

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ
KATEDRA PSYCHOLOGIE

DIDAKTIKA PRVNÍ POMOCI
DIPLOMOVÁ PRÁCE

Bc. Pavlína Kaufnerová
Učitelství pro 2. stupeň ZŠ, obor Vkz-Bi

Vedoucí práce: **PhDr. Michal SVOBODA, Ph.D.**

Plzeň, 2015

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracoval samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

V Plzni 1. června 2015

.....
vlastnoruční podpis

Děkuji PhDr. Michalovi Svobodovi, Ph.D za odborné vedení diplomové práce a poskytování rad.

ZDE SE NACHÁZÍ ORIGINAL ZADÁNÍ KVALIFIKAČNÍ PRÁCE.

OBSAH

1 OBSAH

Úvod	4
1 PRVNÍ KAPITOLA	5
1 DEFINOVÁNÍ PRVNÍ POMOCI	6
1.1 ROZDĚLENÍ PRVNÍ POMOCI	6
2 VÝUKA PRVNÍ POMOCI DLE RÁMCOVĚ VZDĚLÁVACÍHO PROGRAMU PRO ZÁKLADNÍ VZDĚLÁVÁNÍ	8
3 STRUČNÁ CHARAKTERISTIKA VYBRANÝCH VÝUKOVÝCH METOD, KTERÉ MŮŽEME VYUŽÍT PŘI VÝUCE PRVNÍ POMOCI	
11	
3.1 ORGANIZAČNÍ FORMY VÝUKY	13
3.1.1 Frontální výuka	13
3.1.2 Skupinová a kooperativní výuka	14
3.1.3 Individualizovaná a diferenciovaná výuka	14
3.1.4 Projektová výuka	15
3.1.5 Domácí učební práce žáků	15
3.2 DIDAKTICKÉ PROSTŘEDKY VÝUKY PRVNÍ POMOCI	16
4 DRUHÁ KAPITOLA	17
4 DIDAKTIKA PRVNÍ POMOCI	18
4.1 METODIKA VÝUKY PRVNÍ POMOCI	18
4.2 APLIKACE VÝUKOVÝCH METOD PRVNÍ POMOCI PRO I. STUPEŇ ZŠ	20
4.2.1 Přivolání odborné pomoci	20
4.2.2 vybavení lékárničky	22
4.2.3 Krvácení	24
4.2.4 základy neodkladné resuscitace	26
4.2.5 polohování raněného	28
4.3 APLIKACE VÝUKOVÝCH METOD PRVNÍ POMOCI PRO 2. STUPEŇ ZŠ	30
4.3.1 Tísňová volání	30
4.3.2 obvazová technika	32
4.3.3 Polohování a transport raněného	34
4.3.4 Neodkladná resuscitace	36
4.3.5 Krvácení	39
4.3.6 Tepelná poranění organismu	41
4.3.7 Šokové stavy, otravy	43
4.3.8 Poranění pohybového aparátu	45
ZÁVĚR	47
RESUMÉ	48
SEZNAM LITERATURY	49
SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK, GRAFŮ A DIAGRAMŮ	50
PŘÍLOHY	I

Úvod

Tématem mé diplomové práce je „Didaktika první pomoci“. Zabývám se zpracováním vybraných výukových témat první pomoci na základní škole. Domnívám se totiž, že první pomoc na školách je velmi důležitá. Ve škole se mohou stát různé nehody a úrazy, a proto je dobré znát zásady laické první pomoci. Ovšem abychom mohli poskytnout adekvátní první pomoc musíme mít určité znalosti, schopnosti a dovednosti. Můžeme sem zařadit poznatky o lidském těle, znalost telefonních čísel integrovaného záchranného systému a jednotlivé kroky první pomoci. S člověkem, který potřebuje pomoc se může setkat každý ať už je to dospělý či dítě, proto je velmi důležité, aby výuka první pomoci byla zařazena do osnov škol. Právě ve školách děti získávají své schopnosti, dovednosti, budují si své hodnoty a postoje. Dochází zde k celkovému rozvoji osobnosti a zařazení do společnosti. Z toho důvodu je důležité naučit je správné postupy při poskytování první pomoci, které vedou k záchraně života, ať už cizího člověka, kamaráda, spolužáka či rodinného příslušníka. Domnívám se, že právě problematika první pomoci na školách je velmi důležitá a z toho důvodu jsem si zvolila právě toto téma.

Práce je rozdělena do dvou částí. První část práce obsahuje teoretické poznatky jako je definování první pomoci, zařazení výuky první pomoci dle Rámcově vzdělávacího programu pro základní vzdělávání a stručnou charakteristiku výukových metod, organizačních forem a didaktických prostředků vhodných k výuce první pomoci na základních školách. V druhé části práce jsem zpracovala konkrétní návrhy vybraných témat pro výuku první pomoci pro první i druhý stupeň základní školy.

Cíle

Cílem mé diplomové práce je předložit ukázky didaktického zpracování výuky první pomoci na prvním i druhém stupni základních škol. Snažím se při tom využívat různé výukové metody, které by žáky více motivovali k učení a zájmu o první pomoc.

1 PRVNÍ KAPITOLA

1 DEFINOVÁNÍ PRVNÍ POMOCI

„První pomoc je definována jako soubor jednoduchých a účelných opatření, která při náhlém ohrožení nebo postižení zdraví či života cílevědomě a účinně omezují rozsah a důsledky ohrožení či postižení“ (Bydžovský, 2008 [str. 30])

Každý autor má svoji vlastní definici první pomoci. V zásadě se jedná o jednoduché úkony zachraňující život postiženého, případně zabránění zhoršení stavu postiženého a předcházení komplikacím. Velice důležitá je rozhodnost zachránce, neměl propadat panice, aby se nedopustil chyb, které by mohli mít fatální následky. Při poskytování první pomoci je také velmi důležité myslet sami na sebe, abychom se nevystavovali nebezpečí a neohrožovali tak svůj vlastní život a zdraví.

Mezi obecné zásady první pomoci patří vždy oslovení postiženého a představení se. Následuje vyšetření pomocí našich smyslů, a to pohledem (barva kůže, povrchové poranění, velikost zornic...), poslechem (dýchání, způsob vyjadřování a komunikace postiženého), pohmatem (tep, reakce na bolest, zlomeniny) a čichem (pomočení, zápach z úst- alkohol, aceton). Nikdy nesmíme zapomenout zavolat odbornou zdravotní pomoc.

1.1 ROZDĚLENÍ PRVNÍ POMOCI

První pomoc rozdělujeme na tři složky:

- technická první pomoc
 - odborná zdravotnická pomoc
 - laická pomoc.

Cílem technické pomoci je zajistit bezpečný přístup k postiženému a zajištění místa, kde bude záchranná akce probíhat. Zpravidla je jí za potřebí při vyprošťování zaklíněných osob, při zavalení lavinou či sesuvu půdy v dolech. Do technické pomoci se řadí Hasičský záchranný sbor, Horská služba a vodní záchranná služba.

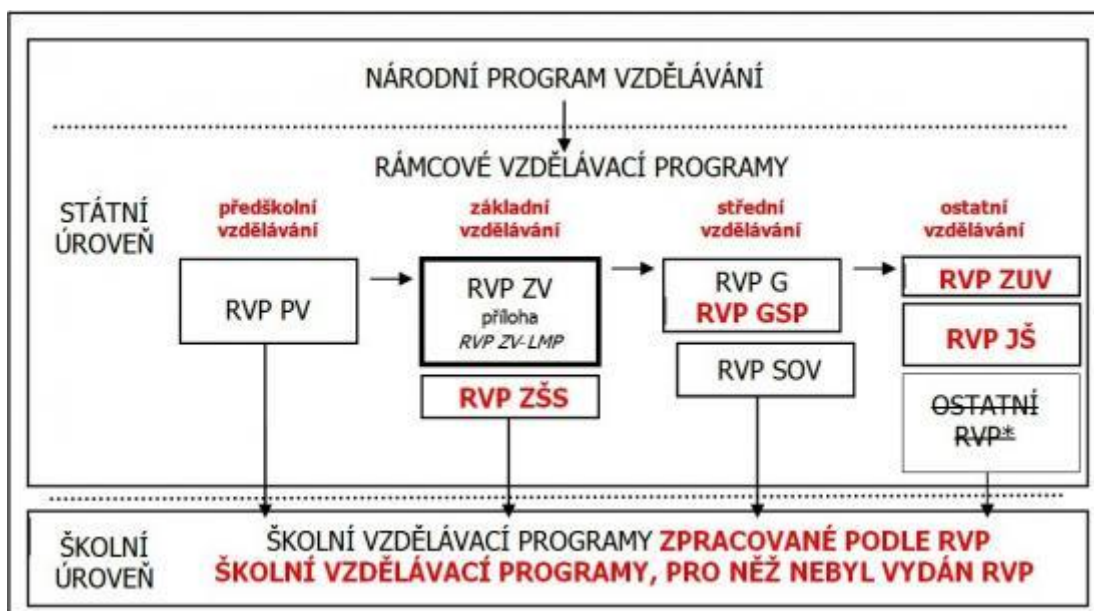
Odbornou zdravotní pomoc poskytuje záchranná zdravotní služba, která posléze předá postiženého do péče lékařů v nemocnicích.

Laická první pomoc je poskytnuta každou osobou, která se nachází v blízkosti postiženého a trvá do příjezdu záchranné zdravotní služby. Daná osoba se snaží předejít komplikacím, které by bránily rychlejšímu uzdravení postiženého, jedná účelně a šetrně. Do příjezdu záchranné zdravotní služby postiženého neustále sleduje. (Zeman, 2008)

2 VÝUKA PRVNÍ POMOCI DLE RÁMCOVĚ VZDĚLÁVACÍHO PROGRAMU PRO ZÁKLADNÍ VZDĚLÁVÁNÍ

Dne 24.9.2004 Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy schválilo nový systém kurikulárních dokumentů, který stanovuje cíle vzdělávání, hlavní oblasti a obsahy vzdělávání a prostředky nutné k dosažení vzdělávání. Na základě Národního programu vzdělávání byly vydány Rámcově vzdělávací programy (RVP) na dvou úrovních, a to na státní a školní. Státní úroveň udává RVP pro předškolní, základní, střední a jiné vzdělávání. Školní úroveň udává Školní vzdělávací programy (ŠVP), které vycházejí z RVP, a podle kterých se uskutečňuje výuka na jednotlivých školách.

Graf 1. Systém kurikulárních dokumentů



Legenda: - „RVP PV – Rámcový vzdělávací program pro předškolní vzdělávání; RVP ZV – Rámcový vzdělávací program pro základní vzdělávání a příloha Rámcového vzdělávacího programu pro základní vzdělávání upravující vzdělávání žáků s lehkým mentálním postižením (RVP ZV-LMP); RVP ZŠS – Rámcový vzdělávací program pro obor vzdělání základní škola speciální; RVP G– Rámcový vzdělávací program pro gymnázia; RVP GSP – Rámcový vzdělávací program pro gymnázia se sportovní přípravou; RVP SOV – Rámcové vzdělávací programy pro střední odborné vzdělávání; RVP ZUV – Rámcový vzdělávací program pro základní umělecké vzdělávání; RVP JŠ – Rámcový vzdělávací

program pro jazykové školy s právem státní jazykové zkoušky“ (Webové stránky RVP - <http://digifolio.rvp.cz/view/view.php?id=6443>)

Rámcově vzdělávací program základních škol (RVP ZV) obsahuje cíle základního vzdělávání, klíčové kompetence, průřezová témata a vzdělávací oblasti. Právě téma první pomoci spadá do vzdělávací oblasti „Člověk a zdraví“ (Výchova ke zdraví, Tělesná výchova), „Člověk a příroda“ (Přírodopis).

Očekávané výstupy žáka pro první pomoc v RVP jsou vymezeny takto:

- „Člověk a zdraví“ *„ projevuje odpovědné chování v situacích ohrožení zdraví, osobního bezpečí, při mimořádných událostech; v případě potřeby poskytne adekvátní první pomoc“* [1]

- „Člověk a příroda“ *„ žák aplikuje předlékařskou první pomoc při poranění a jiném poškození těla“* [1]

Ve vzdělávací oblasti pro první stupeň ZŠ „Člověk a jeho zdraví“ je doporučeno učivo, vztahující se k první pomoci následující:

- Lidské tělo- stavba těla, základní životní funkce a projevy
- Péče o zdraví – první pomoc při drobných úrazech a poraněních, prevence nemocí a úrazů, ochrana před infekcemi přenosnými krví
- Přivolání první pomoci v případě ohrožení fyzického a duševního zdraví – služby odborné pomoci, čísla tísňového volání, správný způsob volání na tísňovou linku
- Mimořádné události – integrovaný záchranný systém

Ve vzdělávací oblasti pro druhý stupeň ZŠ „Člověk a zdraví“ v rámci předmětu Výchova ke zdraví je doporučeno učivo, vztahující se k první pomoci následující:

- Ochrana před úrazy - odpovědné chování v situacích úrazu a život ohrožujících stavů (úrazy v domácnosti, při sportu, na pracovišti, v dopravě), základy první pomoci
- Komunikace se službami odborné pomoci

- Sebeochrana a vzájemná pomoc v rizikových situacích a v situacích ohrožení
- Postup v případě dopravní nehody (tísňové volání, zajištění bezpečnosti)
- Ochrana člověka za mimořádných událostí – klasifikace mimořádných událostí, prevence vzniku mimořádných událostí

Ve vzdělávací oblasti pro druhý stupeň ZŠ „Člověk a zdraví“ v rámci předmětu Tělesná výchova je doporučené učivo, vztahující se k první pomoci následující:

- První pomoc při TV a sportu v různém prostředí a klimatických podmínkách, improvizované ošetření poranění a odsun raněného

Ve vzdělávací oblasti pro druhý stupeň ZŠ „Člověk a příroda“ v rámci předmětu Přírodopisu je doporučené učivo, vztahující se k první pomoci následující:

Biologie člověka:

- Anatomie a fyziologie – stavba a funkce jednotlivých částí lidského těla, orgány, orgánové, vyšší nervová činnost, hygiena duševní činnosti
- Nemoci, úrazy a prevence – příčiny, příznaky, praktické zásady a postupy při léčení běžných nemocí; závažná poranění a život ohrožující stavy, epidemie

(RVP ZV, MŠMT, Praha 2013)

3 STRUČNÁ CHARAKTERISTIKA VYBRANÝCH VÝUKOVÝCH METOD, KTERÉ MŮŽEME VYUŽÍT PŘI VÝUCE PRVNÍ POMOCI

Monologické metody

Vysvětlování, výklad:

Tato metoda patří v současnosti mezi nejvyužívanější ve výuce. Její správné využití je při sdělování nových informací a poznatků. Při výuce první pomoci učitel pomocí výkladu vyloží novou látku formou vysvětlování či vyprávění. Posléze je vhodné zařadit praktický nácvik.

Dialogické metody

Diskuze:

„Diskuze je vzájemným rozhovorem mezi všemi členy, v němž jde o vyjasnění stanovené problematiky.“ (Skalková, 2007, str. 191) Učitel diskusi vede a žáci se snaží vyřešit či osvětlit daný problém. Aby, byla zaručena úspěšnost diskuze, je třeba žáky dopředu seznámit s danou problematikou, aby na ní mohli adekvátně reagovat. U žáků se zde rozvíjí komunikace a týmová spolupráce.

Rozhovor:

Je to jedna z nejstarších metod, pro kterou je typické střídání otázek a odpovědí. Otázky by měly srozumitelné a přesné, aby na ně mohl žák správně odpovědět. Klademe zde důraz na správnou slovní skladbu a výslovnost, jak ze strany žáka, tak ze strany učitele. Rozhovor je vhodné využívat k opakování a shrnutí učiva.

Brainstorming:

Metoda založená na řešení problémů, pomocí nahodilých nápadů ze stran žáků. Tato metoda se skvěle hodí pro výuku první pomoci. Žáci musí během předem stanovené časové škály navrhovat jednotlivé řešení stávajícího problému, všechny nápady učitel zapisuje např. na tabuli a následně spolu vyberou nejlepší stávající řešení. Např. navrhnou způsoby, jak zastavit tepenné krvácení z rány. Brainstorming může také skvěle sloužit jako motivace.

Aktivizující metody

Situační metody:

„*Situační metody umožňují žákům získávat dovednosti, analyzovat a řešit problémy, které představují životní situace.*“ (Skalková 2007, str. 200) Z této definice můžeme chápat, že situační metody jsou takové metody, při kterých dochází k řešení běžných či nenadálých situací ze života prostřednictvím jednotlivých návrhů žáků. Žáci jsou schopni adekvátně řešit konflikty, zvládají asertivní chování a utvářejí si vhodné postoje a hodnoty. Situační metody se skvěle hodí pro výuku první pomoci, díky tomu, že dochází k teoretickému řešení modelových situací. Žáci zde musí prokázat jisté vědomosti ohledně daného problému, produktivní myšlení a schopnost spolupráce.

Inscenační metody:

Inscenační metoda se od situační metody liší v tom, že není pouze teoretická, ale je prakticky zaměřená. Zde žáci získávají navíc požadované schopnosti a dovednosti při řešení modelových situací a problémů. Díky přímé zkušenosti se toho žáci více naučí a budou si to déle pamatovat. Kombinuje se zde hraní rolí s řešením problému. Ti co, zrovna žádnou roli nehrají, tak jsou v roli pozorovatelů. Nevýhoda této metody je velká časová náročnost. (Maňák, Švec, 2003)

Didaktická hra:

Je to nenásilná forma výuky, která má ovšem jasně stanovený cíl. Didaktickou hru bychom mohli vymezit jako „*takovou seberealizační aktivitu jedinců nebo skupin, která svobodnou volbu, uplatnění zájmů, spontánnost a uvolnění přizpůsobuje pedagogickým cílům*“ (Maňák, Švec, 2003, s. 127). Tato metoda se dá využít jako prostředek motivace, procvičování či opakování látky

3.1 ORGANIZAČNÍ FORMY VÝUKY

Pod pojmem formy výuky si můžeme představit, že je to organizační uspořádání, způsob a realizace obsahu výuky, za použití různých metod a prostředků výuky. Jako u všech jiných předmětů, tak i u výuky první pomoci je třeba si dopředu promyslet organizaci a přípravu hodin, k tomu nám skvěle poslouží osvědčené organizační formy.

Do základních organizačních forem dle Skalkové (2007) patří:

- frontální výuka
- skupinová a kooperativní výuka
- individualizovaná a diferenciovaná výuka
- projektová výuka
- domácí učební práce žáků.

Pro výuku první pomoci se dají využít všechny tyto formy výuky. Základní organizační formy se dle Skalkové (2007) ve vyučování vzájemně prolínají. Učitel vždy zvolí nejvhodnější formu, která se hodí k probírané látce v závislosti na cílech a charakteru výuky a samozřejmě v neposlední řadě na potřebách žáků a možnostech dané školy.

3.1.1 FRONTÁLNÍ VÝUKA

Frontální nebo-li také hromadná výuka patří v dnešní době k nejvíce využívaným formám výuky. Učitel zde pracuje s celou třídou (skupinou) a žáci se učí, že výklad je pro ně jeden z důležitých zdrojů informací. Všichni žáci plní zadané úkoly stejné úrovně, rozmezí a ve stejném čase. Od žáků, kteří jsou tzv. podprůměrní se automaticky očekává, že se tomuto tempu přizpůsobí. Většina z nich to ovšem nedokáže a proto vyrušují a tím narušují celou hodinu. (Skalková, 2007)

Frontální výuku používáme i ve výuce první pomoci, kdy chceme vyložit novou látku, např. typy úrazů, stupně popálenin, zásady poskytnutí první pomoci. Je dobré ji střídát s jinými formami výuky, aby žáci neztráceli pozornost.

3.1.2 SKUPINOVÁ A KOOPERATIVNÍ VÝUKA

Skupinovou výuku bychom mohli vymezit takto: „*Skupinovým vyučováním chápeme takovou organizační formu, kdy se vytvářejí malé skupiny žáků (3-5členné), které spolupracují při řešení společného úkolu.*“ (Skalková, 2007, str.224)

Žáci ve skupině mohou dosáhnout co nejlepších výsledků. To znamená, že i tzv. podprůměrní žáci jsou schopni získat dobré hodnocení. Skupinová výuka se skvěle hodí pro opakování a procvičování látky.

Kooperativní výuka se od skupinové liší tím, že soutěživost žáků je zde nahrazena spoluprací. Jelikož výsledky celé skupiny závisejí na výsledcích jedinců a stejně tak výsledky jedince jsou podpořeny celou skupinou. U této formy výuky hraje také důležitou roli vzájemná komunikace ve skupině a nejen vědomosti či dovednosti. Dochází zde k utváření sociálních vztahů – žáci spolu komunikují a kooperují. (Kasíková, 1997)

Skupinové či kooperativní vyučování se skvěle hodí např. při využívání modelových situacích výuky první pomoci.

3.1.3 INDIVIDUALIZOVANÁ A DIFERENCIOVANÁ VÝUKA

Individualizovaná forma výuky je přizpůsobena jednotlivým potřebám a možnostem každého žáka během vyučování. Tato forma se využívá především v alternativních směrech reformní pedagogiky, např. Daltonský plán nebo winnetská soustava. (Skalková, 2007)

Diferenciovaná forma výuky vznikla především díky zefektivnění frontální výuky. Žáci se zde sdružují do skupin dle svých zájmů a schopností, což je tzv. vnitřní diferenciaci nebo pouze podle schopností – tzv. vnější diferenciaci. Pro uplatnění této formy musí být učitel velmi dobrý v pedagogické diagnostice. Musí sledovat výkonnostní vývoj a rozvoj osobnosti jednotlivých žáků v celé třídě. Dle toho následně seskupuje žáky do jednotlivých optimálních skupin. (Vališová, Kasíková, 2011)

K realizaci těchto forem výuky dochází např. prostřednictvím samostatných prací, didaktických her, problémových situací atd.

3.1.4 PROJEKTOVÁ VÝUKA

Projektová výuka sama o sobě slouží zároveň jako motivace pro žáky. Je to z toho důvodu, že zde dochází k propojení teorie a praxe. Žák se aktivně podílí na řešení daného problému, který vychází z reálných situací, učí se spolupracovat a přijímat odpovědnost. Tato forma výuky se opírá o stávající zkušenosti žáka. Vypracování projektu má zpravidla následující postup – nejprve se zvolí téma projektu, následně se určí postup zpracování projektu, dalším krokem je realizace projektu a v neposlední řadě vyhodnocení projektu.

Projektová metoda slouží k fixaci probíraného učiva, k osvojení dovednosti vyhledávání a třídění důležitých informací, dále se učí komunikaci ve skupině a samostatné i týmové práci.

Tato forma by měla patřit k nejvíce využívaným ve výuce první pomoci. Mohou vznikat každoroční projektové dny s první pomocí.

3.1.5 DOMÁCÍ UČEBNÍ PRÁCE ŽÁKŮ

Tato forma výuky spočívá v zadávání domácích úkolů, které mají sloužit k prohlubování, procvičování a osvojování daného učiva. Domácí práce žáků musí být srozumitelná a přiměřená. Neměla by přetěžovat žáky svou náročností a velikostí. Úkoly jsou většinou založeny na práci s učebnicí, doplňovačkách, experimentech či pozorování. (Skalková,2007)

Právě pro výuku první pomoci není ve školách dostatečný prostor a proto, je na vyučujících, aby žáky motivovali k domácí práci a tím u nich prohlubovali jejich vědomosti a dovednosti i mimo školu.

3.2 DIDAKTICKÉ PROSTŘEDKY VÝUKY PRVNÍ POMOCI

„Předměty a jevy sloužící k dosažení vytyčených cílů. Prostředky v širokém smyslu zahrnují vše, co vede ke splnění výchovně vzdělávacích cílů. Zajišťují, podmiňují a zefektivňují průběh vyučovacího procesu.“ (Maňák, 2003)

Didaktické prostředky můžeme rozdělit na tzv. materiální a nemateriální. Materiální prostředky zahrnují učebny a jejich vybavení, didaktickou techniku, vyučovací pomůcky a pomůcky žáků. Do nemateriálních patří vyučovací metody a organizační formy. Učební pomůcky velice přehledně rozčlenil J. Maňák:

- skutečné předměty (přírodniny, preparáty, výrobky)
- modely (statické a dynamické)
- zobrazení: - obrazy, statická projekce (diaprojekce), dynamická projekce (film, televize, video)
- zvukové pomůcky (hudební nástroje)
- dotykové pomůcky
- literární pomůcky (učebnice, příručky)
- programy pro vyučovací automaty a počítače. (Skalková, 2007, str. 249)

Pro výuku první pomoci musí být vždy využity zdravotní pomůcky a zdravotní materiál. Je důležité vybavit učebnu alespoň základními pomůckami: resuscitační figurína – dospělé torzo, cvičný zdravotnický materiál, který odpovídá vybavení lékárničky, rukavice, aby se žáci učili dbát především na svoji bezpečnost, případně nějaké podložky pro nácvik polohování.

4 DRUHÁ KAPITOLA

4 DIDAKTIKA PRVNÍ POMOCI

Cílem této kapitoly je přiblížení obsahu vybraných témat výuky první pomoci v jednotlivých ročnících na základní škole a správné využití výukových metod, které by žáky dostatečně motivovali a zároveň se splňovali vzdělávací cíle. Nezabývám se zde tudíž uceleným didaktickým obsahem.

Ve výuce první pomoci má své místo jak složka teoretická, tak složka praktická. Pokud totiž poskytujeme první pomoc, což má praktický charakter, tak potřebujeme mít určité teoretické znalosti. V podstatě musíme vědět co děláme, proč to děláme a jak to máme udělat. Pro větší efektivnost praktické výuky je dobré pokud situace, kdy žáci cvičně poskytují první pomoc, co nejvíce odpovídají realitě.

4.1 METODIKA VÝUKY PRVNÍ POMOCI

Obsah výuky první pomoci na základních školách můžeme rozdělit dle stupně základního vzdělávání. Na prvním stupni základní školy se první pomoc zařazuje do předmětu prvouky a přírodovědy. Žáci prvního stupně by se měli naučit:

- přivolat odbornou pomoc + správně komunikovat s operátorem,
 - vybavení lékárničky
 - krvácení
 - základy neodkladné resuscitace – nácvik resuscitace na figuríně
 - polohování

Na druhém stupni se první pomoc řadí do předmětu výchovy ke zdraví a přírodopisu. Žáci si zde zopakují a zároveň rozšíří své vědomosti a dovednosti z první pomoci. Řadíme sem následující témata:

- složky záchranného integrovaného systému + přivolání odborné pomoci
- vybavení lékárničky

- obvazová technika
- poruchy vědomí – mdloba
- polohování a transport raněného
- neodkladná resuscitace
- krvácení
- poranění popálením a chladem
- šok, otravy
- poranění pohybového aparátu

4.2 APLIKACE VÝUKOVÝCH METOD PRVNÍ POMOCI PRO I. STUPEŇ ZŠ

4.2.1 PŘIVOLÁNÍ ODBORNÉ POMOCI

Téma vyučovací hodiny: Přivolání odborné pomoci

Vzdělávací cíle:

a) kognitivní:

- žák umí vyjmenovat telefonní čísla tísňového volání
- žák umí popsat, jak by měl hovor s dispečerem probíhat,
- žák dokáže určit, za jaké situace je nutné zavolat záchranou zdravotní službu,

b) afektivní:

- žák dokáže reagovat na nebezpečí v situacích ohrožujících život a nutnost přivolat odbornou pomoc,

c) psychomotorické:

- žák je schopen zavolat na telefonní čísla tísňového volání a poskytnout správné informace dispečerovi

Klíčové kompetence:

kompetence komunikativní:

- žák formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory, vyjadřuje se výstižně, naslouchá názorům druhých a věcně s nimi diskutuje,

kompetence k učení:

- žák třídí a pracuje s informacemi, má pozitivní vztah k učení, kriticky zhodnotí své výsledky práce a pracuje aktivně při zvolených metodách

Motivace: - samotné téma, modelová situace – přivolání odborné pomoci, video ukázka (www.zachrany-kruh.cz)

Vyučovací metody:

- diskuze
- výklad s prezentací

- práce s počítačem a interaktivní tabulí, video ukázka
- hraní rolí, modelová situace

Organizační forma:

- frontální
- skupinová

Didaktické pomůcky: - počítač a interaktivní tabule, maketa telefonu nebo mobilního telefonu

Časová náročnost: 1 vyučovací hodina

Časový průběh hodiny:

- I. 10 minut - Motivace – video-ukázka s diskusí
- II. 15 minut - Výklad s prezentací + zápis do sešitu
- III. 15 minut - Modelové situace k upevnění látky
- IV. 5 minut - Závěrečné zhodnocení učitelem

Hodnocení činnosti žáků v hodině:

- Pochvala žáků za jejich aktivitu v hodině.
- Shrnutí a zhodnocení v závěru hodiny.

4.2.2 VYBAVENÍ LÉKÁRNIČKY

Téma vyučovací hodiny: Vybavení lékárničky

Vzdělávací cíle:

a) kognitivní:

- žák umí vyjmenovat vybavení lékárničky,

b) afektivní:

- žák si je vědom důležitosti použití lékárničky při nenadálých život ohrožujících situacích

c) psychomotorický:

- žák dokáže připravit lékárničku

Klíčové kompetence:

kompetence komunikativní:

- žák formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory, vyjadřuje se výstižně, naslouchá názorům druhých a věcně s nimi diskutuje,
- žák třídí a pracuje s informacemi, má pozitivní vztah k učení, kriticky zhodnotí své výsledky práce a pracuje aktivně při zvolených metodách

Motivace: - didaktická hra

Vyučovací metody:

- didaktická hra – snowballing
- výklad
- praktický nácvik

Organizační formy:

- frontální výuka
- skupinová výuka

Didaktické pomůcky: - zdravotnický materiál, autolékárnička, počítač

Časová náročnost: 1 vyučovací hodina.

Časový průběh hodiny:

- I. 15 minut - Motivace – didaktická hra - snowballing
- II. 15 - 20 minut - Výklad s demonstrací zdravotnického materiálu
- III. 5 - 10 minut – Praktický nácvik zabalení lékárničky
- IV. 5 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Hodnocení činnosti žáků v hodině:

- Pochvala žáků za jejich aktivitu v hodině.
- Slovní hodnocení prezentace skupin a průběhu hodiny.
- Shrnutí a zhodnocení v závěru hodiny.

4.2.3 KRVÁCENÍ

Téma vyučovací hodiny: Krvácení

Vzdělávací cíle:

a) kognitivní:

- žák dokáže popsat, jaký je rozdíl mezi tepenným, žilním a vlásečnicovým krvácením,
- žák svými slovy popíše postup při zástavě krvácení,
- žák umí vyjmenovat vrstvy tlakového obvazu,

b) afektivní:

- žák si je vědom, důležitosti naučení se postupům při zástavě masivního krvácení,

c) psychomotorické:

- žák používá ochranné pomůcky
- žák dokáže přiložit tlakový obvaz, případně další vrstvy tlakového obvazu
- žák je schopen přivolat odbornou pomoc

Klíčové kompetence:

kompetence k učení:

- žák třídí a pracuje s informacemi, má pozitivní vztah k učení, kriticky zhodnotí své výsledky práce a pracuje aktivně při zvolených metodách, uvádí své znalosti do souvislostí, propojuje je s poznatky z různých oborů,

kompetence občanské:

- žák se rozhoduje v zájmu podpory a ochrany zdraví,

kompetence pracovní:

- žák pracuje tak, aby chránil zdraví své i zdraví ostatních.

Motivace: - diskuze

Vyučovací metody:

- výklad s prezentací
- modelové situace
- diskuze

Organizační formy:

- skupinová
- frontální

Didaktické pomůcky: - psací potřeby, školní sešit, obvazový materiál, počítač, Power Pointová prezentace učitele

Časová náročnost: 1 vyučovací hodina.

Časový průběh hodiny:

- I. 10 minut - Motivace – diskuze (Jak by děti postupovali při zástavě krvácení – nápady)
- II. 15 - 20 minut - Výklad s prezentací a demonstrací zdravotnického materiálu
- III. 10 - 15 minut – Praktický nácvik zástavy krvácení (žáci jsou rozděleni do skupinek po třech)
- IV. 5 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Hodnocení činnosti žáků v hodině:

- Pochvala žáků za jejich aktivitu v hodině.
- Slovní hodnocení praktického nácviku ve skupinkách.
- Shrnutí a zhodnocení v závěru hodiny.

4.2.4 ZÁKLADY NEODKLADNÉ RESUSCITACE

Téma vyučovací hodiny: Základy neodkladné resuscitace

Vzdělávací cíle:

a) kognitivní:

- žák dokáže popsat ztrátu vědomí,
- žák dokáže popsat, jak vypadá zástava dechu,
- žák umí nahmatat puls
- žák vyjmenuje postupné kroky neodkladné resuscitace,
- žák dokáže zavolat zdravotnickou záchranou službu,

b) afektivní:

- žák si uvědomuje závažnost situace a je ochoten poskytnout první pomoc,

c) psychomotorické:

- žák nahmatá puls a ověří si zda zraněný dýchá,
- žák dokáže provést resuscitaci u osob bez životních funkcí,
- žák je schopen poskytnout první pomoc při ztrátě vědomí a zástavě dechu
- žák přivolá odbornou pomoc

Klíčové kompetence:

kompetence k učení:

- žák pracuje aktivně při zvolených metodách, uvádí své znalosti do souvislostí, propojuje je s poznatky z různých oborů,

kompetence k řešení problémů:

- žák kriticky myslí, dokáže se rozhodnout a případně své rozhodnutí obhájit,

kompetence občanské:

- žák se rozhoduje v zájmu podpory a ochrany zdraví nejen svého, ale i druhých lidí,

kompetence sociálně personální:

- žák účinně spolupracuje ve skupině,
- žák v případě potřeby poskytne pomoc nebo o ni sám požádá,

Motivace: - video-ukázka

(<http://www.youtube.com/watch?v=88uCTEmuuGI&feature=endscreen>)

Vyučovací metody:

- výklad s prezentací
- názorně – demonstrační metoda
- praktický nácvik

Organizační forma:

- frontální
- skupinová
- individualizovaná

Didaktické pomůcky: - počítač a interaktivní tabule, připojení na internet, interaktivní kurz první pomoci (<http://www.zachranny-kruh.cz>), resuscitační torzo dospělého , desinfekce a mulové čtverce k čištění úst resuscitační figuríny, žíněnky či jinou podložku

Časová náročnost: 2 vyučovací hodiny.

Časový průběh 1.vyučovací hodiny:

- I. 5 minut - Motivace – video-ukázka
- II. 25 - 30 minut - Výklad s prezentací - interaktivní kurz první pomoci
- III. 10 - 15 minut – Opakování – učitel projde s dětmi informace, které se dozvěděli z interaktivního kurzu
- IV. 5 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Časový průběh 2.vyučovací hodiny:

- I. 10 minut - Motivace – Hra (Jak mohu pomoci? – www.zachranny-kruh.cz)
- II. 35 minut – Praktický nácvik resuscitace
- III. 5 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Hodnocení činnosti žáků v hodině:

- Pochvala žáků za jejich aktivitu v hodině.
- Slovní hodnocení praktického nácviku resuscitace.
- Shrnutí a zhodnocení v závěru hodiny.

4.2.5 POLOHOVÁNÍ RANĚNÉHO

Téma vyučovací hodiny: Polohování raněného

Vzdělávací cíle:

a) kognitivní:

- žák zná pravidla použití Euro (zotavovací) polohy a protišokové polohy

b) afektivní:

- žák je schopen určit, kdy je třeba raněného zpolohovat

c) psychomotorické:

- žák dokáže uložit raněného do Euro polohy a protišokové polohy

Klíčové kompetence:

kompetence k učení:

- žák třídí a pracuje s informacemi, má pozitivní vztah k učení, kriticky zhodnotí své výsledky práce a pracuje aktivně při zvolených metodách, uvádí své znalosti do souvislostí, propojuje je s poznatky z různých oborů,

kompetence občanské:

- žák podle svých možností poskytne pomoc v situacích ohrožujících zdraví a život člověka,

kompetence k řešení problémů :

- žák řeší problémy týkajících se ohrožení života podle svého úsudku a zkušeností, vytrvale hledá způsob řešení problému,

kompetence pracovní:

- žák pracuje tak, aby chránil zdraví své i zdraví ostatních.

Motivace: - Video-ukázka vytvořená Českým červeným křížem

Vyučovací metody:

- výklad
- praktický nácvik
- názorná demonstrace

Organizační forma:

- frontální
- skupinová výuka

Didaktické pomůcky: - karimatky či žíněny (hodinu lze realizovat v tělocvičně), případně počítač s projekcí

Časová náročnost: 1 vyučovací hodina.

Časový průběh hodiny:

- I. 3 - 5 minut - Motivace – video-ukázka
(<https://www.youtube.com/watch?v=niEmIT67c-k>)
- II. 15 minut - Výklad s demonstrací – učitel vysvětlí žákovi pravidla polohování a demonstruje ukázkou na žákovi
- III. 20 minut – Praktický nácvik polohování zraněného ve skupinkách
- IV. 5 - 7 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Hodnocení činnosti žáků v hodině:

- Pochvala žáků za jejich aktivitu v hodině.
- Slovní hodnocení praktického nácviku polohování raněného ve skupinkách.
- Celkové shrnutí a zhodnocení v závěru hodiny.

4.3 APLIKACE VÝUKOVÝCH METOD PRVNÍ POMOCI PRO 2. STUPEŇ ZŠ

4.3.1 TÍŠŇOVÁ VOLÁNÍ

Téma vyučovací hodiny: Složky záchranného integrovaného systému + tísňové volání

Vzdělávací cíle:

a) kognitivní:

- žák umí vyjmenovat složky záchranného integrovaného systému a přiřadit jim jejich telefonní čísla
- žák popíše svými slovy, jak by měl hovor s dispečerem probíhat,
- žák dokáže určit, za jaké situace je nutné zavolat záchranou zdravotní službu,

b) afektivní:

- žák reaguje na nebezpečí v situacích ohrožujících život a je schopen přivolat odbornou pomoc,

c) psychomotorické:

- žák vybaví si a aplikuje základní postupy první pomoci na místě události
- žák je schopen zavolat na telefonní čísla tísňového volání a je schopen poskytnout dispečerovi základní potřebné informace

Klíčové kompetence:

kompetence k učení:

- žák třídí a pracuje s informacemi, má pozitivní vztah k učení, kriticky zhodnotí své výsledky práce a pracuje aktivně při zvolených metodách

kompetence komunikativní:

- žák formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory, vyjadřuje se výstižně, naslouchá názorům druhých a věcně s nimi diskutuje,

kompetence občanské:

- žák podle svých možností poskytne pomoc v situacích ohrožujících zdraví a život člověka,

Motivace: - Diskuze nad tématem

Vyučovací metody:

- diskuse,
- výklad s prezentací
- didaktická hra – úrazové situace
- pracovní listy

Organizační forma:

- frontální
- skupinová výuka

Didaktické pomůcky: - počítačová technika s interaktivní tabulí nebo projektorem

Časová náročnost: 1 vyučovací hodina.

Časový průběh hodiny:

- I. 5 minut – Motivace - diskuze (vlastní zkušenosti žáků s voláním na tísňové linky)
- II. 10 minut - Výklad s prezentací
- III. 15 minut – Didaktická hra – žáci jsou rozděleni do skupinek a dostanou kartičky s různými situacemi, kdy je zapotřebí zavolat na tísňové linky. Podstatou hry je naučit se a zafixovat správný způsob komunikace s operátorem tísňové linky.
- IV. 10 minut – Opakování pomocí vyplnění pracovního listu
- V. 5 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Hodnocení činnosti žáků v hodině:

- Pochvala žáků za jejich aktivitu v hodině.
- Reflexe didaktické hry žáky a učitelem.
- Klasifikace pracovního listu.
- Shrnutí a zhodnocení v závěru hodiny.

4.3.2 OBVAZOVÁ TECHNIKA

Téma vyučovací hodiny: Obvazová technika

Vzdělávací cíle:

a)kognitivní:

- žák dokáže rozlišit základní druhy obvazů a přiřadit je k jednotlivým zraněním
- žák popíše svými slovy, jak by obvázal určité druhy zranění (kotníku, dlaně ruky a palce, hlavy)

b)afektivní:

- žák je schopen obvázat ránu dle svých schopností za využití naučené obvazové techniky

c)psychomotorický:

- žák správně pracuje s obvazovým materiálem, správně ho přikládá na ránu a je schopen fixace poraněné končetiny

Klíčové kompetence:

kompetence k učení:

- žák třídí a pracuje s informacemi, má pozitivní vztah k učení, kriticky zhodnotí své výsledky práce a pracuje aktivně při zvolených metodách, uvádí své znalosti do souvislostí, propojuje je s poznatky z různých oborů,

kompetence sociální a personální:

- žák účinně spolupracuje ve skupině a je ochoten sám poskytnout rady a pomoc,

kompetence pracovní:

- žák bezpečně pracuje s materiálem.

Motivace: - Diskuze nad tématem

Vyučovací metody:

- diskuse,
- rozhovor
- výklad s prezentací
- názorná demonstrace
- praktický nácvik

Organizační forma:

- frontální
- skupinová výuka – práce ve dvojicích
- individualizovaná

Didaktické pomůcky: - počítačová technika s interaktivní tabulí nebo projektorem, obvazový materiál

Časová náročnost: 2 vyučovací hodiny.

Časový průběh 1. vyučovací hodiny:

- I. 5 minut – Motivace - diskuze (Učitel motivuje žáky ke zvládnutí obvazové techniky prostřednictvím jejich vlastních zkušeností.)
- II. 35 minut - Výklad s prezentací a názornou demonstrací
- III. 5 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Časový průběh 2. vyučovací hodiny:

- I. 10 minut – Motivace - Rozhovor (Co si pamatuje z minulé hodiny? Jaké máme druhy obvazové techniky?.....)
- II. 30 minut – Praktický nácvik (Žáci jsou rozděleni do dvojic a zkouší si jednotlivé obvazové techniky dle zadání.)
- III. 5 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Hodnocení činnosti žáků v hodině:

- Pochvala žáků za jejich aktivitu v hodině.
- Slovní hodnocení praktického nácviku obvazování.
- Shrnutí a zhodnocení v závěru hodiny.

4.3.3 POLOHOVÁNÍ A TRANSPORT RANĚNÉHO

Téma vyučovací hodiny: Polohování a transport raněného

Vzdělávací cíle:

a) kognitivní:

- žák zná pravidla použití Euro (zotavovací) polohy a protišokové polohy
- žák popíše svými slovy základní pravidla transportu raněného jedním záchráncem, dvěma záchránci a pravidla transportu za pomoci nosítek

b) afektivní:

- žák je schopen určit, kdy je třeba raněného polohovat
- žák dokáže posoudit situaci, za které je potřeba transportovat raněného

c) psychomotorické:

- žák dokáže uložit raněného do Euro polohy a protišokové polohy
- žák dokáže transportovat raněného sám, ve dvojici či pomocí nosítek

Klíčové kompetence:

kompetence k učení:

- žák třídí a pracuje s informacemi, má pozitivní vztah k učení, kriticky zhodnotí své výsledky práce a pracuje aktivně při zvolených metodách, uvádí své znalosti do souvislostí, propojuje je s poznatky z různých oborů,

kompetence občanské:

- žák podle svých možností poskytne pomoc v situacích ohrožujících zdraví a život člověka,

kompetence k řešení problémů :

- žák řeší problémy týkajících se ohrožení života podle svého úsudku a zkušeností, vytrvale hledá způsob řešení problému,

kompetence pracovní:

- žák pracuje tak, aby chránil zdraví své i zdraví ostatních.

Motivace: - Exkurze (Hasičský záchranný sbor České republiky)

Vyučovací metody:

- výklad
- exkurze
- praktický nácvik
- názorná demonstrace
- test - opakování

Organizační forma:

- frontální
- skupinová výuka

Didaktické pomůcky: - karimatky či žíněnky, počítačová technika s projekcí, předtištěný test k opakování

Časová náročnost: 2-3 vyučovací hodiny

Časový průběh 1. a 2. vyučovací hodiny:

- jedna případně dvě vyučovací hodiny budou věnované exkurzi konané v Hasičském záchranném sboru České republiky, kde žákům předvedou transport a následné polohování raněných osob

Časový průběh 3.vyučovací hodiny:

- I. 5 minut – Diskuze nad exkurzí
- II. 15 minut - Výklad s demonstrací – učitel vysvětlí žákovi pravidla polohování a transportu raněného a demonstruje ukázkou na žákovi
- III. 15 minut – Praktický nácvik polohování a transportu zraněného ve skupinkách
- IV. 10 minut – Závěrečné opakování pomocí testu

Hodnocení činnosti žáků v hodině:

- Pochvala žáků za jejich aktivitu v hodině a při exkurzi.
- Slovní hodnocení praktického nácviku polohování.
- Reflexe praktického nácviku transportu raněného žáky.
- Shrnutí a zhodnocení v závěru hodiny.

4.3.4 NEODKLADNÁ RESUSCITACE

Téma vyučovací hodiny: Kardiopulmonální resuscitace

Vzdělávací cíle:

a) kognitivní:

- žák popíše, jak se projevuje ztráta vědomí,
- žák popíše, jak zjistí zda raněný trpí zástavou dechu,
- žák umí nahmatat puls,
- žák popíše, jak uvolní dýchací cesty pomocí záklonu hlavy
- žák vyjmenuje postupné kroky kardiopulmonální resuscitace,
- žák dokáže zavolat zdravotnickou záchranou službu,

b) afektivní:

- žák si uvědomuje důsledky neznalosti kardiopulmonální resuscitace a dále si uvědomuje závažnost situace a je ochoten poskytnout první pomoc,

c) psychomotorické:

- žák zkontroluje základní životní funkce raněného,
- žák umí provést záklon hlavy,
- žák umí správně provádět nepřímou srdeční masáž,
- žák je schopen uložit raněného po obnovení základních životních funkcí do zotavovací polohy
- žák přivolá záchranou zdravotnickou službu

Klíčové kompetence:

kompetence k učení:

- žák pracuje aktivně při zvolených metodách, uvádí své znalosti do souvislostí, propojuje je s poznatky z různých oborů,

kompetence k řešení problémů:

- žák kriticky myslí, dokáže se rozhodnout a případně své rozhodnutí obhájit,

kompetence občanské:

- žák se rozhoduje v zájmu podpory a ochrany zdraví nejen svého, ale i druhých lidí,

kompetence sociálně personální:

- žák účinně spolupracuje ve skupině,

- žák v případě potřeby poskytne pomoc nebo o ni sám požádá,

kompetence pracovní:

- žák pracuje tak, aby chránil zdraví své i zdraví ostatních

Motivace: - Instruktažní video (<http://tvmedicina.cz/kategorie/kurz-prvni-pomoci/1067-prvni-pomoc-neodkladna-resuscitace>)

Vyučovací metody:

- výklad s prezentací
- názorně – demonstrační metoda
- praktický nácvik
- pracovní list

Organizační forma:

- frontální
- skupinová
- individualizovaná

Didaktické pomůcky: - počítačová technika s interaktivní tabulí či projektorem, připojení na internet, resuscitační torzo dospělého, desinfekce a mulové čtverce k čištění úst resuscitační figuríny, žíněnka či jiná podložka, pracovní list s obrázky postupu resuscitace

Časová náročnost: 2 vyučovací hodiny.

Časový průběh 1.vyučovací hodiny:

- I. 7 - 10 minut - Motivace – Instruktažní video
- II. 20 – 25 minut - Výklad s prezentací
- III. 10 minut – Opakování pomocí pracovního listu s obrázky (Obrázky znázorňují postup neodkladné resuscitace - žáci je musí správně očíslovat dle jednotlivých úkonů na obrázcích.)

Časový průběh 2.vyučovací hodiny:

- I. 5 minut – Kontrola pracovních listů
- II. 35 minut – Praktický nácvik resuscitace na resuscitační figuríně
- III. 5 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Hodnocení činnosti žáků v hodině:

- Pochvala žáků za jejich aktivitu v hodině.
- Klasifikace pracovního listu.
- Slovní hodnocení praktického nácviku resuscitace.
- Shrnutí a zhodnocení v závěru hodiny.

4.3.5 KRVÁCENÍ

Téma vyučovací hodiny: Život ohrožující krvácení

Vzdělávací cíle:

a) kognitivní:

- žák svými slovy popíše rozdíl mezi tepenným a žilním krvácením,
- žák popíše základní postupy při zástavě tepenného a žilního krvácení,
- žák vysvětlí, v jakém případě se používá zaškrcovalo a jaké jsou pravidla jeho použití

b) afektivní:

- žák si je vědom, důležitosti naučení se postupům při zástavě masivního krvácení,
- žák si je vědom, že musí chránit především sám sebe

c) psychomotorické:

- žák používá ochranné pomůcky
- žák dokáže přiložit tlakový obvaz, případně další vrstvy tlakového obvazu
- žák dokáže raněného zpolohovat, tak aby zabránil ještě větší ztrátě krve
- žák dokáže správně použít zaškrcovadlo
- žák je schopen přivolat odbornou pomoc

Klíčové kompetence:

kompetence k učení:

- žák třídí a pracuje s informacemi, má pozitivní vztah k učení, kriticky zhodnotí své výsledky práce a pracuje aktivně při zvolených metodách, uvádí své znalosti do souvislostí, propojuje je s poznatky z různých oborů,

kompetence občanské:

- žák se rozhoduje v zájmu podpory a ochrany zdraví,

kompetence pracovní:

- žák pracuje tak, aby chránil zdraví své i zdraví ostatních.

Motivace: - Instruktažní video

(http://www.lf3.cuni.cz/cs/pracoviste/anesteziologie/vyuka/studijni-materialy/prvni-pomoc/pp-02-prudke_krvaceni.html?month=9&year=2009)

Vyučovací metody:

- výklad s prezentací
- modelové situace
- video

Organizační formy:

- skupinová
- frontální

Didaktické pomůcky: - obvazový materiál, počítačová technika s projektorem

Časová náročnost: 2 vyučovací hodiny.

Časový průběh 1.vyučovací hodiny:

- I. 10 minut - Motivace – Instruktažní video
- II. 30 minut - Výklad s prezentací a demonstrací zdravotnického materiálu
- III. 5 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Časový průběh 2.vyučovací hodiny:

- I. 5 minut – Demonstrační ukázka postupu zástavy zevního krvácení učitelem
- II. 30 minut – Praktický nácvik pomocí modelových situací – žáci jsou rozděleni do skupinek
- III. 10 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny a reflexe praktického nácviku skupinkami

Hodnocení činnosti žáků v hodině:

- Pochvala žáků za jejich aktivitu v hodině.
- Slovní hodnocení a reflexe praktického nácviku ve skupinkách.
- Shrnutí a zhodnocení v závěru hodiny.

4.3.6 TEPELNÁ PORANĚNÍ ORGANISMU

Téma vyučovací hodiny: Tepelná poranění - popáleniny a omrzliny

Vzdělávací cíle:

a)kognitivní:

- žák umí vysvětlit rozdíl mezi úpalem a úžehem
- žák popíše postup první pomoci při úpalu a úžehu
- žák vyjmenuje stupně popálenin a omrzlin
- žák dokáže přibližně odhadnout závažnost poškození popálením či omrzlinou
- žák popíše postup při ošetření popálenin a omrzlin různého stupně

b)afektivní:

- žák si uvědomí význam ochranných pomůcek

c)psychomotorický:

- žák dokáže poskytnout první pomoc při úžehu a úpalu
- žák dokáže správně ošetřit různé stupně popálenin a omrzlin
- žák dokáže přivolat odbornou pomoc

Klíčové kompetence:

kompetence k učení:

- žák třídí a pracuje s informacemi, má pozitivní vztah k učení, kriticky zhodnotí své výsledky práce a pracuje aktivně při zvolených metodách, uvádí své znalosti do souvislostí, propojuje je s poznatky z různých oborů,

kompetence občanské:

- žák podle svých možností poskytne pomoc v situacích ohrožujících zdraví a život člověka,

kompetence sociální a personální:

- žák účinně spolupracuje ve skupině a je ochoten sám poskytnout rady a pomoc,

kompetence pracovní:

- žák bezpečně pracuje s materiálem a pracuje tak, aby chránil zdraví své i zdraví ostatních

Motivace: - Diskuze nad tématem

Vyučovací metody:

- diskuse

- výklad
- praktický nácvik
- pracovní list

Organizační forma:

- frontální
- skupinová výuka

Didaktické pomůcky: - počítačová technika s interaktivní tabulí nebo projektorem, obvazový materiál, rukavice, sterilní krytí, termofólie, pracovní listy

Časová náročnost: 2 vyučovací hodiny.

Časový průběh 1. vyučovací hodiny:

- I. 10 minut – Motivace - diskuze (Osobní zkušenosti žáků s tepelným poraněním.)
- II. 35 minut - Výklad s prezentací a názornou demonstrací
- III. 5 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Časový průběh 2. vyučovací hodiny:

- IV. 30 minut – Praktický nácvik (Žáci jsou rozděleni do skupinek a dle modelových zadání správně ošetřují tepelná poranění raněného.)
- V. 10 minut – Pracovní list k upevnění látky (Žáci ho zpracovávají ve skupinkách, které vytvořili pro předchozí modelové situace.)
- VI. 5 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Hodnocení činnosti žáků v hodině:

- Pochvala žáků za jejich aktivitu v hodině.
- Slovní hodnocení praktického nácviku ošetření ran způsobených tepelným poškozením.
- Reflexe modelových situací žáky.
- Slovní hodnocení pracovního listu jednotlivými skupinkami a učitelem.
- Shrnutí a zhodnocení v závěru hodiny.

4.3.7 ŠOKOVÉ STAVY, OTRAVY

Téma vyučovací hodiny: Šok, otravy

Vzdělávací cíle:

a)kognitivní:

- žák definuje pojem šok
- žák vyjmenuje příznaky šokového stavu
- žák vyjmenuje dělení šoku dle příčin
- žák svými slovy vysvětlí „pravidlo 5T“
- žák popíše postup uložení postiženého do protišokové polohy
- žák dokáže popsat projevy otrav
- žák popíše postup poskytování první pomoci při otravách

b)afektivní:

- žák si uvědomí nutnost znalostí příznaků šoku
- žák si uvědomuje důležitost znalostí postupů první pomoci při otravách

c)psychomotorický:

- žák dokáže poskytnout první pomoc při šokovém stavu
- žák dokáže uložit raněného do protišokové polohy
- žák aplikuje „pravidla 5T“
- žák dokáže poskytnout první pomoc při jednotlivých otravách
- žák dokáže zavolat odbornou pomoc a případně zajistit vzorek požitě otrávené látky či vzorek zvratků

Klíčové kompetence:

kompetence k učení:

- žák pracuje aktivně při zvolených metodách, uvádí své znalosti do souvislostí, propojuje je s poznatky z různých oborů,

kompetence k řešení problémů:

- žák kriticky myslí, dokáže se rozhodnout a případně své rozhodnutí obhájit,

kompetence občanské:

- žák se rozhoduje v zájmu podpory a ochrany zdraví nejen svého, ale i druhých lidí,

kompetence sociálně personální:

- žák v případě potřeby poskytne pomoc nebo o ni sám požádá,

kompetence pracovní:

- žák pracuje tak, aby chránil zdraví své i zdraví ostatních

Motivace: - Diskuze nad tématem

Vyučovací metody:

- diskuse
- výklad s prezentací
- pracovní list

Organizační forma:

- frontální
- skupinová výuka

Didaktické pomůcky: - počítačová technika s interaktivní tabulí nebo projektorem, pracovní listy

Časová náročnost: 1 vyučovací hodina.

Časový průběh 1. vyučovací hodiny:

- I. 5 minut – Motivace - diskuze (Osobní zkušenosti žáků s otravami.)
- II. 25 minut - Výklad s prezentací
- III. 10 minut – Pracovní list - k upevnění znalostí (Žáci jsou rozděleni do skupinek a společně vypracovávají pracovní list.)
- IV. 5 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Hodnocení činnosti žáků v hodině:

- Pochvala žáků za jejich aktivitu v hodině.
- Klasifikace pracovního listu.
- Shrnutí a zhodnocení v závěru hodiny.

4.3.8 PORANĚNÍ POHYBOVÉHO APARÁTU

Téma vyučovací hodiny: Poranění pohybového aparátu

Vzdělávací cíle:

a)kognitivní:

- žák dokáže popsat příznaky podvrtnutí, vykloubení a zlomenin
- žák popíše rozdíl mezi otevřenou a uzavřenou zlomeninou
- žák dokáže popsat postup první pomoci, tak aby utišil bolest raněného
- žák dokáže zajistit odbornou pomoc

b)afektivní:

- žák si je vědom potřeby znalostí v poskytování první pomoci při poranění pohybového aparátu a snaží se předcházet úrazům

c)psychomotorický:

- žák dokáže poskytnout první pomoc při podvrknutí, vykloubení a zlomenině
- žák dokáže přivolat odbornou pomoc

Klíčové kompetence:

kompetence k učení:

- žák vyhledává odborné termíny v dostupné literatuře nebo na internetu, propojuje nové informace se stávajícími z jiných oblastí vzdělávání, uvádí své znalosti do souvislostí,

kompetence komunikativní:

- žák rozumí textu, sděluje své myšlenky a názory,

kompetence občanské:

- žák podle svých možností poskytne pomoc v situacích ohrožujících zdraví a život člověka,

kompetence sociální a personální:

- žák účinně spolupracuje ve skupině a je ochoten sám poskytnout rady a pomoc,

kompetence pracovní:

- žák pracuje tak, aby chránil zdraví své i zdraví ostatních

Motivace: - Video- ukázka – Nejčastější letní úrazy

(<http://www.ceskatelevize.cz/porady/10315080042-tep-24/211411058130012/>)

Vyučovací metody:

- výklad
- praktický nácvik
- video
- pracovní list

Organizační forma:

- frontální
- skupinová výuka

Didaktické pomůcky: - počítačová technika s interaktivní tabulí nebo projektorem, obvazový a fixační materiál, rukavice, pracovní listy

Časová náročnost: 2 vyučovací hodiny.

Časový průběh 1. vyučovací hodiny:

- IV. 10 minut – Motivace - Video- ukázka – Nejčastější letní úrazy
- V. 35 minut - Výklad s prezentací a názornou demonstrací
- VI. 5 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Časový průběh 2. vyučovací hodiny:

- VII. 30 minut – Praktický nácvik (Žáci jsou rozděleni do skupinek a dle modelových zadání správně ošetřují poranění pohybového aparátu.)
- VIII. 10 minut – Pracovní list k upevnění látky (Žáci ho zpracovávají ve skupinkách, které vytvořili pro předchozí modelové situace.)
- IX. 5 minut – Závěrečné zhodnocení hodiny

Hodnocení činnosti žáků v hodině:

- Pochvala žáků za jejich aktivitu v hodině.
- Slovní hodnocení praktického nácviku.
- Reflexe modelových situací žáky.
- Slovní hodnocení pracovního listu jednotlivými skupinkami a učitelem.
- Shrnutí a zhodnocení v závěru hodiny.

ZÁVĚR

Tato práce je věnována především první pomoci a její aplikaci do vyučovacího procesu na základních školách. Což bylo zároveň i hlavním cílem práce.

Diplomovou práci jsem rozdělila do dvou hlavních částí. V prvním úseku práce jsem se věnovala spíše didaktické stránce věci. Snažila jsem se definovat první pomoc a zaměřila jsem se na výuku první pomoci dle Rámcově vzdělávacího programu pro základní vzdělávání. Dále jsem se zde snažila shrnout nejdůležitější výukové metody, organizační formy a nejpodstatnější didaktické prostředky pro výuku první pomoci na základní škole. V další části práce jsem již zpracovávala jednotlivá vybraná témata první pomoci, prostřednictvím různých vyučovacích metod, které žáky motivují k učení a zájmu o daná témata. Jednotlivá vybraná témata, která jsem v této práci zpracovávala jsem rozdělila do dvou podkapitol, a to aplikace výukových metod pro první stupeň základní školy a aplikace výukových metod pro druhý stupeň základní školy. Následující témata jsem zvolila pro žáky prvního stupně: Přivolání odborné pomoci; Vybavení lékárničky; Krvácení; Základy neodkladné resuscitace; Polohování. Mezi navrhovaná témata pro žáky druhého stupně patří například tyto: Složky záchranného integrovaného systému + přivolání odborné pomoci; Obvazová technika; Poruchy vědomí; Polohování a transport raněného, Neodkladná resuscitace; Poranění teplem a chladem. Ve všech těchto tématech byl stěžejní metodou praktický nácvik. Dále jsem využívala metody hraní rolí, modelové situace, různé didaktické hry. Ovšem nesmíme zapomenout ani na klasické metody výkladu, diskuze a rozhovoru. V rámci výuky první pomoci lze také zařadit metodu exkurze, například návštěva Hasičského záchranného sboru České republiky nebo návštěva Českého červeného kříže. Právě díky rozmanitosti využívaných metod a častému střídání činností žáka dostatečně motivujeme k učení a zájmu o získávání informací spjatých s první pomocí. Měli bychom žákům zdůrazňovat, že je pro ně velmi důležité znát postupy při poskytování první pomoci, protože nikdo z nás neví kdy sám bude potřebovat pomoc.

RESUMÉ

Tématem mé diplomové práce je „Didaktika první pomoci“. Cílem diplomové práce bylo předložit ukázky didaktického zpracování výuky vybraných témat první pomoci na prvním i druhém stupni základních škol. Snažila jsem se při tom využívat různých vyučovacích metod, které by žáky co nejvíce motivovali k učení. Práce je obsahuje teoretické poznatky první pomoci, zařazení výuky pomoci dle Rámcově vzdělávacího programu pro základní školy, stručnou charakteristiku výukových metod, organizačních forem a didaktických prostředků vhodných k výuce první pomoci. Nejdůležitější částí práce jsou zpracované návrhy vybraných témat pro výuku první pomoci na základních školách.

My thesis is " Teaching first aid ." The aim of the thesis was to submit examples of the didactic process of teaching of first aid at the first and second grade of primary school . I tried to use it in a variety of teaching methods that would best motivate pupils to learn. The work contains theoretical knowledge of first aid , including tuition assistance under general educational program for primary schools , a brief description of teaching methods, organizational forms and teaching materials suitable for teaching first aid. The most important part are the proposed selected topics for teaching first aid to primary schools.

SEZNAM LITERATURY

1. BYDŽOVSKÝ, Jan. *Akutní stavy v kontextu*. Praha: Triton, 2008. ISBN 978-80-7254-815-6
2. DOBIÁŠ, Viliam. *Prednemocničná urgentná medicína*. Turany: Osveta, 2007. 382 s. ISBN 978-80-8063-255-7
3. DVOŘÁČEK, David. *Stručné dějiny poskytování první pomoci, organizovaného záchranářství a ošetrovatelské péče o raněné. Urgentní medicína*, 2009, roč. 12, č. 3. ISSN: 1212-1924.
4. HANUŠOVÁ, Jaroslava. *Zásady laické první pomoci*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2007. ISBN 978-80-86991-03-0.
5. HORNÝCH, Jaroslav., et. al. *Zdravotník zotavovacích akcí*. 3. vyd. Praha: Úřad Českého červeného kříže, 2004.
6. KALHOUS, Zdeněk. *Školní didaktika*. Praha: Portál, 2002, ISBN 80-717-8253-X.
7. KASÍKOVÁ, Hana. *Kooperativní učení, kooperativní škola*. Praha: Portál, 1997, ISBN 80-7178-167-3
8. KOTRBA, Tomáš – LACINA, Lubor. *Aktivizační metody ve výuce – příručka moderního pedagoga*. 2. vyd. Brno: Barrister & Principál, 2011. 185 s. ISBN 978-80-87474-34-1.
9. MÁLEK, DVOŘÁK, KNOR a kol. *První pomoc*[online]. Praha, 2010. Dostupné z WWW:<http://www.lf3.cuni.cz/opencms/export/sites/www.lf3.cuni.cz/cs/pracoviste/ane-steziologie/journal/galerie-download/prvni-pomoc.pdf>
10. MAŇÁK J., ŠVEC V. *Výukové metody*. Brno: Paido, 2003. ISBN 80-7315-039-5
11. SKALKOVÁ, Jarmila. *Obecná didaktika: vyučovací proces, učivo a jeho výběr, metody, organizační formy vyučování*. 2., rozš. a aktualiz. vyd., Praha: Grada, 2007, ISBN 978-80-247-1821-7.
13. ŠVEJNOHA, Josef. *Historie mezinárodního červeného kříže*. Praha: Úřad ČČK, 2008. 151 s. ISBN 978-80-87036-28-0.
14. ZEMAN, Jiří. *První pomoc*. 2. vyd. Praha: Galén, 1998. ISBN 80-7484-579-5
15. ZORMANOVÁ, Lucie. *Výukové metody v pedagogice*. Praha: Grada, 2012. ISBN 978-80-274-4100-0


SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK, GRAFŮ A DIAGRAMŮ

Nenalezena položka seznamu obrázků.

PŘÍLOHY

Příloha 1 – Ukázka Powerpointové prezentace - resuscitace

První pomoc



ROZDĚLENÍ NÁHLÝCH PŘÍHOD Z HLEDISKA POTŘEBY PRVNÍ POMOCI

I. Stavy bezprostředního ohrožení života:

- Bezvědomí
- Dušení ze zevních příčin
- Bezdeší
- Zástava krevního oběhu
- Masivní krvácení

II. Stavy potenciálního ohrožení života:

- Šok
- Úrazy páteře a míchy
- Úrazové amputace
- Poranění oka
- Uzávěr končetinové tepny

III. Úrazy vyžadující speciální postupy:

- Úraz elektrickým proudem a elektrickým výbojem
- Termická poškození

IV. Úrazy podle lokalizace – orgánových systémů:

- Úrazy hlavy – mozkolebeční poranění
- Poranění hrudníku
- Poranění břicha
- Poranění pohybového aparátu
- Rány

V. Otravy:

- Uštknutí hadem, poštipání hmyzem

Bezvědomí

- **Příznaky:**
 - Postižený padne k zemi nebo se vsedě „zhroutí“
 - Tělo je zpravidla bezvládné, ale mohou být i křeče
 - Není žádná reakce na oslovení, případně postižený nesrozumitelně mumlá
 - Nereaguje na bolestivé podněty, neprobere se po zatřesení ani štipnutí, to nejsnáze vyšetřujeme na ušním lalůčku
 - Dýchání je zpravidla spojeno s abnormálními pohyby
- **První pomoc:**
 - Vodorovná poloha
 - Zprůchodnit dýchací cesty – mírný záklon hlavy a předsunutí spodní čelisti
 - Kontrola dutiny ústní – případně její vyčištění
 - Kontrola dýchání – **dýchá:** stabilizovaná poloha
- **nedýchá:** zahájit umělé dýchání

Bezdeší

- Jedná se o stav, kdy postižený nedýchá, tj. nekoná žádné dýchací pohyby.
- **Příznaky:**
 - modravé zabarvení obličeje, ušních lalůčku, rtů a jazyka
 - na hrudníku nelze registrovat žádný pohyb
 - není slyšitelný žádný dýchací zvuk
 - u úst a nosu chybí závan vzduchového proudu
- **První pomoc:**
 - Uvolnit dýchací cesty
 - Zahájit umělého dýchání z úst do úst, či z úst do nosu (děti)
 - začínáme **2 – 3 vdechy**, pokračujeme
 - dospělí: **15 – 20/min**
 - děti: **20/min**
 - kojeneček: **30/min**

Volat RZP!

Dýchání z úst do úst:

- Záklon hlavy
- Otevření dutiny ústní
- Ucpání nosu
- Zahájení dýchání
- 2 – 3 vdechy

**Dýchání z úst do nosu:**

- Záklon hlavy
- Zavření dutiny ústní
- Zahájíme dýchání 2 – 3 vdechy do nosu

**Dýchání z úst do nosu a úst u dětí:**

- Záklon hlavy
- Ústy obemkneme nos i ústa dítěte
- Zahájíme umělé dýchání 2 – 3 vdechy

**Zástava krevního oběhu**

- Krev v těle neproudí, buňky nedostávají kyslík potřebný k jejich životu
- **Příznaky:**
 - mrtvolný vzhled postiženého (šedomodré zbarvení)
 - nehmatný tep
 - bezdeší (v časném stádiu může být přítomno několik lapavých dechů)
 - široké nereagující zornice

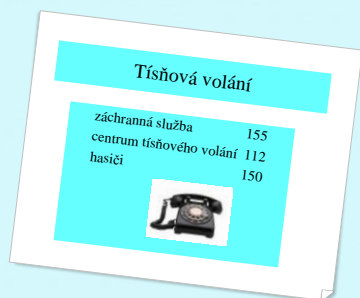
Ohrožení života se projevuje současným selháním tří základních životních funkcí:

1) Ztráta dechu:**2) Ztráta vědomí****3) Selhání krevního oběhu****• První pomoc:**

- KPR – Kardiopulmonární resuscitace:
Co udělat nejdříve?
- 1) Zkontrolujeme stav postiženého, je při vědomí, dýchá, srdce pracuje?



2) Voláme
tísňovou linku



3) Zavoláme si
pomocníky,
pokud je to
možné



4) Uvolnění
dýchacích cest
záklonem
hlavy.

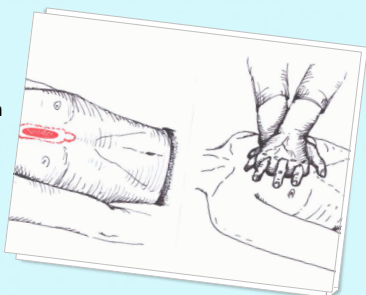


5) Uvolnění
dýchacích cest
vyčištěním
dutiny ústní

Odstraníme
zvratky, krev,
cizí tělesa,
zubní protězu.

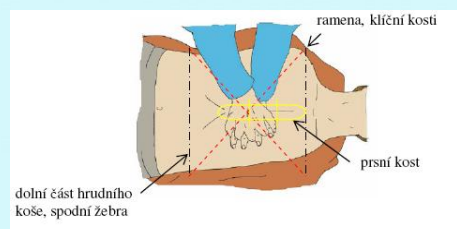


KPR
– pokud se
postižený sám
nerozdýchá,
začneme s
masáží srdce



Technika masáže srdce u dospělého:

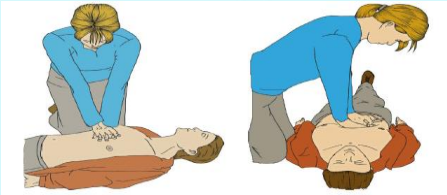
- přesně v polovině hrudníku u žen
- spojnice mezi bradavkami u mužů



KPR – jeden zachránce

30 kompresí : 2 vdechům
do hloubky cca 5cm

- V ostatních situacích kombinujeme komprese a dýchání z plic do plic



KPR – dva zachránci

30 kompresí : 2 vdechům
(střídat se po 2 minutách)



Kdy ukončit KPR?

- KPR provádíme tak dlouho, dokud postižený nezačne sám normálně dýchat a neobnoví se činnost srdce.
- Až do příjezdu záchranky (vystřídání, podání léků, napojení na přístroje).
- Lékař rozhodne o ukončení KPR.
- Vyčerpanost záchranců.

Příloha 2 – Ukázka Powerpointové prezentace – krvácení, šok

První pomoc



Krvácení

Tepenné, žilní, vlásečnicové

Rozdělení

- **Intenzita**
Sílné x slabé
- **Druh**
Tepenné x žilní x vlásečnicové
- **Projev**
Zevní x vnitřní x z přirozených otvorů

Rozdíly mezi tepenným a žilním krvácením

Tepenné	Žilní
• Barva: - jasně červená	• Barva: - tmavě červená
• Způsob krvácení: - vystřikuje v rytmu srdce	• Způsob krvácení: - vytéká či vystřikuje, ale ne v rytmu srdce



HEMORRAGIAS
Arterial Salida intermitente. Sangre rojo brillante.
Venosa Salida continua. Sangre rojo oscuro.
Capilar Salida de sangre en poca cantidad.

Tepenné krvácení

- **První pomoc:**
- Položíme postiženého
- Posadit lze jen při menším krvácení na hlavě, nebo horní končetině
- Zastavíme krvácení
- Voláme RZP

Zastavení krvácení

- Holými prsty v rámě
- Tlakem přes čistý kapesník, gázu,...
- Stisknutím tepny v tlakovém bodě
 - Spánkové, lícni, podklíčkové, pažní, břišní, stehenní
- Tlakovým obvazem
 - Začne-li prosakovat, nesundáváme ho, ale přiložíme další vrstvu.
- Zaškrcovadlo použijeme jen, nelze-li použít žádný jiný způsob (úrazová amputace,...)

Žilní krvácení

- **První pomoc**
- Zvednout krvácející část těla nad úroveň srdce
- Uvolnit oděv
- Tlakový obvaz
- Je-li krvácení silné, transport do nemocnice, nebo RZP



Vlásečnicové krvácení

- Drobná poranění (škrábnutí, mělké řezné rány,...)
- **První pomoc:**
- Vyčistit ránu od mechanických nečistot (písek, kamínky,...)
- Dezinfekce - jen na menší rány
 - u větších ran nelijeme přímo do rány, protože by se pak špatně hojila
- Septonex, peroxid vodíku,...
- Sterilní krytí - náplast, obvaz
- Na „rozšklebené“ rány lze použít náplastové stehy
- U větších, nebo silně znečištěných ran kontrolujeme platnost očkování proti tetanu
- Ve vážnějších případech k lékaři



Šok

- Šok je stav, při němž všechny buňky organismu hladoví po kyslíku.
- **Příčiny**
- - úrazy spojené se ztrátou krve, intenzivní bolestí, podchlazením a psychickým stresem
- - stavy spojené s náhlou ztrátou velkého objemu tělesných tekutin
- - infarkt s náhlým rozvojem srdeční slabosti
- **Příznaky**
- - bledost - slabost - pocení - kolaps
- - rychlý a měkký puls - povrchní zrychlený dech
- - třes - neklid - žízeň
- - poruchy smyslového vnímání - mluvení z cesty

První pomoc při šoku

- **Tišení bolesti** - v praxi spočívá v ošetření ran a znehybnění zlomenin. Laik nepodává žádné léky.
- **Tekutiny** - nepodáváme tekutiny a snažíme se zastavit krvácení
- **Tepló** - k zábraně tepelných ztrát nestačí příkrývka, zraněného je nutno izolovat od země a chránit před vlhkem. Neprodyšné materiály (např. pláštěnka) navíc významně přispívají k omezení tepelných ztrát.
- **Klid** - bráníme prudkému osvětlení, zářivému slunci a hluku
- **Poloha** - pokud tomu nebrání závažný důvod, vždy vleže se zdviženými (podloženými) dolními končetinami.