



mpc
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM

**VZDELÁVANÍM
PEDAGOGICKÝCH ZAMESTNANCOV
K INKLÚZII MARGINALIZOVANÝCH
RÓMSKYCH KOMUNÍT**



Moderné vzdelávanie pre vedomostnú spoločnosť / Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov EÚ

Kód ITMS: 26130130051

číslo zmluvy: OPV/24/2011

Metodicko – pedagogické centrum

Národný projekt

**VZDELÁVANÍM PEDAGOGICKÝCH ZAMESTNANCOV
K INKLÚZII MARGINALIZOVANÝCH RÓMSKYCH KOMUNÍT**

Ing. Anna Mikulová

**Záujmová činnosť Prvá pomoc 1. časť – súbor učebných textov
a pracovných listov**

2014

Vydavateľ: Metodicko-pedagogické centrum, Ševčenkova 11, 850 01
Bratislava

Autor UZ: Ing. Anna Mikulová

Kontakt na autora UZ: Spojená škola, Štúrova 231/123, org. zložka ZŠ, Spišská
Stará Ves, 061 01

Názov: Záujmová činnosť Prvá pomoc 1. časť – súbor učebných
textov a pracovných listov

Rok vytvorenia: 2014

Oponentský posudok vypracoval: Mgr. Anna Kromková

ISBN 978-80-565-0316-4

Tento učebný zdroj bol vytvorený z prostriedkov projektu Vzdelávaním pedagogických zamestnancov k inklúzii marginalizovaných rómskych komunít. Projekt je spolufinancovaný zo zdrojov Európskej únie.

Text neprešiel štylistickou ani grafickou úpravou.

Obsah

Úvod	4
1 Vedomosti o Červenom kríži (ČK), Červenom polmesiaci (ČP) a Slovenskom Červenom kríži (SČK).....	5
2 Anatómia ľudského tela, sústavy orgánov.....	7
3 Základy poskytovania prvej pomoci.....	11
Riešenie pracovných listov	14
Zoznam bibliografických odkazov	19

Úvod

Cieľom tvorby predložených učebných textov a pracovných listov bolo vytvorenie učebného zdroja na záujmovú činnosť krúžku s názvom Prvá pomoc. Jeho úlohou bude pomôcť žiakom zo sociálne znevýhodneného prostredia a žiakom z marginalizovaných rómskych komunít osvojiť si spôsoby poskytovania prvej pomoci a aplikovať tieto vedomosti v praktickom živote. Je prirodzenou povinnosťou každého občana, aby podľa svojich možností poskytol prvú pomoc bez rozdielu každému, koho postihol úraz alebo náhle ochorenie. Poskytnutie prvej pomoci je nielen prirodzenou (morálnou) povinnosťou každého občana, ale aj povinnosťou, ktorá vyplýva zo zákona o starostlivosti o zdravie ľudí. Je nutné, aby vedomosti a zručnosti v tejto oblasti získali už žiaci na základnej škole, lebo ich budú potrebovať po celý svoj život. Túto úlohu plní v škole prostredníctvom krúžku s názvom Prvá pomoc, ale je možné Prvú pomoc zaviesť v škole aj ako nepovinný predmet. Učebný zdroj tiež môže poslúžiť učiteľom ako pomôcka na hodinách biológie v 7. ročníku základnej školy, obsahom ktorých je anatómia ľudského tela, správna životospráva a poskytovanie prvej pomoci pri úrazoch a ochoreniach.

V úvode jednotlivých tém učebného zdroja sú krátke a zrozumiteľné učebné texty, ktoré žiakom poslúžia na čítanie s porozumením a zároveň z nich budú vychádzať pri riešení úloh v pracovných listoch. Ku každej téme sú vypracované rôzne typy úloh a to teoretické aj praktické. Prostredníctvom nich si žiaci osvojujú vedomosti a vytvárajú zručnosti, pre učiteľa predstavujú spätnú väzbu toho, ako si žiaci osvojili dané učivo. Záver učebného zdroja obsahuje správne odpovede na zadané úlohy.

1 Vedomosti o Červenom kríži, Červenom polmesiaci a Slovenskom červenom kríži

Medzinárodná organizácia **Červený kríž (ČK)** vznikla v roku **1863**. Pri jej zrode stál Švajčiar **Henry Dunant** (čítaj Anri Dynan). Narodil sa **8. mája** a tento deň sa vo svete zároveň slávi ako **Svetový deň ČK**.

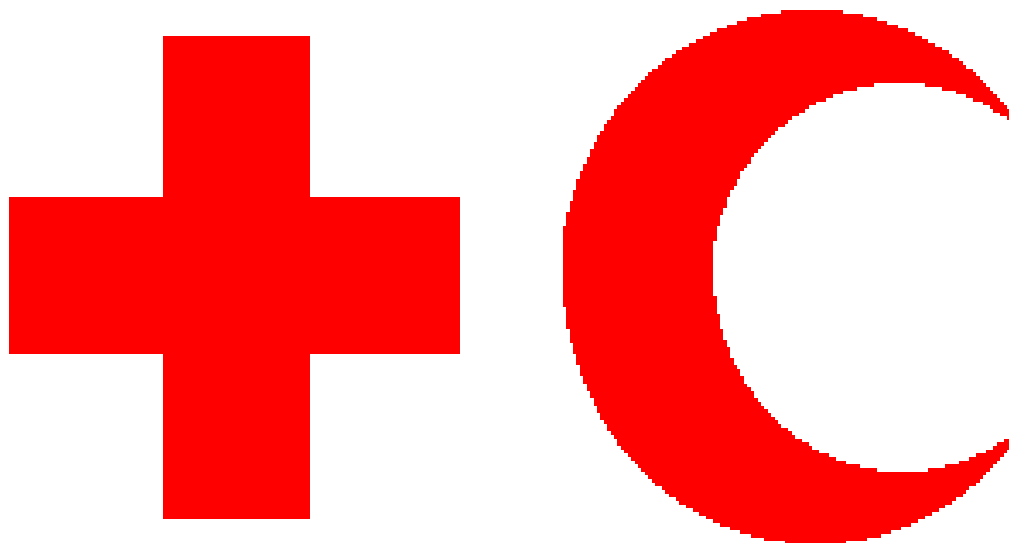
Henry Dunant



Obr. 1

Medzinárodným znakom organizácie je **Červený kríž v bielom poli**, niektoré krajiny si za znak zvolili **Červený polmesiac (ČP)**. Tieto znaky sú všeobecne uznávaným a chráneným symbolom a ich zneužitie sa trestá. ČK pomáha ľuďom pri rôznych katastrofách, ako sú napríklad zemetrasenia, požiare, záplavy alebo pri hľadaní stratených osôb. **Slovenský Červený kríž (SČK)** vznikol v roku 1993.

Znak Červeného kríža a Červeného polmesiaca



Obr. 2

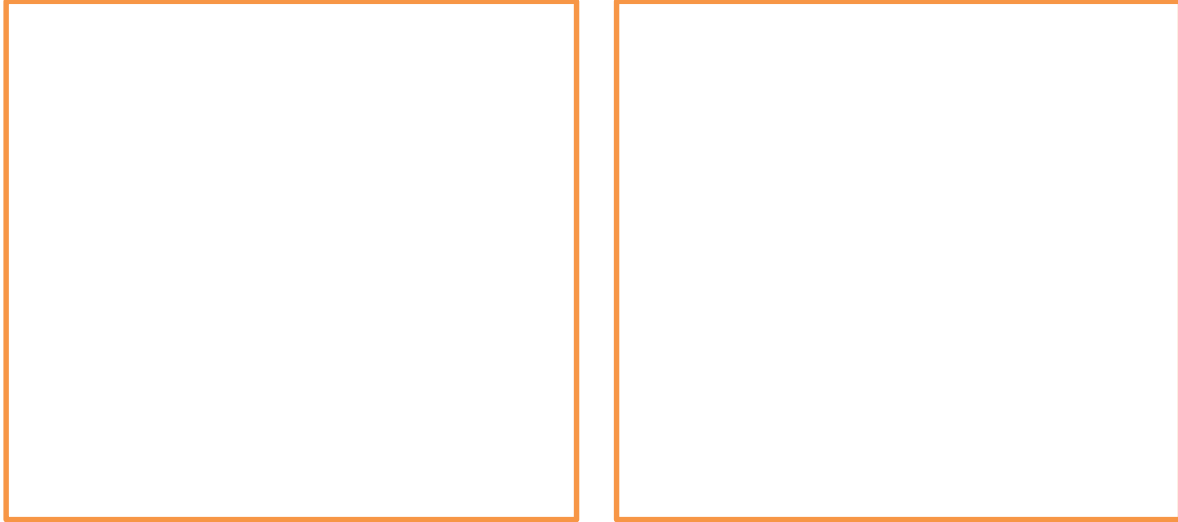
1. úloha

Pospájaj pomocou farebnej ceruzy časti viet tak, aby si vytvoril vety, ktoré obsahujú správne tvrdenia.

Zakladateľom ČK bol	1993
Henry Dunant bol pôvodom	zemetraseniach, požiaroch, záplavách
Medzinárodný ČK vznikol v roku	Švajčiar
ČK pomáha ľuďom pri	Henry Dunant
SČK vznikol v roku	1863

2. úloha

Do prvého okienka nakresli znak Červeného kríža a do druhého okienka znak Červeného polmesiaca. Nakreslené znaky vymaľuj pomocou pastelky alebo voskových farieb.



3. úloha

Z daných možností vyber správnu odpoveď a pomocou pastelky ju spoj s tvrdením.

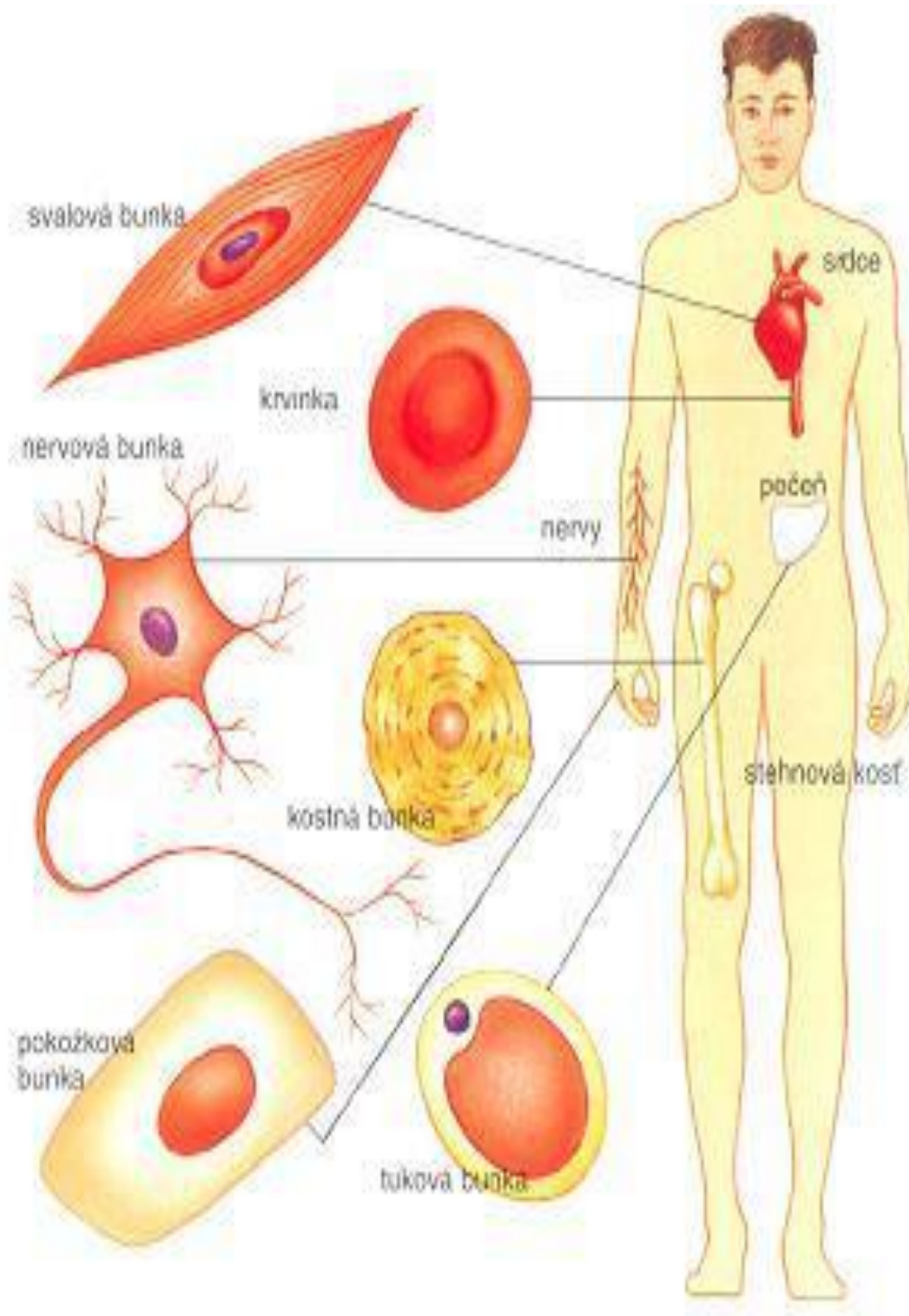
Deň narodenia Henryho Dunanta sa slávi ako Svetový deň ČK a je ním: 24. december
8. marec
8. máj

2 Anatómia ľudského tela, sústavy orgánov

Základnou stavebnou jednotkou ľudského tela je **bunka**. Skupiny buniek, ktoré plnia rovnakú funkciu, voláme **tkanivá** (krycie, kostné, nervové, svalové....). Tkanivá tvoria v tele **orgány** zodpovedné za určitú činnosť, napríklad koža chráni telo pred vonkajšími vplyvmi, žalúdok slúži na trávenie potravy, mozog na riadenie všetkých procesov v tele, srdce na pumpovanie krvi v cievach, obličky na čistenie krvi a tvorbu moču a podobne. Plnenie niektorých funkcií v tele si však vyžaduje súčinnosť viacerých orgánov a tie potom vytvárajú **sústavu orgánov** (tráviacu, dýchaciu, nervovú, rozmnožovaciu....). Všetky sústavy spolu tvoria jeden celok –

telo alebo organizmus človeka. Všetky časti ľudského tela je nutné chrániť pred chorobami a úrazmi, **zdravie je totiž to najcennejšie, čo máme.**

Ľudské bunky



Obr. 3

1. úloha

Písomne odpovedz do vyznačených riadkov na nasledujúce otázky.

Ako sa nazýva základná stavebná jednotka ľudského tela?.....

Ako sa nazýva skupina buniek v ľudskom tele, ktoré plnia rovnakú funkciu?.....

Čo tvoria v tele tkanivá?.....

Čo tvoria orgány zabezpečujúce jednu funkciu v tele?.....

Všetky sústavy orgánov tvoria jeden celok.....

2. úloha

Ukáž na anatomickej modeli ľudského tela polohu umiestnenia srdca, pľúc, žalúdka a čriev.

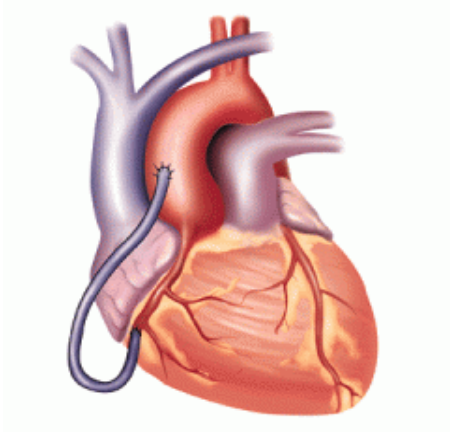
Anatomický model ľudského tela



Obr. 4

3. úloha

Doplň perom do riadku vedľa obrázka názov orgánu a funkciu, ktorú plní orgán v ľudskom tele.



.....

Obr. 5



.....

Obr. 6



.....

Obr. 7

3 Základy poskytovania prvej pomoci

Prvá pomoc (PP) je súbor opatrení, ktoré vykonáva laik (neodborník) preto, aby postihnutému zachránil život alebo ho ochránil od trvalých následkov úrazu. Je to pomoc poskytnutá pred príchodom odbornej lekárskej pomoci s použitím základných, bežne dostupných prostriedkov, ale aj bez nich. **Poskytovateľ PP však musí dbať na vlastnú bezpečnosť**. Poskytnutie PP je **morálnou**, ale aj **zákonnou povinnosťou** každého človeka.

Treba si uvedomiť, že o živote rozhoduje 5 minút!

Pri postupe poskytovania PP si vždy **určíme priority** a následne **postupnosť krokov**. Vždy je nutné najskôr zhodnotiť situáciu a u postihnutého urobiť:

- 1. prvotné vyšetrenie, to znamená zistiť jeho vitálne funkcie – vedomie, dýchanie a činnosť srdca (pulz), sú to stavy bezprostredne ohrozujúce život**
- 2. druhotné vyšetrenie** a to vyšetrením od hlavy po päty, pri ktorom zisťujeme krvácanie, zlomeniny, opuchy

Na ošetrovanie raneného používame:

- **zdravotnícky materiál** (obväzy, dlahy, trojrohé šatky a podobne)
- ak ho nemáme k dispozícii, používame náhradné tzv. **improvizované prostriedky** (kusy látky, palice...)

Po zabezpečení raneného **voláme odbornú pomoc** a to:

- na čísle **155 záchrannú zdravotnú pomoc (ZZP)**
- na čísle **112 záchranný integrovaný systém (zdravotníci, hasiči, polícia)**

Čísla sú bezplatné, to znamená:

- v telefónnom automate nepotrebujeme mince
- mobilný telefón môžeme použiť aj bez SIM karty a s nulovým kreditom

1. úloha

Doplň do viet slová tak, aby bol vytvorený text pravdivý. Ako pomôcka Ti poslúžia slová v zátvorke za textom.

Súbor opatrení, ktorými laik pomáha postihnutému sa nazýva.....U postihnutého zistujeme jehoa to vedomie,a činnosť srdca. ZZP voláme na číse, ak zavoláme číslo 112, prídu zdravotníci, a polícia.

(155, prvá pomoc, hasiči, vitálne funkcie, dýchanie)

2. úloha

Z ponúknutých obrázkov vyznač pomocou červenej pastelky tie, ktoré považuješ za zdravotnícky materiál. Názvy zdravotníckych pomôcok napíš do riadkov pod obrázkami.



Obr. 8



obr. 9



Obr. 10



obr. 11



Obr. 12



obr. 13

Na obrázkoch sú znázornené tieto zdravotnícke pomôcky:

.....
.....

3. úloha

Usporiadaj slabiky v slovách tak, aby si vytvoril názvy vitálnych funkcií.

miedove

chadýnie

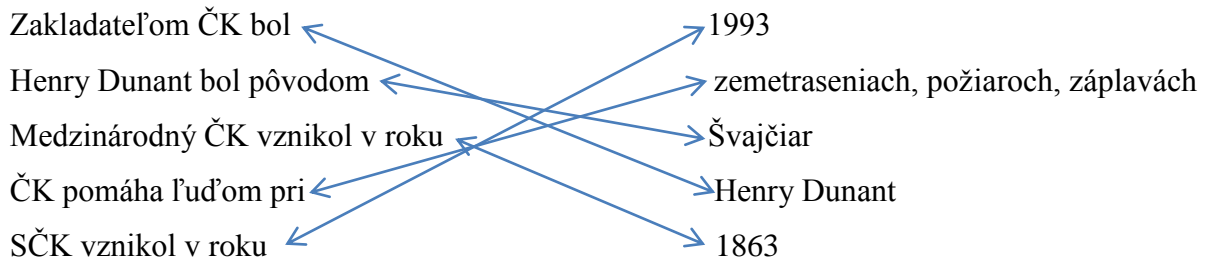
nosťčin srdca

Riešenie pracovných listov

1 Vedomosti o Červenom kríži, Červenom polmesiaci a Slovenskom červenom kríži

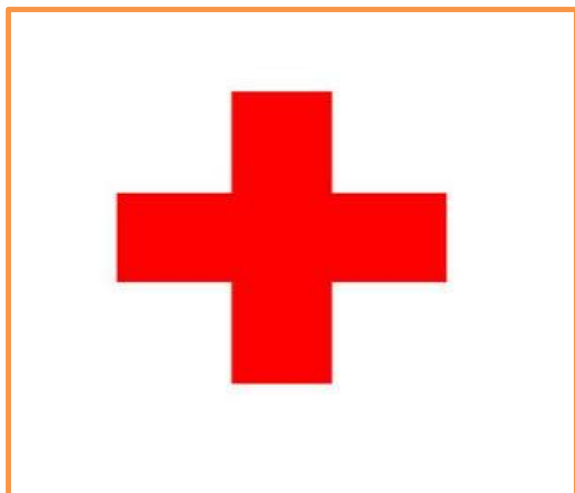
1. úloha

Pospájaj pomocou farebnej ceruzy časti viet tak, aby si vytvoril vety, ktoré obsahujú správne tvrdenia.



2. úloha

Do prvého okienka nakresli znak Červeného kríža a do druhého okienka znak Červeného polmesiaca. Nakreslené znaky vymaľuj pomocou pastelky alebo voskových farieb.



Obr. 2

3. úloha

Z daných možností vyber správnu odpoveď a pomocou pastelky ju spoj s tvrdením.

Deň narodenia Henryho Dunanta sa slávi ako Svetový deň ČK a je ním: 24. december
8. marec
8. máj

2 Anatómia ľudského tela, sústavy orgánov

1. úloha

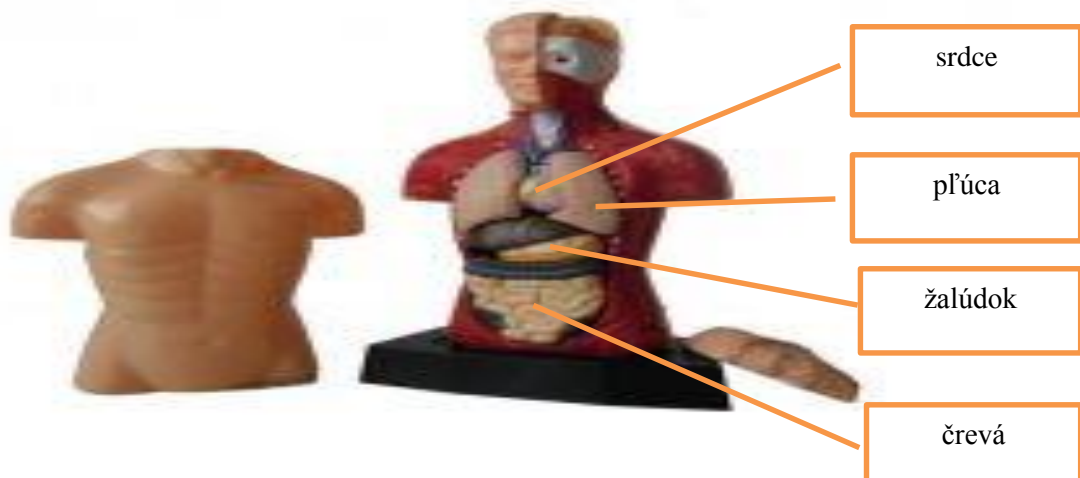
Písomne odpovedz do vyznačených riadkov na nasledujúce otázky.

Ako sa nazýva základná stavebná jednotka ľudského tela?.....**bunka**.....
Ako sa nazýva skupina buniek v ľudskom tele, ktoré plnia rovnakú funkciu?.....**tkanivo**.....
Čo tvoria v tele tkanivá?.....**orgány**.....
Čo tvoria orgány zabezpečujúce jednu funkciu v tele?.....**sústavu orgánov**.....
Všetky sústavy orgánov tvoria jeden celok.....**telo, organizmus**.....

2. úloha

Ukáž na anatomickom modeli ľudského tela polohu umiestnenia srdca, pľúc, žalúdka a čriev.

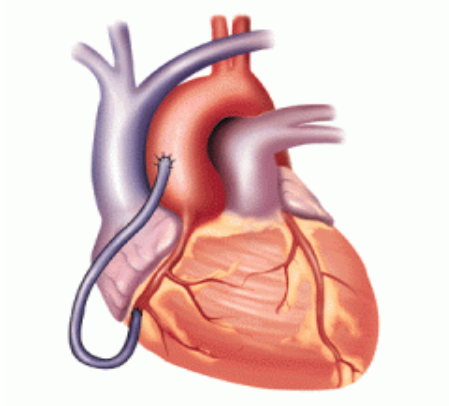
Anatomický model ľudského tela



Obr. 4

3. úloha

Doplň perom do riadku vedľa obrázka názov orgánu a to, akú funkciu plní orgán v ľudskom tele.



srdce - pumpuje krv v cievach

Obr. 5



mozog - riadi všetky orgány a všetky procesy v tele

Obr. 6



koža - chráni telo pred vonkajšími vplyvmi

Obr. 7

3 Základy poskytovania prvej pomoci

1. úloha

Doplň do viet slová tak, aby bol vytvorený text pravdivý. Ako pomôcka Ti poslúžia slová v zátvorke za textom.

Súbor opatrení, ktorými laik pomáha postihnutému sa nazýva **prvá pomoc**. U postihnutého zisťujeme jeho **vitálne funkcie** a to vedomie, **dýchanie** a činnosť srdca. RZP voláme na čísle **155**, ak zavoláme číslo 112, prídu zdravotníci, **hasiči** a polícia.

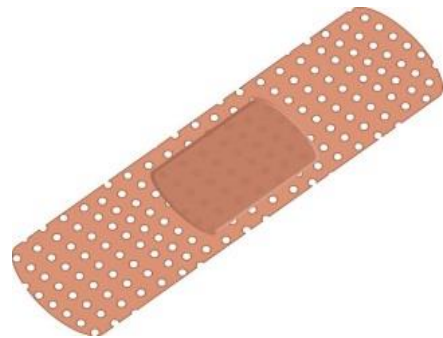
(155, prvá pomoc, hasiči, vitálne funkcie, dýchanie)

2. úloha

Z ponúknutých obrázkov vyznač pomocou červenej pastelky tie, ktoré považuješ za zdravotnícky materiál. Názvy zdravotníckych pomôcok napíš do riadkov pod obrázkami.



Obr. 8



obr. 9



Obr. 10



obr. 11



Obr. 12



obr. 13

Na obrázkoch sú znázornené tieto zdravotnicke pomôcky:
obväzy, rýchloobväz (náplast'), zdravotnicke nožničky

3. úloha

Usporiadaj slabiky v slovách tak, aby si vytvoril názvy vitálnych funkcií.

miedove

vedomie

chadýnie

dýchanie

nosťčin srdca

činnosť srdca

ZOZNAM BIBLIOGRAFICKÝCH ODKAZOV

1. ĎURECHOVÁ, E. 2003. *Príručka prvej pomoci*. Bratislava: Perfekt, a. s., 2003. ISBN 80-8046-223-2.
2. HRUŠKOVIČ, S. 2010. *Mladý záchranár. Učebné štandardy preventívneho voliteľného predmetu* Bratislava: Štátny pedagogický ústav, 2010.
3. KOS, P. 1992. *Mladý zdravotník I. Bratislava: USV ČSČK, 1992. ISBN 80-85690-01-2.*
4. Kos, P. 1994. *Mladý zdravotník II*. Bratislava: SČK, 1994.
5. MIKOLAJCZAK, A. 2010. *Prvá pomoc - ilustrovaná príručka*. Bratislava: Ediposs, 2010. ISBN 978-80-89420-16-2.
6. *Prvá pomoc. Učebné osnovy pre základné školy*.1996. Bratislava: MŠ SR . 2750/1996 - 15, 1996.

Obrázky 1 až 13 dostupné na internete:

<https://www.google.sk>