

# Překroč svůj stín

Realizace rozvojových projektů

Pavla Jakubcová  
Karolína Vavroušková  
Dana Vlachová  
Romana Sedláčková

# O projektu - Překroč svůj stín



MĚSTSKÁ  
POLICIE



156

SOS

TÍSŇOVÁ  
LINKA



112



HASIČI



150



ZÁCHRANNÁ  
SLUŽBA



155



POLICIE



158

# O co nám jde? A proč?

- reakce na nynější situaci
  - jak nemít stres a paniku v určitých situacích
  - aktivní způsob trávení volného času
  - děti (první stupeň)
- 
- **Cíle:**
    - správné reakce v krizových situacích
    - poskytnutí ucelených informací
    - nácvik praktických dovedností v akci

# Přípravná fáze

Příprava spotů a výukových materiálů



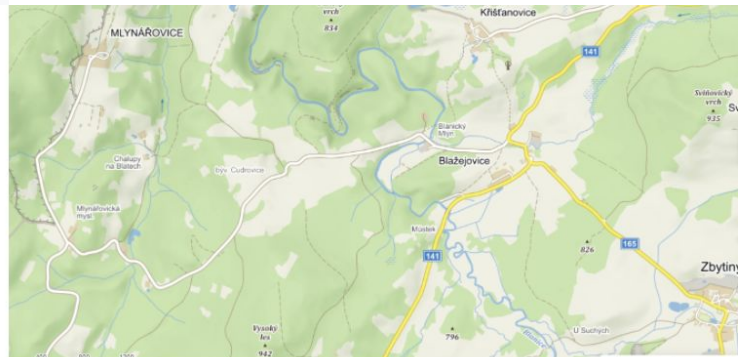
## ORIENTACE V MAPÁCH - Jak se neztratit

### 1. Co je to mapa?

.....  
.....

### 2. Do prázdných čtverečků doplň mapové značky:

<input type="checkbox"/>	jeskyně	<input type="checkbox"/>	kaple
<input type="checkbox"/>	restaurace	<input type="checkbox"/>	myslivna
<input type="checkbox"/>	vrstevnice	<input type="checkbox"/>	zřícenina



### 4. Odpověz na otázky. Využij mapu pod otázkami.

Kde jsme zaparkovali?

- A) ve vesnici
- B) kde je značka P (tedy na východ od Louňovic)
- C) ve Křížovské Lhotě

Jaká skála se nachází po cestě, pokud jsme se vydali po červené směrem na Holy vrch?

- A) Veřejová skála
- B) Slepíčí skála

- Důležitá telefonní čísla – přiřaď: 155, 158, 150, 112



Integrovaný záchranný systém.....

- Víš, co je v lékárnice špatně? Škrtni křížkem.



# Evakuační zavazadlo

? Víš, co je to evakuační zavazadlo?

Hodně jsme dnes mluvili o evakuaci, k tomu patří i **evakuační zavazadlo**.

Evakuační zavazadlo je vlastně cestovní zavazadlo, které by mělo pokrýt vaše potřeby po dobu 3 dní mimo domov

**Do evakuačního zavazadla, pro které vám poslouží batoh, cestovní taška, nebo kufr si dejte:**

- osobní doklady, osobní cennosti, léky, které užíváte
- základní trvanlivé potraviny – konzervy, dobře zabalený chléb, sušenky
- pitnou vodu (PET láhve) a vodu pro osobní použití
- jídelní misku (ešus), příbor, otvírák na konzervy, nůž
- toaletní a hygienické potřeby
- spací pytel (deka, přikrývka)
- náhradní prádlo, teplé oblečení, obuv, pláštěnku
- přenosné rádio s náhradními bateriemi, svítilnu, mobilní telefon
- s nablížečkou, dioptrické brýle
- knihu, karty, společenskou hru, šití

**Pamatuj si!** Evakuační zavazadlo označ svým jménem a adresou. Měj ho tak rozměrné a těžké, abys ho sám unesl !!





# Realizace







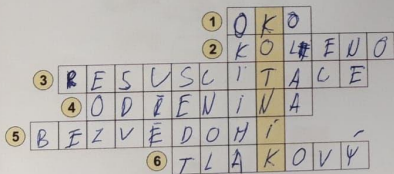
1.

SCH.



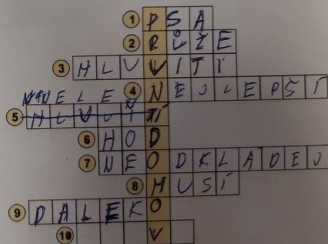
5. Křížovka s nápovědou: bezvědomí, resuscitace, tlakový

- 1 Zrakový orgán
- 2 Kloub mezi stehnem a bérceem
- 3 Masáž srdce + umělé dýchání
- 4 Lehké poranění povrchu kůže
- 5 Po úrazu hlavy může zraněný upadnout do
- 6 Obvaz na masivní - velké krvácení



6. Křížovka s příslovími: ~~úspěch, mírumilov, pes, nářek, mládež, rozpak, úroveň, úroveň, úroveň, úroveň~~

- 1 Starého \_\_\_\_\_ novým kouskům nenažijí.
- 2 Trpělivost \_\_\_\_\_ přináší.
- 3 \_\_\_\_\_ sířbro, mlčeti žáto.
- 4 Hlad je \_\_\_\_\_ kuchař.
- 5 Komu se \_\_\_\_\_ tomu se zleří.
- 6 Neřkej \_\_\_\_\_ dokud nepřeskolíš.
- 7 Co můžeš udělat dnes, \_\_\_\_\_ na zítra.
- 8 Kam nechodí slunce, \_\_\_\_\_ lékař.
- 9 Jáhko nepadá \_\_\_\_\_ od stromu.
- 10 \_\_\_\_\_ krásná, málo platná.



- 2 zajímavé
- 3 pěkná prezentace
- 4 dobrý

1 zpláclá byl se  
bea uvodu nehl  
zajímavý

2

Že někomu pomůžeme v nouzi.

Že někomu pomůžu, případně zavolám záchranou službu.

ŽE JE TO PRVNÍ VĚC KTEROU BYCH TOMU ČLOVĚKOVÍ MĚL UDĚLAT

Že tomu člověkovi musím hned pomoc.

Někomu zachráním život, třeba když se topil můj kamarád a můj starší brácha pro něho skočil do vody.

Co si představíš pod pojmem PRVNÍ POMOC?

Že někdo nemůže dýchat a že potřebuje umělé dýchání .

Představím si dýchání z úst do úst a masáž srdce.

Třeba masáž srdce, lékárničku, musím tomu co je v bezvědomí pomůžu. Můžu třeba zavolat sanitku.

Když někoho vidíme zraněného a nemůže se hýbat tak ho tam nenecháme bud mu pomůžeme nebo zavoláme záchranku.

Já si představím masáž srdce.

Když je někdo zraneny, tak mu pomozu nebo zavolám sanitku.

Někoho zachránit.

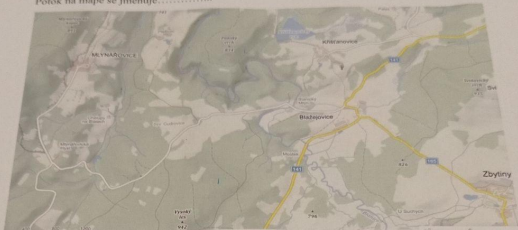
Že někomu pomůžu, když to potřebuje nebo se mu něco stane.





TE0

3. Odpovězte na otázky. Využij mapu pod otázkami.  
Nejvyšší bod na mapě je 177 m a má 791 m.  
Řeka na mapě se jmenuje Blavice.  
Potok na mapě se jmenuje.....



4. Odpověz na otázku. Využij mapu pod otázkami.

Kde jsme zaparkovali?

- A) ve vesnici
- B) kde je značka P (tedy na východ od Louňovic)
- C) ve Křížovské Lhotě

Jaká skála se nachází po cestě, pokud jsme se vydali po červené směrem na Holy vrch?

- A) Věřejová skála
- B) Slepíčí skála
- C) Husí skála

Cestou zpátky jsme se vydali po zelené směrem k autu?

- A) cesta je delší

Eliška

### ORIENTACE V MAPÁCH - Jak se neztratit

1. Co je to mapa?

Mapa je zjednodušená kopie terénu.

2. Do prázdných čtverečků doplň mapové značky:



jeskyně



kaple



restaurace



myslivna



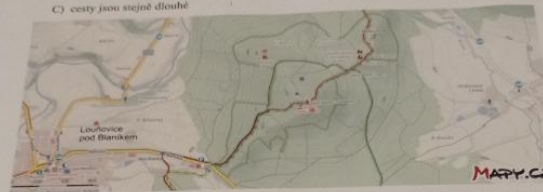
vrstevnice



zřícenina

Eliška

B) cesta je kratší než po červené  
C) cesty jsou stejně dlouhé



5. Odpověz na otázku:

Magnetická střelka u buzoly ukazuje k:

- A) jižnímu pólu
- B) severnímu magnetickému pólu
- C) východu

Při orientaci nám pomáhá:

- A) kazimut
- B) mrazimut
- C) azimut

**DĚKUJEME ZA POZORNOST!!!**