

Vzdělávací obor: **Výchova ke zdraví a bezpečí**

Očekávaný výsledek učení: CZB-VZB-001-ZV9-005

Uplatňuje osvojené návyky a dovednosti v situacích úrazů a náhle vzniklých stavů, v rámci svých možností poskytne první pomoc ve škole.

Popis úrovně Splněno

- Rozpozná v modelových situacích zjevný rozsah poranění osob, rozliší drobná poranění od závažných akutních stavů vyžadujících okamžitou pomoc.
- Předvede správný způsob volání na záchranou službu a komunikaci s operátorem.
- Rozhodne v modelových situacích o postupu při poskytování první pomoci a vybere vhodné pomůcky, které je třeba použít při ošetření zraněných.
- Předvede v modelové situaci bezpečné ošetření poranění a základní způsoby ošetření závažnějších úrazů a náhle vzniklých poruch zdraví.
- Popíše zásady resuscitace v situacích ohrožujících život a na modelu předvede základní úkony.
- Rozpozná potřebu akutní psychické první pomoci, kontaktuje odpovědnou osobu či přivolá odbornou pomoc.

Jsme připraveni a pomůžeme

Autorky materiálu: Eva Marádová, Miroslava Kovaříková

Anotace

Ilustrace rozvíjí znalosti, dovednosti a způsoby chování žáků v situacích úrazu či náhlé poruchy zdravotního stavu (akutní stavy, ošetření poranění, poskytnutí první pomoci, přivolání záchrané služby), které mohou rozhodovat o zdraví a životech lidí. Rozvíjí týmovou spolupráci žáků při řešení modelových situací týkajících se postupů při poskytování první pomoci. Žáci dostávají příležitost uvědomit si potřebu zvládnutí úkonů poskytování první pomoci pro ochranu zdraví a života. Rozvíjení potřebných dovedností vnímají jako nedílnou součást celoživotního učení. Jsou motivováni k sebereflexi v oblasti připravenosti a ochoty poskytnout první pomoc, což podporuje jejich odpovědnost za celoživotní učení.

Postup realizace / Zadání pro žáky

Úvod – motivace

Vyučující osloví žáky vstupními otázkami:

- *Chystáte se o prázdninách na brigádu? Kam?*
- *Proč jste volili právě tuto aktivitu?*
- *Přemýšleli jste o situacích, které mohou nejenom o prázdninách nastat v souvislosti s poskytováním první pomoci?*

- *Dostali jste se do situace, kdy bylo třeba poskytnout někomu první pomoc?*
- *O jaké situace se jednalo?*
- *Jak jste reagovali?*

Hlavní část – práce s příběhem

Přečtěte si následující text. Rozdělte se do skupin. Ve skupinách diskutujte otázky uvedené pod textem.

Tomáš v roli praktikanta

Tomáš byl nadšený – letos poprvé jel na letní tábor, ale ne jako běžný účastník. Na základní škole absolvoval kurz první pomoci a díky tomu letos získal místo praktikanta na táboře v přírodě nedaleko jejich města. Před odjezdem absolvoval několik hodin příprav a nácviků, jak správně ošetřit různá zranění, od drobných odřenin až po případné zlomeniny. „To snad ani nebudu potřebovat,“ vyjádřil se před kamarády, kterých se vyptával na jejich zkušenosti, protože už na táboře jako praktikanti byli. Tomáš si připravil aktivity pro celotáborovou hru a těšil se na nové zážitky. Cítil, že je dobře připraven, ale zároveň byl trochu nervózní, jestli všechno zvládne.

První dny na táboře probíhaly skvěle. Tomáš pomáhal s úklidem, organizoval hry a sledoval děti, aby se jim nic nestalo. Jedno odpoledne však došlo k nehodě. Malý Jakub při běhání spadl a poranil si koleno – měl odřeninu, která silně krvácela, a v ráně byly nečistoty. Jakub hodně brečel.

Tomáš neváhal. Rychle si připomněl, co se naučil na kurzu první pomoci. Nejprve uklidnil Jakuba, pak mu jemně očistil ránu vodou, opatrně odstranil všechny nečistoty a ránu sterilně zakryl mastnou gázou, kterou měl k dispozici ve zdravotnické tašce. Později ránu ještě několikrát zkontroloval a po návratu do tábora Jakuba předal táborové zdravotnici.

Děti i vedoucí byli Tomášem velmi překvapeni a všichni mu děkovali za jeho pomoc a zodpovědnost. Tomáš cítil obrovskou radost a hrdost, že mohl někomu pomoci a přitom využít to, co se naučil.

Tábor pokračoval dál a Tomáš si uvědomil, jak je důležité umět poskytnout první pomoc. Byla to zkušenost, kterou nikdy nezapomene – a možná jednoho dne právě tyto dovednosti zachrání život někomu velmi blízkému.

1. Přemýšlejte, proč si Tomáš zvolil právě tuto aktivitu na letní brigádu?
2. Co se Tomáš naučil na kurzu první pomoci?
3. Jak Tomáš reagoval, když si jedno z dětí poranilo koleno?
4. Jaké kroky podnikl Tomáš při ošetřování odřeniny Jakuba?
5. Jaký byl Tomášův pocit poté, co pomohl Jakubovi?
6. Proč je podle tebe důležité umět poskytnout první pomoc?
7. Co by měla obsahovat lékárnička v dětském letním táboře?
8. Které potřeby pro ošetření úrazu by měl mít u sebe každý vedoucí?
9. Jak by ses zachoval ty, kdybys byl svědkem podobné situace na táboře?
10. Jaký vliv měla Tomášova pomoc na ostatní děti a vedoucí tábora?

Společná reflexe – jednotlivé skupiny sdílí s ostatními odpovědi na zadané otázky. Diskuse se soustřeďuje na význam zvládnutí základních úkonů při poskytování první pomoci pro každého člověka. Pozornost je věnována obsahu lékárničky.

Žáci uvádějí konkrétní příklady, kterými dokumentují potřebu naučit se poskytovat první pomoc a nutnost neustále se v jednotlivých dovednostech zdokonalovat. Mají prostor propojovat vzdělávací obsah (postupy při poskytování první pomoci) s vlastními zkušenostmi, argumentují přímé uplatnění osvojených dovedností v situacích každodenního života.

Individuální úkol – metodou volného psaní

Napiš osobní výpověď na téma „Pomůžu zachránit zdraví a život“.

Piš o tom, jak hodnotíš svou aktuální připravenost a ochotu pomáhat v situacích ohrožení zdraví a života: Co všechno už umíš z oblasti poskytování první pomoci? O čem budeš přemýšlet a jak se zachováš, kdyby ses dostal/a do skutečné situace, kde někdo jiný potřebuje tvou pomoc? Které dovednosti bys uplatnil/a, v čem sis jistý/jistá a z čeho bys měl/a obavy? Bylo by pro tebe užitečné se ještě něco naučit? Co pro tebe osobně znamená, že umíš poskytnout první pomoc?

Shrnutí

Osobní výpovědi shromážděte. Není nutné je zveřejňovat, pouze na základě dobrovolnosti mohou někteří žáci s jejich obsahem (nebo s některými myšlenkami) seznámit ostatní. K výpovědím se můžete vracet v následujících výukových lekcích souvisejících s problematikou podpory zdraví a ochrany bezpečí.

Vazba na klíčové kompetence

Název KK Složka KK Kód OVU	Znění OVU	Vzdělávací strategie
KK k učení Smysl a cíl učení, celoživotní učení KKU-SMU-000- ZV9-001	<i>Uvědomuje si důležitost celoživotního charakteru učení.</i>	-propojuji výuku se zkušeností žáků a zprostředkovávám jim smysl vyučovaného obsahu (proč se konkrétní obsah či kompetenci učí) -podporuji žáky k dalšímu učení tím, že oceňuji jejich silné stránky, jejich snahu, pokrok a úspěchy -podporuji u žáků postoje (nastavení mysli), které jim pomáhají rozvinout a udržet motivaci -umožním žákům vidět celkový rámec učiva a porozumět, jak jednotlivé lekce přispívají k jejich celkovému rozvoji osobnosti -podporuji žáky v tom, aby projevovali své názory a potřeby a nebáli se při svém učení chybovat, o chybách přemýšleli a dále se z nich učili, odkrývám žákům vlastní chyby jako příležitosti k učení -poskytuji zpětnou vazbu, která je konkrétní a umožňuje žákům cíleně zlepšovat jejich dovednosti -vedu žáky k sebehodnocení na základě kritérií, kterým rozumějí, a podporuji tím jejich odpovědnost za vlastní učení

Metodický komentář pro učitele

- Motivujte žáky vstupními otázkami k zamyšlení o vlastních zkušenostech s ošetřováním zranění a situacích, kdy byli účastníky události, při níž bylo třeba poskytnout první pomoc.
- Ponechte žákům ve skupinách dostatek času na analýzu příběhu Jakuba a na diskusi k daným otázkám.
- V diskusích propojujte zkušenosti žáků s aktuálním vzdělávacím obsahem a odhalujte s nimi smysl jejich učení.
- Pro obsahové shrnutí zásad ošetření poranění využijte aktuální materiály, např. Českého červeného kříže.

- Věnujte pozornost obsahu lékárníčky, poskytněte žákům ukázky lékárníček, které se zpravidla používají v letních dětských táborech. Zdůrazněte, které základní potřeby by měl mít vedoucí/praktikant vždy „po ruce“.
- Vytvořte bezpečné edukační prostředí pro tvorbu individuálního úkolu – podporujte žáky v tom, aby vyjádřili své názory a potřeby, zhodnotili svou vlastní připravenost a ochotu poskytovat v případě potřeby první pomoc (umím – dokážu to – musím – chci).
- Poskytujte žákům zpětnou vazbu, vyzdvihněte jejich úsilí zvládnout úkony první pomoci a přesvědčení, že celoživotní učení – rozvíjení právě těchto dovedností – má smysl.
- Výsledky volného psaní – osobní výpovědi žáků uschovejte. Není nutné je zveřejňovat, pouze na základě dobrovolnosti mohou někteří žáci s jejich obsahem (nebo s některými myšlenkami) seznámit ostatní. Dle potřeby se k výpovědím můžete vracet v následujících výukových lekcích souvisejících s problematikou podpory zdraví a ochrany bezpečí.
- Sebereflexe je významná pro rozvíjení prosociálního chování a vnímání etického rozměru v otázkách zdraví a bezpečí.
- Oceňujte přístup žáků k dané problematice, k jejich snaze získávat další znalosti a dovednosti v oblasti poskytování první pomoci a uvažovat o reálné vlastní připravenosti potřebnou pomoc poskytnout.

Popis ověřování

Pozorování a diskuse

Učitel

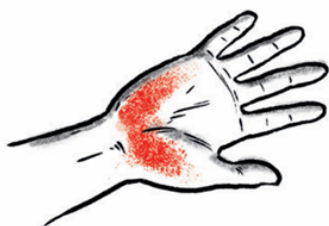
- pozoruje činnost žáků ve skupinách při analýze příběhu „Tomáš v roli praktikanta“, podporuje žáky v diskusi (promítání vlastních zkušeností do řešení jednotlivých otázek) a formativně hodnotí obsahovou správnost odpovědí;
- ověřuje, jak rychle a odpovědně se žáci dokáží rozhodovat v modelových situacích ošetřování úrazu;
- sleduje, jak dokáží žáci zvažovat míru své připravenosti poskytnout první pomoc, vnímat své vlastní rezervy, sdílet je a usilovat o zlepšení;
- sleduje, nakolik žáci projevují empatii a ochotu pomáhat, tj. skutečně první pomoc poskytnout;
- klade otázky a ověřuje, do jaké míry žáci dokáží obhajovat a zdůvodňovat potřebu celoživotního učení v oblasti poskytování první pomoci.

Reflexe

- *Co jsem se dnes naučil/a?*
- *Zapojil/a jsem se do aktivity ve skupině?*
- *Uplatnil/a jsem své zkušenosti?*
- *Cítil/a jsem se při práci v týmu bezpečně?*
- *Co mě na příběhu Tomáše nejvíc zaujalo?*
- *Dokázal/a bych správně ošetřit poranění v reálné situaci?*
- *Co bych se ještě chtěl/a naučit?*

Materiály pro výuku

RÁNY A ODŘENINY



DROBNÁ RÁNA

- ránu umyjeme čistou vodou
- sterilně zakryjeme a držíme v čistotě

ODŘENINA

(POVRCHOVÁ RÁNA SE ZNEČIŠTĚNÍM)

- ránu umyjeme čistou vodou
- jemně, ale důkladně odstraníme veškeré nečistoty
- sterilně zakryjeme – k zakrytí je vhodná mastná gáza
- ránu sledujeme, a jestliže začne jevit známky infekce, vyhledáme lékaře

JAK ODSTRANIT NEČISTOTY Z RÁNY

- ránu vypláchneme proudem vody
- proud vody můžeme získat tím, že do láhve s vodou uděláme pomocí nože malý otvor a láhev potom zmáčkne
- když nečistoty v ráně stále zůstávají, pomocí gázy nebo jiné textilie je uvolníme
- pak ránu opět vypláchneme a postup opakujeme, dokud není čistá

RÁNU PŘED
OBVÁZÁNÍM
UMYJEME
DOSTATEČNÝM
MNOŽSTVÍM VODY.

KOMPLIKOVANÉ RÁNY

- kousnutí od psa (nebo jiného zvířete): zjistíme majitele psa; i s menší ránou vyhledáme lékaře, je zde vysoké riziko infekce
- rána na hlavě: prověříme možné příznaky otřesu mozku
- cizí těleso uváznuté v ráně: předmět z rány nevyjímáme
- oddělení některé části těla: jakoukoli část zachováme pro lékařské ošetření

- Zdroj: Český červený kříž [untitled](#)