

PRVNÍ POMOC



Vypracovaly:

**Hana Veselá, Jitka Švestková,
Martina Zivčáková**

Časová dotace: 5 hodin

Ročník: 5.

1. hodina

„První pomoc“

- **Krátký motivační příběh**
- „Včera mi vyprávěla jedna holčička, co se jí stalo. Šla ze školy jako obvykle, když kolem projel cyklista bez helmy. Vjel na silnici do díry , vyboural se a zůstal ležet na silnici. Holčička byla velmi vyděšená, protože mu tekla z hlavy krev a ona vůbec nevěděla co má dělat. Naštěstí kolem zrovna projíždělo auto, které zastavilo a lidé v něm dali cyklistovi tzv. první pomoc a poté zavolali doktora.“
- „ Tak mě děti napadlo, jestli byste věděly jak zareagovat, kdyby se toto stalo vám?“

- **Myšlenková mapa**
- učitel nakreslí na tabuli slovo PRVNÍ POMOC a děti chodí doplňovat pomocí metody myšlenkové mapy výrazy, které tento pojem podle nich vysvětlují a doplňují.
- **Vlastní zkušenosti dětí**
- děti sedí s učitelem na koberci a společně si vypráví o zkušenostech, jaké zkušenosti s první pomocí mají (zda měli někdy nějaký úraz, byly svědky poskytnutí pomoci, samy někomu pomohly, atd.)
- poté učitel stručně vysvětlí náplň celého dne (lékárnička, jak pomoci, jak zavolat pomoc)

- **Vyvození telefonní čísel 150, 155, 158**
- na tabuli je nakreslený obrázek hořícího domu, vedle něj jsou magnetem připevněné cedulky „policie“, „záchranka“, „hasiči“, „155“, „158“ a „150“
- úkolem dětí je seřadit logicky kartičky podle toho, které složky záchranného systému jsou na místě potřeba nejdříve a k nim přiřadit telefonní čísla
- z toho si mohou vyvodit pomůcku pro zapamatování – nejdříve přijedou hasiči dům uhasit (nejnižší číslo 150), poté je třeba ošetřit zraněné (155) a až na závěr vše vyšetřuje policie (nejvyšší číslo 158)



150

POLICIE

HASIČI

155

ZÁCHRANKA

158

- **Rozdělení do skupin**
- každé z dětí si vylosuje lístečkem, na kterém je jedno ze tří čísel 150, 155, 158
- učitel zakryje na tabuli správně seřazené cedulky názvů s čísly a ověří si, zda si děti čísla zapamatovaly
- úkolem dětí je jít si stoupnout do správného stanoviště (policie, hasič, záchranka), které předem učitel vymezí
- nyní se z dětí stávají hasiči, policisti nebo lékaři a v těchto skupinkách budou pracovat .

2. hodina „obvazy“

- Úvod
- učitel ukáže dětem lékárničku a děti hádají co vše je uvnitř
- poté s nimi učitel probere obsah a vysvětluje dětem na co jaká věc slouží
- na závěr se zastaví u obvazů (učitel ukáže dětem druhy obvazů, děti si na ně mohou sáhnout, zkusit jejich pružnost)





- nůžky a zavírací špendlík
- 3 kusy obvazů
- náplast
- rychloobvaz
- náplast s polštářkem
- trojcípý šátek
- gáza hydrofilní skládaná
- pryžové škrtidlo
- borová voda 2% 100 ml pro výplach očí a oční kapky
- injekční stříkačka sterilní 10 - 20 ml k výplachům
- dezinfekční roztok
- obinadlo elastické
- resuscitační rouška
- léky

- **Práce na stanovištích**
- každá skupinka je přidělena na stanoviště, kde děti najdou napsaný příběh se zadáním úkolu a také potřebné informace s postupy ke správnému splnění úkolu
- děti pracují samostatně, zvolí si svého „figuranta“ a vyberou z nabídky obvazů ten správný, který se k ošetření hodí, učitel prochází mezi skupinkami a kontroluje je

- Stanoviště HASIČI

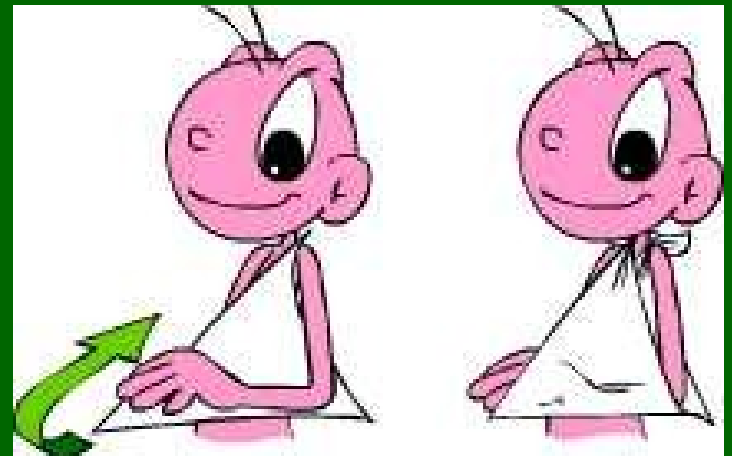
- příběh: *Tomáš hrál před domem fotbal, zakopl a udeřil se o lavičku do hlavy. Nyní má na hlavě ránu, která krvácí. Tomáše je třeba ošetřit a patřičně obvázat.*

-

- děti mají k dispozici na výběr z různých druhů obvazů, postup ke správnému obvázání hlavy a ošetření rány

■ Stanoviště POLICIE

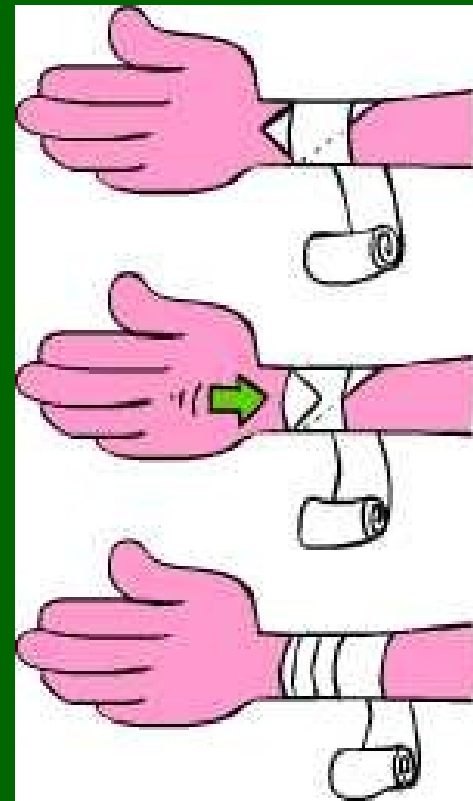
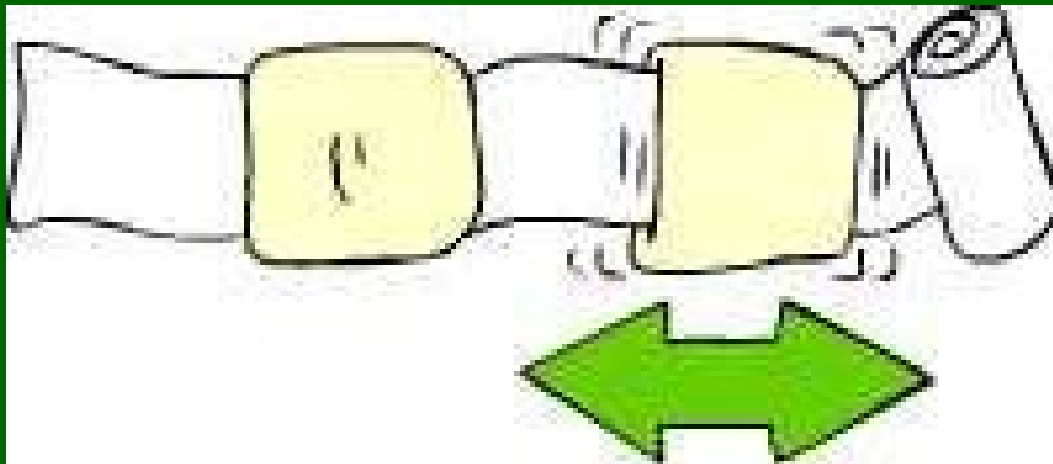
- příběh: Vendulka se jela na projet na kole, nezvládla ale prudkou zatáčku a spadla do strouhy. Nyní ji velmi bolí pravá paže, vypadá to na zlomenou ruku. Je třeba ruku zafixovat vhodným obvazem a také použít šátkový závěs k ulevení ruky od bolesti.
- .
- děti si vyberou správný druh obvazu a podle návodu, který mají k dispozici ruku zavážou a umístí na šátek



Stanoviště DOKTOŘI

příběh: Ondra si krájel na svačinu chleba, když mu sklouzla ruka a on se říznul do ruky. Jedná se tepenné krvácení. Které je třeba zastavit užitím vhodného obvazu.

děti mají za úkol vybrat vhodný typ obvazu a po nastudování co je to vlastně tepenné krvácení ruku správně zavázat

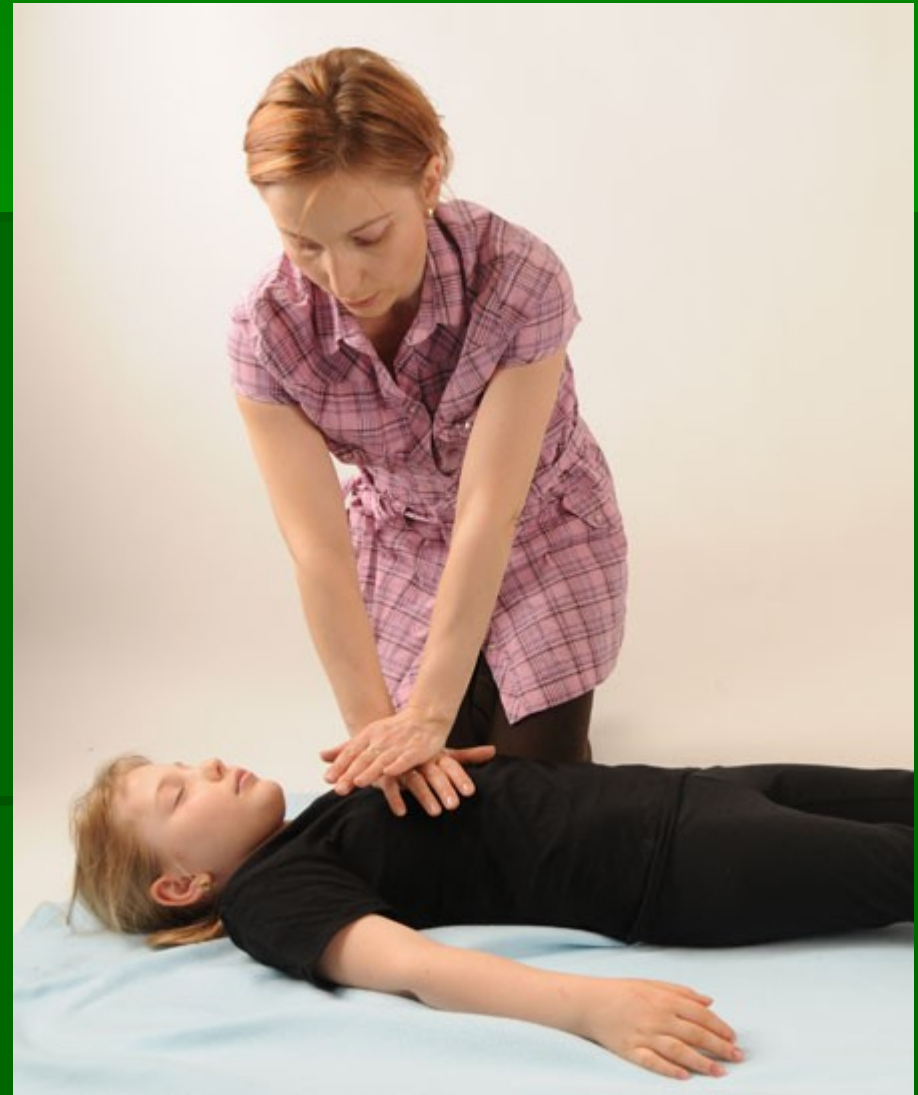


- **Závěr**
- každá skupinka předstoupí před tabuli, přečtou ostatním jejich příběh a ukáží jakým způsobem zraněného ošetřili, jaký obvaz použili a proč

3. hodina

„resuscitace“

- Úvod
- povídání na koberci
- učitel vysvětluje, v jakých situacích se nám může zastavit srdce a jakým způsobem to poznáme
- děti si ve dvojičkách i sami na sobě zkusí nahmatat tep



■ Resuscitace

- učitel seznámí děti s pojmem resuscitace a vysvětlí jim za jakých podmínek ji můžeme provádět
- následně předvádí na figuríně
- děti si ve dvojicích zkouší na figuríně masáž srdce

■ Shrnutí

- na závěr učitel vše shrne pomocí otázek, které pokládá dětem (kdy můžeme resuscitovat, jakým způsobem, jaký je poměr vdechů a masáže srdce u dospělého a u miminka, jak provádíme dýchání z úst do úst, ..)

4. hodina + 5.hodina

„simulace první pomoci“

- **Úvod**
- učitel si povídá s dětmi o tom, jak postupovat v případě, že jsme svědky situaci, kdy je někdo zraněný a potřebuje první pomoc (poskytnutí první pomoci, zavolat RZP)

- **Zásady volání RZP**
- děti dostanou do skupinek papír a mají cca 5 minut na popřemýšlení a sepsání nejdůležitějších bodů, které by neměli v hovoru chybět (představení se, uvedení přesné adresy nebo přesného popisu místa, popsání co se stalo, popsání stavu pacienta)
- poté přečtou všechny skupinky co napsali , vyberou to nejlepší a shrnutí napíší na plakát, který poté můžou vystavit ve třídě

- **Práce ve skupinkách**
- každá skupinka si nyní vylosuje příběh konkrétní situace
- děti mají za úkol scénku zahrát (rozdělí si role) od samotného úrazu přes první pomoc a zavolání záchranky včetně samotného rozhovoru s operátorem
- scénky děti na závěr předvedou ostatním a ti poté hodnotí, zda by něco udělali jinak, vysvětlí se nejasnosti

Scénky

- *Sedíte u táboráku, hrajete si s ohněm a při tom jednomu z vašich kamarádů začne hořet rukáv. Jak ho uhasíte, když nemáte po ruce vodu? I přes brzké uhašení má kamarád na ruce popáleniny. Co dál?*
- *Je velké horko a dusno a tři kamarádky jdou po ulici. V tom jedna z nich najednou omdlí. Co uděláte?*
- *Dva sourozenci jsou na prázdninách u dědečka. Pomáhají mu venku na zahradě, dědeček řeže dřevo. Najednou uslyšíte jak dědeček naříká-škaredě se říznul do ruky, rána hodně krvácí. Jak se zachováte?*

Závěr

- hra – děti jsou ve skupinkách (policie, hasiči, záchranka) – nosí se na rukou „stolička“
- na závěr se děti znovu podívají na myšlenkovou mapu, kterou vytvořili na začátku projektu
- určitě v ní najdou mnoho nedostatků a nejasností, proto jim dá učitel veliký plakát, kde vytvoří mapu znovu-neměly by chybět pojmy obvaz, druhy obvazů, telefonní čísla RZP, druhy úrazů, zásady telefonování RZP
- téma první pomoci mohou děti zpracovávat i v dalších předmětech (v ČJ napsání slohové práce, ve výtvarné výchově vyrobit plakát a umístit ho ve třídě, atd)