

ŠTÁTNY PEDAGOGICKÝ ÚSTAV

ŠTÁTNY VZDELÁVACÍ PROGRAM

OCHRANA ŽIVOTA A ZDRAVIA

(Prierezová téma)

PRÍLOHA ISCED 1

Posúdila a schválila ÚPK pre telesnú a športovú výchovu pri ŠPÚ

Bratislava 2009

CHARAKTERISTIKA UČIVA

Povinné učivo „Ochrana života a zdravia“ (OZO) sa v základných školách realizuje prostredníctvom vyučovacích predmetov štátneho vzdelávacieho programu a obsahom samostatných organizačných foriem vyučovania – didaktických hier a účelových cvičení. Aplikuje sa v ňom učivo, ktoré bolo v minulosti súčasťou ochrany človeka a prírody (OČP). Z jeho obsahu bola vyčlenená ochrana prírody a dopravná výchova do iných vzdelávacích oblastí štátneho vzdelávacieho programu. 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 žiakom potrebné teoretické vedomosti, praktické poznatky a formuje ich vzťah k problematike ochrany svojho zdravia a života, tiež zdravia a života iných ľudí.

Formatívna a informatívna zložka učiva sa prezentuje činnosťou žiakov:

- a) morálnou, ktorá tvorí základ ich vlasteneckého a národného citenia;
- 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 (OZO) 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. Učivo obsahuje opatrenia a popis činností pri záchrane života, zdravia a majetku obyvateľov pri odstraňovaní následkov mimoriadnych udalostí. Svojou humánnou podstatou má pre žiakov mimoriadny význam. Sebaochrana a vzájomná pomoc vychádza z práva každého občana byť včas varovaný pred hroziacim nebezpečenstvom varovnými signálmi, zabezpečený individuálnymi ochrannými prostriedkami, evakuáciou a ukrytím. Mimoriadna udalosť môže vzniknúť v rôznych častiach štátu kedykoľvek. Občania nemôžu očakávať okamžité poskytnutie pomoci. Z toho dôvodu musia byť schopní v rámci svojich možností chrániť svoje zdravie a poskytnúť pomoc iným osobám.

Cieľom spoločnosti je pripraviť každého jedinca na život v prostredí, v ktorom sa nachádza. Nevyhnutným predpokladom k tomu je aj poznávanie prírodného prostredia. 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.

V obsahu učiva je viac tém, ktoré sa odvíjajú zo základov takých oblastí, ktoré môžu prispieť k rozvoju vedomostí, zručností a návykov pre ochranu človeka a spoločnosti. Pre dosiahnutie cieľov využíva OZO 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.

OBSAH A REALIZÁCIA UČIVA

Odbornú zložku učiva napĺňajú tematické celky s uvedeným obsahom:

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

Na realizáciu učiva OZO sa využívajú viaceré organizačné formy:

Didaktické hry (DH) v 1. – 4. ročníku sa konajú v prírode 1 raz v roku v trvaní 4 hodín. Pred DH realizujeme deň prípravy najmä na teoretickú časť v rozsahu 2 – 4 hodín podľa náročnosti plánovaných činností. Didaktické hry nezamieňame s cvičeniami v prírode v rámci telesnej výchovy - učivo z turistiky.

Didaktické hry možno vykonať po ročníkoch – triedach. 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 TV,
- príprava učiteľov na proces v DH.

Špeciálne školy si upravujú obsah jednotlivých tém a metodické postupy vo výučbe OZO podľa schopností žiakov a priestorových podmienok.

Obsah tematických celkov

3.1

- a) Riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana
 - naša obec – všeobecná charakteristika;
 - evakuácia školy v prípade ohrozenia – postup opustenia školy, miesto zhromaždenia, presun do bezpečného priestoru;
 - signály civilnej ochrany a činnosť žiakov po ich vyhlásení;
 - horľaviny a ich následky.
- b) Zdravotná príprava
 - vybavenie domácej lekárničky a jej využitie pri poskytnutí prvej pomoci; nebezpečenstvo svojvoľného použitia liekov;
 - ošetrovanie odrenín ruky, nohy, prstov a hlavy;
 - privolanie pomoci k zranenému;
 - význam symbolu Červený kríž.
- c) Pohyb a pobyt v prírode
 - orientácia v mieste školy a jej okolí;
 - určenie svetových strán podľa slnka;
 - významné budovy a ich účel – zdravotné stredisko, lekáreň, pošta, telefón; predajňa, železničná a autobusová stanica, miestny úrad;
 - historické objekty našej obce – pamätné domy, zrúcaniny, pamätníky, múzeá, galérie;
 - poznávanie zelene v okolí obce;
 - správanie sa k osamelým zvieratám.

3.2

- a) Riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana

- možnosti vzniku mimoriadnych udalostí v prírode a na objektoch;
 - zoznámenie sa s detskou ochrannou maskou (DM-1, CM3-3/h), určenie veľkosti;
 - druhy signálov civilnej ochrany a činnosť žiakov na vyhlásenie varovného signálu „Všeobecné ohrozenie“;
 - evakuácia školy v prípade ohrozenia požiarom;
 - protipožiarne stanovište, kde sa nachádza zbor požiarnej ochrany a spôsob jeho privolania;
 - nebezpečenstvá pri zaobchádzaní s elektrickým a plynovým zariadením;
 - zápalky, zapaľovače a horľaviny.
- b) Zdravotná príprava
- kedy a kadiaľ do zdravotného strediska;
 - správanie sa v čakárni, u lekára a pri školských lekárskejších prehliadkach;
 - pomoc lekárov chorým a zraneným;
 - ochrana pred chorobami, účelné obliekanie;
 - ochrana a prvá pomoc pri zistení kliešť'a, uštipnutí zmijou, osou a včelou.
- c) Pohyb a pobyt v prírode
- význam vody v prírode, pitie povrchovej vody;
 - jedovaté rastliny, jedovaté huby;
 - zásady správneho a bezpečného správania sa v prírode;
 - zvieratá vo voľnej prírode, nebezpečenstvo besnoty;
 - značenie turistických chodníkov.

3.3.

- a) Riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana
- evakuácia žiakov pri ohrození školy a jej okolia – prírodné katastrofy, živelné pohromy a výhrazné správy;
 - varovné signály CO a činnosť žiakov pri ich vyhlásení;
 - druhy mimoriadnych udalostí a spôsob ich vyhlasovania;
 - poloha školy, ulice, oboznámenie sa so zdrojmi ohrozenia.
- b) Zdravotná príprava
- všeobecné zásady ochrany zdravia aplikované na časti ľudského tela a časti tváre; starostlivosť o chrup;
 - hygiena tela, bielizne, šiat;
 - správna životospráva – jedlo, spánok, oddych, učenie;
 - ošetrovanie a obväzovanie prstov ruky, lakt'a, oka, hlavy.
- c) Pohyb a pobyt v prírode
- okolie našej obce, stanovište našej školy;
 - orientácia podľa poludňajšieho tieňa;
 - približné určovanie významných budov a iných dominant v okolí podľa svetových strán;
 - tvary zemského povrchu – rovina, pahorkatina, vysočina, kopec, hora, úbočie, svah, úpätie;
 - chránené územie, objekty a prírodné útvary v obci a jej okolí.

3.4.

- a) Riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana
- nebezpečné látky v okolí školy (amoniak, chlór a pod.), zásady ochrany, prvá pomoc pri zasiahnutí organizmu;
 - použitie detskej ochrannej masky, nasadzovanie spolužiakovi (DM-1, CM3-3/h);

- význam a použitie improvizovaných prostriedkov individuálnej ochrany – protichemickej a protiradiačnej;
 - ukážka detského ochranného vaku (DV-75) a detskej kazajky (DK-88);
 - činnosť pri varovných signáloch CO;
 - zásady vykonania čiastočnej hygienickej očisty.
- b) Zdravotná príprava
- starostlivosť o vitálne ústroje ľudského organizmu;
 - zdravie a choroby, nákazlivé choroby a ochrana pred nimi;
 - obväzovanie nohy, kolena, lýtka, stehna;
 - jednoduché obväzovanie ovínadlami a šatkami pri povrchovom poranení rúk, nôh, prstov.
- c) Pohyb a pobyt v prírode
- určovanie hraníc SR a susediacich štátov na mape;
 - určovanie nadmorských výšok na mape okolia;
 - jednoduchý odhad krátkych vzdialeností;
 - jednoduchý náčrt pochodu, kresba okolia stanovišťa – panoráma;
 - čítanie z mapy – podľa farieb a topografických značiek;
 - určovanie svetových strán na mape a podľa mapy;
 - starostlivosť o lesné zvieratá a vtáctvo;
 - význam čistého ovzdušia pre človeka a prírodu;
 - zásady uhasenia ohniska.

Vzdelávací štandard

učiva ochrany života a zdravia pre primárne vzdelávanie v základných školách s exemplifikačnými úlohami

T e m a t i c k ý c e l o k

Riešenie mimoriadnych udalostí – civilná ochrana

Obsahový štandard:

Naša obec – všeobecná charakteristika. Varovný signál. Povinnosti a činnosti žiakov pri vyhlásení signálov pri vzniku mimoriadnych udalostí. Spôsob evakuácie školy v prípade ohrozenia požiarom. Základné druhy horľavín a ich následky.

Výkonový štandard:

1. Varovné signály a činnosť žiakov po varovaní

Poznať signál „Všeobecné ohrozenie“ a činnosť po jeho vyhlásení.

Povedz, ako sa dozvieš o hroziacom nebezpečenstve.

Uveď, aký tón vydáva siréna pri signáli „Všeobecné ohrozenie“.

Povedz, čím sa líši signál „Všeobecné ohrozenie“ od signálu „Ohrozenie vodou“.

2. Evakuácia školy v prípade ohrozenia

Poznať činnosti pri opustení školy v prípade ohrozenia.

Vymenuj, ktoré materiály v škole, triede sú horľavé.

Ukáž, kde stojíš v skupine pred odchodom z triedy.

Povedz, ktorou cestou pôjdeš z triedy po vyhlásení signálu v prípade ohrozenia.

Uveď príklad, kedy sa evakuuje škola.

Urči miesto, kde sa v škole nachádza sklad civilnej ochrany.

Obsahový štandard:

Možnosti vzniku mimoriadnych udalostí. Druhy varovných signálov. Opatrenia na ochranu životov, zdravia a majetku pri vzniku mimoriadnej udalosti. Spôsob evakuácie. Detská

ochranná maska a jej použitie. Pravidlá správania sa v prípade ohrozenia požiarom. Protipožiarna stanovište. Nebezpečenstvo hroziace pri manipulácii so zápalkami, zapalovačmi a horľavinami, s elektrickým a plynovým zariadením.

Výkonový štandard:

1. Mimoriadne udalosti – možnosti vzniku

Poznať riziká, ktoré ohrozujú život, zdravie, majetok.

Charakterizuj svojimi slovami pojem mimoriadna situácia, udalosť.

Povedz aspoň dve možnosti vzniku mimoriadnej udalosti v prírode a na objektoch.

Povedz, kde v blízkosti školy a tvojho bydliska môže dôjsť k vzniku mimoriadnej udalosti.

Urči, ako znie tón pri vyhlásení varovného signálu „Všeobecné ohrozenie“.

2. Požiarna ochrana

Osvojiť si pravidlá evakuácie pri ohrození požiarom.

Popíš únikovú cestu v prípade vyhlásenia evakuácie pri vzniku požiaru.

Uved', kto a ako vyhlási signál „Horí“ na škole.

Povedz, komu a ako je potrebné ohlásiť požiar.

Poznať nebezpečenstvo pri manipulácii s materiálom umožňujúcim vznik požiaru.

Vysvetli nebezpečenstvo použitia otvoreného ohňa v blízkosti horľavých a výbušných látok.

Urči, kde v škole sú umiestnené hasiace prístroje.

Povedz, čo všetko je potrebné skontrolovať pred odchodom z domu do školy, aby nedošlo k požiaru.

3. Prostriedky individuálnej ochrany

Poznať základné prostriedky ochrany jednotlivca.

Vymenuj bežné dosiahnuteľné prostriedky ochrany jednotlivca.

Povedz, pomocou čoho a ako sa zisťuje veľkosť ochrannej masky.

Obsahový štandard:

Charakteristika jednotlivých druhov mimoriadnych udalostí. Druhy a spôsoby vyhlásenia varovných signálov. Opatrenia na ochranu životov, zdravia a majetku pri vzniku mimoriadnej udalosti. Možné zdroje ohrozenia vzhľadom na polohu školy. Spôsob evakuácie v prípade ohrozenia školy a jej okolia – havária, živelná pohroma, katastrofa. Povinnosti žiakov pri organizácii evakuácie.

Výkonový štandard:

1. Mimoriadne udalosti

Poznať druhy mimoriadnych udalostí a spôsob ich vyhlásenia.

Charakterizuj živelnú pohromu, haváriu, katastrofu.

Povedz, čo urobíš keď zaznie siréna a nenachádzaš sa v škole ani doma, ale vonku.

Povedz, ako sa dozvieš o hrozacom nebezpečenstve a vzniku mimoriadnej udalosti.

Uved', ako dlho počuť sirénu pri signáli „Všeobecné ohrozenie“.

Uved' miesta možností vzniku mimoriadnych udalostí v okolí školy, bydliska.

Vymenuj najčastejšie požiarna nedostatky (poruchy) v škole, v domácnosti.

2. Evakuácia

Osvojiť si základné zákony pri evakuácii školy.

Povedz, ako sa môžeme evakuovať z ohrozeného priestoru.

Vymenuj, ktoré veci sa odporúčajú vziať si zo sebou pri evakuácii – evakuačná batožina.

Uved' hmotnosť evakuačnej batožiny pre deti.

Obsahový štandard:

Nebezpečné (zdraviu škodlivé) látky. Možnosti výskytu nebezpečných látok v okolí školy. Predlekárska pomoc v prípade zasiahnutia organizmu zdraviu škodlivými látkami. Opatrenia na ochranu životov, zdravia v prípade vzniku mimoriadnej udalosti. Čiastočná hygienická očista a jej význam pre ochranu zdravia. Detské ochranné prostriedky (ochranná maska, kazajka, vak), ich význam a použitie.

Výkonový štandard:

1. Nebezpečné látky – druhy, zásady ochrany

Získať prehľad o nebezpečných látkach vyskytujúcich sa v okolí školy a bydliska.

Vymenuj aspoň tri priemyselné podniky (závody), ktoré v okolí školy a bydliska pracujú s nebezpečnými látkami.

Povedz, ktoré zdraviu škodlivé látky poznáš.

Urči, v ktorom smere sa šíri nebezpečná látka pri poveternostných podmienkach a ktorým smerom opustíš ohrozený priestor.

Povedz, načo môžu byť použité nebezpečné látky v prípade teroristického útoku.

2. Detské prostriedky individuálnej ochrany

Poznať základné prostriedky ochrany detí.

Vymenuj najzákladnejšie prostriedky detskej ochrany dýchacích ciest a očí.

Uveď vek detí pre použitie ochrannej masky DM 1.

Vymenuj najznámejšie prostriedky na improvizovanú ochranu celého tela.

Urči, v akej polohe je maska v prípade jej nasadenia.

Uveď základné činnosti pri čiastočnej hygienickej očiste tela a vysvetli jej význam.

T e m a t i c k ý c e l o k

Pohyb a pobyt v prírode

Obsahový štandard:

Orientácia v mieste školy a jej okolí. Osvojiť si vedomosti, zručnosti a pohyb v teréne podľa prírodných úkazov. Základné informácie o významných budovách a ich účele. Historické objekty v obci a jej okolí.

Výkonový štandard:

1. Orientácia v mieste školy a jej okolí

Poznať svoju školu.

Uveď názov ulice, na ktorej sídli škola.

Urči miesto tvojej triedy v budove školy.

Ukáž na pláne školy jedáleň, telocvičňu, východ z budovy.

Poznať okolie školy.

Vymenuj najmenej dve ulice, ktorými prechádzaš cestou z domu do školy.

Uveď presnú adresu svojho bydliska.

2. Určovanie svetových strán

Poznať svetové strany

Ukáž, kde na obzore vychádza a kde zapadá slnko.

Vysvetli určovanie svetových strán podľa slnka.

3. Významné budovy a ich účel

Poznať významné budovy v mieste bydliska a školy.

Popíš presné miesto, kde sa nachádza zdravotné stredisko v obci.

Uved' približné miesto pošty.

Vymenuj dopravné prostriedky, pomocou ktorých sa dostaneš do školy.

Zhotov jednoduchý náčrt dôležitých budov v okolí školy a mieste bydliska.

Obsahový štandard:

Význam vody v prírode a jej konzumácia. Zásady správneho a bezpečného správania sa v prírode. Jedovaté huby. Značenie turistických chodníkov.

Výkonový štandard:

1. Príroda – charakteristika a význam

Charakterizovať význam vody v prírode.

Povedz, ktorá rieka preteká v mieste tvojho bydliska, alebo okolí.

Povedz, čím sa znečisťuje voda v prírode.

Poznať jedovaté huby.

Rozlíš jedovaté huby na obrázku.

2. Správanie sa a pohyb v prírode

Poznať zásady pohybu a pobytu v prírode.

Povedz, prečo nemáme poškodzovať prírodu.

Opíš možné následky nesprávneho ukrytia pred bleskom.

Poznať turistické chodníky.

Urči miesto, kde sa nachádza najbližší turistický chodník v okolí školy, obce.

Popíš, ako sa označujú turistické chodníky.

Obsahový štandard:

Okolie obce, chránené územia, objekty a prírodné útvary. Orientácia podľa poludňajšieho tieňa. Hlavné a vedľajšie svetové strany. Významné budovy a dominanty v okolí. Tvary zemského povrchu.

Výkonový štandard:

1. Orientácia v teréne

Poznať stanovište a okolie školy.

Urči najvýhodnejšie miesto v okolí školy na pozorovanie.

Povedz, ako určujeme svetové strany podľa tieňa.

Urči hlavné svetové strany podľa poludňajšieho tieňa.

Vymenuj hlavné a vedľajšie svetové strany.

Určiť významné budovy podľa svetových strán.

Ukáž hlavné svetové strany pred vchodom do školy.

Nakresli, čo dôležité sa nachádza severne, východne, západne a južne od vchodu do školy.

Povedz, ktoré sú hlavné časti kompasu, alebo buzoly.

Urči, na ktorú svetovú stranu ukazuje tmavý koniec strelky.

Urči pomocou kompasu alebo buzoly, čo sa nachádza od vášho stanovišťa na vedľajších svetových stranách.

2. Tvárnosť krajiny

Charakterizovať tvárnosť okolia obce, mesta.

Uved' rozdiel medzi rovinou a pahorkatinou.

Povedz, ktorý je najvyšší vrch v okolí obce.

Opíš Vysoké Tatry z hľadiska tvárnosti.

Obsahový štandard:

Hranice Slovenskej republiky a ich poloha k susedným štátom na mape. Význam čistého ovzdušia pre človeka a prírodu. Základné zásady pri táborení v prírode. Základné úkony práce s mapou – určovanie svetových strán podľa mapy, čítanie z mapy podľa farieb a základných topografických značiek, určovanie nadmorských výšok a jednoduchý odhad krátkych vzdialeností. Jednoduchý náčrt pochodu, panoramatický náčrt.

Výkonový štandard:

1. Mapy, základné činnosti pri práci s mapou

Vedieť základné úkony pri práci s mapou.

Urči na mape sever a ostatné svetové strany.

Uveď štáty, s ktorými máme spoločné hranice.

Ukáž na mape miesto kde žiješ.

Poznať základné topografické značky a čítanie z mapy.

Urči na mape Slovenska najznámejšiu nížinu a vysočinu.

Uveď farbu, ktorá sa používa pre označenie riek a jazier na mape.

Nájdí na mape dve jaskyne.

Poznať obsah mapy.

Povedz, podľa čoho určíš, kde je na mape sever.

Povedz, akou topografickou značkou sa značí obec, cesty a železnice.

Ukáž na mape vrstevnicu a charakterizuj ju.

Urči výškový rozdiel dvoch ľubovoľných bodov na mape.

2. Typy náčrtov a zhotovenie jednoduchého náčrtu

Zhotovenie jednoduchých náčrtov pochodu.

Nakresli jednoduchý plán (situačný náčrt) ulice, na ktorej sa nachádza škola.

Popíš rozdiel medzi situačným a panoramatickým náčrtom.

Vedieť vysvetliť odhad vzdialeností.

Urči dĺžku svojho kroku a dvojkroku.

Opíš spôsob jednoduchého odhadu vzdialenosti krokovaním.

T e m a t i c k ý c e l o k

Zdravotná príprava

Obsahový štandard:

Význam poskytnutia prvej pomoci. Vybavenie domácej lekárničky a jej využitie. Nebezpečenstvo svojvoľného použitia liekov. Význam symbolu Červený kríž. Spôsob privolania pomoci k zranenému. Ošetrenie jednoduchých poranení rúk, nôh a hlavy.

Výkonový štandard:

1. Prvá pomoc s použitím domácej lekárničky

Poznať a charakterizovať prvú pomoc.

Povedz, komu je potrebné nahlásiť úraz.

Nakresli znak (symbol) Červeného kríža, ktorý vidíš na lekárničke.

Poznať funkciu domácej lekárničky.

Povedz, prečo deti nesmú svojvoľne užívať lieky.
Vymenuj tri lieky alebo zdravotné pomôcky, ktoré by nemali chýbať v domácej lekárničke.
Uveď tri najdôležitejšie obvazové pomôcky.
Povedz, kde všade by nemala chýbať lekárnička.

2. Jednoduché rany

Poznať postup ošetrovania jednoduchých poranení.

Urči, akým prostriedkom vyčistíš ranu.
Vysvetli, na čo slúžia rýchloobväzy (náplasti).
Ukáž na spolužiakovi ošetrovanie odreniny chrbta ruky.

Obsahový štandard:

Návšteva lekára v zdravotnom stredisku. Správanie sa v zdravotníckych zariadeniach. Úloha lekára pri pomoci chorým a zraneným. Prevencia pred chorobami a preventívne opatrenia proti uštipnutiu hmyzom.

Výkonový štandard:

1. Významné strediská z hľadiska zdravotnej prevencie a liečenia

Poznať významné zdravotnícke zariadenia.

Uveď, kde sa nachádza zdravotné stredisko v mieste tvojho bydliska.
Opíš, na aký účel slúži ľuďom nemocnica.
Vysvetli, ako sa správať v čakárni u lekára.

2. Starostlivosť o zdravie

Poznať zásady starostlivosti o zdravie.

Vysvetli význam povolania lekár.
Uveď, akých lekárov si navštívil a ako pomáhajú chorým a raneným.
Povedz, ktorým športom si upevňuješ zdravie.
Uveď, aká strava je pre človeka najzdravšia.

3. Neprijemné poranenia

Poznať zásady ošetrovania nepríjemných poranení.

Uveď, na aké poranenie použiješ studený obklad.
Povedz, pomocou čoho vytiahneš žihadlo zapichnuté v koži.
Povedz názov jediného jedovatého hada u nás.
Charakterizuj, ako vyzerá miesto so zahryznutým kliešťom.

Obsahový štandard:

Zásady ochrany zdravia. Hygiena tela a starostlivosť o chrup. Správna životospráva. Ošetrovanie a obväzovanie rán na prstoch ruky, lakťa, oka a hlavy.

Výkonový štandard:

1. Ochrana zdravia

Poznať časti ľudského tela a zásady správnej životosprávy.

Vymenuj hlavné časti ľudského tela.
Povedz, ako sa máš správne starať o svoje zuby.
Povedz, prečo človek potrebuje pravidelný a dostatočný spánok.
Vymenuj základné zásady správnej životosprávy.

2. Prvá pomoc pri poranení hornej končatiny a hlavy

Poznať zásady ošetrovania a obväzovania.

Vysvetli, prečo je potrebné každé poranenie okamžite ošetriť.

Popíš, ako by si ošetril povrchové poranenie hlavy.

Ukáž na spolužiakovi ošetrovanie odreniny lakťa.

Na poranené prsty ruky použi správny obvaz.

Obsahový štandard:

Základné životné funkcie ľudského organizmu a ich význam. Hodnota zdravia, nákazlivé choroby a ochrana pred nimi. Pojmy prvej pomoci. Obvazová technika kolena a lýtka. Použitie trojrohej šatky pri znehybnení hornej končatiny. Zásady poskytovania prvej pomoci pri jednoduchých poraneniach.

Výkonový štandard:

1. Základné životné funkcie

Poznať, kedy človek potrebuje prvú pomoc.

Povedz, čo patrí k základným životným funkciám ľudského tela.

Uved', ako realizujeme kontrolu vedomia.

Ukáž na spolužiakovi, kde položíme ruky pri kontrole dýchania.

Ukáž miesta, kde nahmatáme pulz.

2. Praktické precvičenie obvazovej techniky pri jednoduchých poraneniach horných a dolných končatín

Poznať zásady obvazovej techniky.

Uved', kedy používame obvínadlo a kedy šatkový obvaz.

Vysvetli, na čo musíme dávať pozor pri prikladaní obvínadla.

Demonštruj, ako sa prikladá obvínadlo.

Ukáž dva spôsoby ako upevníme koniec obvínadla.

Demonštruj na spolužiakovi špirálový obvaz lýtka a znehybnenie hornej končatiny trojrohou šatkou.

PROCES

Učivo „Ochrana života a zdravia“ má niekoľko špecifik a odlišností od ostatných vyučovacích predmetov v základnej škole. Základným znakom učiva OZO je, že hoci nemá vyučovací predmet, je učivo pre žiakov prvej a druhej zdravotnej skupiny povinné a výsledky sa neklasifikujú. Poslanie učiva je zamerané prípravou žiakov v koedukovanej forme na správne činnosti a konania v prípade vzniku nebezpečnej mimoriadnej situácie. Žiaci si v priebehu výchovného a vzdelávacieho procesu osvojujú potrebné vedomosti, zručnosti, návyky a schopnosti.

Zvláštnosťou učiva OZO je viac tematický obsah navzájom nie podobný. Pre osvojovanie vedomostí a zručností sa využívajú najmä didaktické hry, prípadne niektoré vhodné poznatky z iných oblastí vzdelávania. Používané metódy rešpektujú bežné didaktické postupy, žiada sa však uplatňovať menej verbálne a viac názorné metódy, cvičenia a kontroly. Dôležitú funkciu plnia aktivizujúce a motivačné hodnotenia, samostatné alebo skupinové činnosti. Žiaci majú v priebehu osvojovania učiva získať poznatky o potrebnosti a nenahraditeľnosti učiva pri vzniku a priebehu mimoriadnej situácie. Odporúčame spracovať a skoordinať učivo vybraných vyučovacích predmetov k jeho využitiu v medzipredmetových vzťahoch v prospech učiva OZO. Prvky učiva sú zapracované do učebných osnov povinných predmetov (telesná výchova, vlastiveda, prvouka, výtvarná výchova) a sú ich integrálnou súčasťou.

Rozdielnosť v procese vyučovania učiva OZO je, že sa realizuje prevažne mimo učební so špecifickým materiálom a učebnými pomôckami. Dávame na zváženie zaradenie niektorých tém do DH vzhľadom na:

- priestorové podmienky školy,
- blízkosť vhodného terénu,
- dostupnosť materiálu a pomôcok na precvičovanie,
- náročnosť, alebo neprimeranosť požiadaviek a úloh na žiakov vzhľadom na pohlavie a vek,
- odbornú pripravenosť pedagogických pracovníkov.

Na procese realizácie učiva sa okrem tém vo vybraných povinných predmetoch didaktických hier podieľajú aj:

- školský režim (disciplinovanosť a kolektivismus),
- civilná ochrana a objektová ochrana,
- záujmová činnosť (príprava mladých zdravotníkov, požiarnikov, záchranárov CO, športových strelcov a pod.),
- spolupráca so špecifickými organizáciami a združeniami ako Armáda SR, Slovenský skauting, Sokol, Orol, SČK, Slovenský zväz ochrancov prírody, Združenie technických a športových činností SR.

Nakoľko sa učivo nerealizuje v samostatnom predmete, je potrebné, aby riaditeľ školy zabezpečením a usmernením učiva poveril zodpovedného učiteľa. Osobitnú pozornosť je treba venovať príprave a rozširovaniu materiálového zabezpečenia výučby, ktoré vzhľadom na prevažujúci praktický charakter výučby bezprostredne ovplyvňuje kvalitu plnenia cieľov.

Poverení organizátori zodpovedajú za účelné sklbenie organizačnej a metodologickej stránky tejto náročnej formy vyučovania. Odporúča sa vypracovať námetovú situáciu a túto spojiť so súťažami tried po ročníkoch. Vzhľadom na priestorové a materiálne ťažkosti je vhodné v jeden deň organizovať didaktické hry maximálne s tromi triedami.

Bezpečnostné opatrenia pri didaktických hrách na školách

Za organizáciu ochrany a bezpečnosti pri uskutočňovaní didaktických hier zodpovedá vedúci didaktických hier, ktorý je povinný:

- organizovať označenie priestoru DH 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 v závislosti od miestnych podmienok, aby sa nimi oboznámili všetci účastníci didaktických hier,
- kontrolovať osobne a prostredníctvom svojich zástupcov a pomocníkov dodržiavanie bezpečnostných opatrení počas cvičenia.

Za dodržiavanie bezpečnostných opatrení počas didaktických hier sú zodpovední vedúci na jednotlivých pracoviskách, ktorí sú povinní:

- oboznámiť žiakov so stanovenými bezpečnostnými opatreniami,
- oboznámiť cvičiacich s nebezpečnými miestami a označiť ich,
- kontrolovať dodržiavanie bezpečnostných opatrení, najmä počas imitácie a praktickej činnosti.

Počas didaktických hier je zakázané:

- prevážať imitačné prostriedky spoločne s osobami,
- používať nesprávnu či poškodenú techniku a dopravné prostriedky,
- pohybovať sa a zdržiavať sa v miestach presunov a činnosti techniky,
- používať rádiové stanice bližšie ako 100 m od vedenia vysokého napätia, pracovať s nimi bez uzemnenia,
- používať nesprávne a poškodené imitačné prostriedky, používať ich improvizáciu,
- rozmiestňovať značkárov v miestach nebezpečnej imitácie,
- používať zápalné a dymové prostriedky bližšie ako 50 m od osôb a ľahko zápalných látok (materiálov), dymové prostriedky nepoužívať menej ako 200 m od obydľia a komunikácií,
- uskutočňovať cvičné výbuchy v obytných miestach a na vodných plochách,
- zbierať nepoužité – nevybuchnuté imitačné prostriedky a demontovať ich,
- vykonávať činnosť v zadymených priestoroch bez ochranných pomôcok a zaistenia inou osobou,
- dotýkať sa vodičov elektrickej energie a vodivých kovových predmetov bez preverenia ich odpojenia od elektrickej energie,
- pohybovať sa v nebezpečných miestach,
- vykonávať zemné práce bez súhlasu príslušných územných správnych orgánov,
- rozkladať oheň v lesných porastoch a na miestach s možnosťou vzniku požiaru,
- piť vodu z nepreverených vodných zdrojov.

Na zaistenie bezpečnosti sa musia dodržiavať tieto špecifické opatrenia:

- dodržiavať stanovené bezpečnostné opatrenia pre činnosť v príslušnom objekte (mieste),
- pri činnosti v rámci didaktických hier zabezpečiť jednotlivé miesta proti poškodeniu,
- zabrániť prípadnému narušeniu inžinierskych sietí a technologických zariadení výrobného procesu,
- uskutočniť prieskum predpokladaných miest určených pre didaktické hry,
- priestory činnosti označiť stanovenými značkami (tabuľkami),
- nedovoliť prekročenie noriem pobytu a práce v ochranných maskách a iných ochranných prostriedkoch.

Pri činnosti v lesných priestoroch:

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

Spracoval: Mgr. Ján Slezák, PhD.