies.</p> <p>Vymenuj, aké tekuté horľaviny poznáš a akými prostriedkami ich hasíme.</p> <p>Povedz, aké sú zásady manipulácie s otvoreným ohňom.</p> <p>Uved', aké základné protipožiarne opatrenia poznáš, ktoré dodržiavate vo vašej domácnosti. Povedz, aké protipožiarne opatrenia musíme dodržiavať pri táborení.</p> <p>Povedz, čo prikazujú požiarne poplachové smernice vo vašej škole.</p> <p>Uved', ako privoláš hasičov k vzniknutému požiaru a ako sa vyhlasuje varovný signál „Požiarne poplach“.</p>
--	---

2. Tematický celok: Zdravotná príprava

Obsahový štandard	Výkonový štandard
<p>Všeobecné zásady prvej pomoci</p>	<p><i>Všeobecné zásady pri poskytovaní prvej pomoci</i></p> <p>Poznať základné zásady prístupu k zranenému, technickú a zdravotnícku prvú pomoc.</p> <p>Vymenuj tie činnosti, ktoré patria do technickej a zdravotníckej prvej pomoci.</p> <p>Vymenuj dôležité životné funkcie.</p> <p>Popíš, ako zistíš, či postihnutý dýcha, je pri vedomí a či je krvný obeh funkčný.</p> <p>Uved' technickú činnosť záchrancu pri poranení elektrickým prúdom a otrave v zadymenom priestore.</p> <p>Vymenuj jednotlivé zásady proti šokovým opatrením.</p> <p>Povedz, ktorým zraneným poskytnieš pomoc najskôr pri väčšom počte zranených osôb.</p> <p>Aký je postup privolania odbornej zdravotníckej pomoci k zranenému?</p>
<p>Prvá pomoc pri stavoch ohrozujúcich život – krvácanie, zastavenie dýchania, strata vedomia a šok</p>	<p><i>Prvá pomoc pri stavoch ohrozujúcich život</i></p> <p>Poznať druhy krvácania, spôsoby zastavenia a obnovenie krvného obehu.</p> <p>Porovnaj vonkajšie a vnútorné krvácanie.</p> <p>Popíš rozdiel medzi žilovým, tepnovým a vlásoknicovým krvácaním.</p> <p>Vymenuj tlakové body a uved' ich význam pri zastavení krvácania.</p> <p>Popíš, ako budeš postupovať pri príznakoch vnútorného krvácania.</p> <p>Vymenuj spôsoby zastavenia krvácania z poranenej tepny.</p> <p>Poskytni prvú pomoc zastavenia tepnového krvácania pomocou tlakového obväzu pri poranení ramennej tepny.</p> <p>Povedz, prečo nesmieme podávať tekutiny pri vnútornom krvácaní.</p> <p>Popíš, ako ošetríš krvácajúcu povrchovú reznú ranu.</p> <p>Uved', kedy uskutočňujeme masáž srdca a popíš, akým spôsobom sa vykonáva.</p> <p>Vedieť poskytnúť prvú pomoc pri zastavení dýchania.</p>

	<p>Povedz, podľa akých príznakov zistíme, že postihnutý nedýcha.</p> <p>Uved' možné príčiny zastavenia dýchania.</p> <p>Popíš, akým spôsobom uvoľníme dýchacie cesty. Vykonať vo dvojici správne umelé dýchanie z úst do úst a nepriamu masáž srdca.</p> <p>Ak nemáš model, popíš presný postup.</p> <p>Uved' počet stlačení hrudníka na jeden vdych postihnutému so zastaveným dýchaním a krvným obehom.</p> <p>Vykonať na figurantovi správne uloženie do stabilizovanej polohy.</p> <p>Vedieť zvládnuť situáciu a poskytnúť prvú pomoc postihnutému so stratou vedomia, podchladení, otravách a popáleninách.</p> <p>Uved', ktoré životné funkcie kontrolujeme u postihnutého so stratou vedomia.</p> <p>Povedz, čo nám signalizujú modré pery u postihnutého so stratou vedomia.</p> <p>Popíš, ak postihnutý dýcha, do akej polohy ho uložíme.</p> <p>Povedz, aké sú možné príčiny straty vedomia.</p> <p>Uved', ako zabezpečíme odbornú pomoc a prevoz do nemocnice.</p> <p>Popíš prvú pomoc pri podchladení.</p> <p>Povedz, čo spôsobuje otravy, ktoré sú najčastejšie druhy a ako poskytneme prvú pomoc.</p> <p>Charakterizuj stupne popálenia a popíš prvú pomoc pri obarení.</p> <p>Popíš príznaky podchladenia a prehriatia, prevenciu a prvú pomoc pri omrzlinách a úpale.</p>
<p>Základné ošetrovanie a znehybnenie končatín štandardnými a improvizovanými prostriedkami pri zlomeninách, vyvrtnutiach a vykĺbeninách</p> <p>Zásady pri poranení panvy, krčnej chrbtice</p>	<p>Vedieť poskytnúť prvú pomoc pri zlomeninách a iných poškodeniach končatín a chrbtice.</p> <p>Uved', aká je zásada pri podozrení z poranenia chrbtice a krčných stavcov</p>
<p>Obväzová technika a odsun raneného</p>	<p>Zvládnuť základnú obväzovú techniku a poznať princípy transportu.</p> <p>Vymenuj štandardné a improvizované prostriedky na znehybnenie končatín.</p> <p>Znehybni zatvorenú zlomeninu predlaktia na figurantovi veľkým závesom pomocou trojrohej šatky.</p> <p>Popíš, ako ošetríme otvorenú zlomeninu predkolenia.</p> <p>Znehybni štandardnými prostriedkami zatvorenú zlomeninu predkolenia.</p> <p>Popíš Kramerovu a nafukovaciu dlahu, uved' spôsob použitia.</p> <p>Povedz, do akých polôh uložíme postihnutého s poranením brucha a hrudníka.</p> <p>Ulož spolužiaka do proti šokovej polohy.</p> <p>Vedieť zvládnuť základnú obväzovú techniku a poznať princípy transportu.</p> <p>Uved' rozdelenie obväzov podľa účelu.</p> <p>Zaraď krycie, tlakové, odsávacie, nepriedušné, upokojujúce a spevňujúce obväzy k jednotlivým poraneniam.</p> <p>Popíš a ukáž tri spôsoby použitia trojrohej šatky.</p> <p>Použi prakový obväz na ošetrovanie nosa a brady.</p> <p>Urči na obrázku, ktorý je kruhový, špirálový, osmičkový</p>

	a klasový obvaz. Ošetri a obviaž simulované poranenie prstu ruky. Povedz, pri akom zranení použijeme nepriedušný obvaz.
Postup pri poskytovaní prvej pomoci pri hromadnom nešťastí, poranení elektrickým prúdom, popáleninách, úpaloch, podchladení a otravách.	Uved' aké spôsoby odsunu raneného vzhľadom na charakter zranenia poznáš. Zhotovte vo dvojici improvizované nosidlá na účelovom cvičení. Povedz, aké zásady platia pri transporte zranených na nosidlách.

3. Tematický celok: Pohyb a pobyt v prírode

Obsahový štandard	Výkonový štandard
Určovanie svetových strán pomocou prírodných úkazov, buzoly a určovanie azimutov	<i>Pohyb v prírode pomocou mapy a buzoly</i> Zvládnuť pohyb a orientáciu v prírode pomocou mapy a buzoly. Urči svetové strany podľa slnka a hodínok a spresni ich pomocou buzoly.
Orientácia mapy, čítanie z mapy a topografické značky Určenie vlastného stanovišťa, odhad vzdialeností, určenie výškového rozdielu a krokovanie Mierka mapy a zhotovenie situačného a topografického náčrtu Zhotovenie schematického náčrtu a pochod podľa azimutov Turistické značky a chodníky	Zorientuj mapu a urči vlastné stanovište. Uved', aké topografické značky sa nachádzajú v blízkosti tvojho stanovišťa na mape. Urči z mapy nadmorskú výšku tvojho stanovišťa. Urči vzdialenosť do nasledujúceho bodu pochodu podľa mierky mapy. Povedz, aká je dĺžka tvojho kroku a koľko tvojich krokov predstavuje 100 m. Zhotov situačný a topografický náčrt pochodu. Zhotov schematický náčrt a pochoduj podľa zvolených azimutov s využitím turistických značiek a chodníkov.
Výber miesta pre stanovanie, príprava ohniska a jednoduchej stravy Preventívna ochrana proti blesku a prívalu vody Poznávanie krajiny, pamiatok	<i>Pobyt v prírode a jej ochrana</i> Poznať prírodu, zásady pobytu v nej a vedieť ju chrániť. Popíš najvhodnejšie miesto na postavenie stanu. Uved', aké sú zásady pre zhotovenie a uhasenie ohniska. Povedz, aké sú zásady pri odchode z miesta táborenia. Povedz, prečo nesmieme počas búrky stáť pod osamelým stromom alebo na voľnej ploche v prírode. Povedz, z akého dôvodu musíme zmeniť miesto táborenia pri rieke počas výdatného trvalého dažďa.

Bezpečnostné opatrenia pri účelovom cvičení

Za organizáciu ochrany a bezpečnosti pri uskutočňovaní účelového cvičenia zodpovedá vedúci účelového cvičenia, ktorý je povinný:

- organizovať označenie priestoru ÚC a poriadkovú službu v nebezpečných miestach, označenie a ohraničenie nebezpečných priechodov a miest,
- označiť miesta imitácie a zaistiť bezpečnosť pri označení jednotlivých situácií,
- udržiavať poriadok pri činnosti cvičiacich značkárov,
- spracovať pokyny pre bezpečnostné opatrenia pri cvičení,
- kontrolovať osobne a prostredníctvom svojich zástupcov a pomocníkov dodržiavanie bezpečnostných opatrení počas účelového cvičenia.

Za dodržiavanie bezpečnostných opatrení počas účelového cvičenia sú zodpovední triedni učitelia alebo poverený pedagogický dozor, ktorí sú povinní:

- oboznámiť žiakov so stanovenými bezpečnostnými opatreniami,
- oboznámiť cvičiacich s nebezpečnými miestami a označiť ich,

- o kontrolovať dodržiavanie bezpečnostných opatrení, najmä počas imitácie a praktickej činnosti.

Počas účelového cvičenia je zakázané:

- o prevážať imitačné prostriedky spoločne s osobami,
- o používať nesprávnu či poškodenú techniku a dopravné prostriedky,
- o pohybovať sa a zdržiavať sa v miestach presunov a činnosti techniky,
- o rozmiestňovať značkárov v miestach nebezpečnej imitácie,
- o používať zápalné a dymové prostriedky v blízkosti obydli a komunikácií,
- o uskutočňovať cvičné výbuchy,
- o vykonávať činnosť v zadymených priestoroch,
- o dotýkať sa vodičov elektrickej energie a vodivých kovových predmetov,
- o pohybovať sa v nebezpečných miestach,
- o rozkladať oheň v lesných porastoch a na miestach s možnosťou vzniku požiaru,
- o piť vodu z nepreverených vodných zdrojov.

Na zaistenie bezpečnosti sa musia dodržiavať tieto špecifické opatrenia:

- a) dodržiavať stanovené bezpečnostné opatrenia pre činnosť v príslušnom objekte (mieste),
- b) pri činnosti v rámci účelového cvičenia zabezpečiť jednotlivé miesta proti poškodeniu,
- c) zabrániť prípadnému narušeniu inžinierskych sietí a technologických zariadení výrobného procesu,
- d) uskutočniť prieskum predpokladaných miest účelového cvičenia,
- e) priestory činnosti označiť stanovenými značkami (tabuľkami).

Pri činnosti v lesných priestoroch:

- a) uskutočniť prieskum a označiť nebezpečné a nepriechodné miesta,
- b) zaistiť dodržiavanie všetkých protipožiarnych opatrení,
- c) zabezpečiť zdravotnícke opatrenia pri možnom úraze, proti uštipnutiu otravám a pod.

Učebné zdroje

Na podporu a aktiváciu vyučovania a učenia žiakov sa využívajú: encyklopédie, odborná literatúra, časopisy, obrázkový materiál, nástenné obrazy, odborné publikácie k daným témam, webové stránky, materiálno-technické a didaktické prostriedky, ktoré má škola k dispozícii.