



mpc
METODICKO-PEDAGOGICKÉ CENTRUM

VZDELÁVANÍM
PEDAGOGICKÝCH ZAMESTNANCOV
K INKLÚZII MARGINALIZOVANÝCH
RÓMSKÝCH 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 RÓMSKÝCH KOMUNÍT

Magdaléna Glankovičová

**ZDRAVIE - súbor pracovných listov pre prácu v záujmovom útvare
Ochranařskom**

2014

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

Autor UZ: <Mgr. Magdaléna Glankovičová>

Kontakt na autora UZ: <Základná škola s materskou
školou Tuhrina, Tuhrina4,
08207 Tuhrina,
glankovicovam@azet.sk >

Názov: Zdravie - súbor pracovných
listov pre prácu v záujmovom
útvare Ochranařskom >

Rok vytvorenia: <2014>

Oponentský posudok

vypracoval: Mgr. Martina Bajužíková

ISBN 978-80-565-0547-2

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

Text neprešiel štylistickou ani grafickou úpravou.

Obsah:

- 1. Učíme sa o zdraví**
- 2. Ľudské telo**
- 3. Malujeme, hľadáme správne riešenia a doplňujeme**
- 4. Pod si s nami zacvičit'**
- 5. Pexeso**

ZDRAVIE

Dôležité informácie, ktoré by si mal vedieť!

Preto si ich pozorne prečítaj a porozprávaj sa o nich.



Záchranná služba – **155**

Karta prvej pomoci

- Zistí, čo sa stalo
- Zavolaj pomoc
- Dbaj na vlastnú bezpečnosť

1. Krvácanie
Ranu zakry sterilnou gázou a pevne obviaž obväzom. Ak obväz rýchlo presakuje, stlač rukou, končatinu nadvihni. Pri krvácaní z nosa alebo z úst daj hlavu do polohy na boku!

2. Bezvedomie
Zistí, či dýcha. Ak nedýcha, uvoľní mu dýchacie cesty a začni s nepríamou masážou srdca a následne záchrannými dychmi (pozri OBRÁZOK) v pomere 30 : 2. U detí sa začína 5 záchrannými dychmi, následne ako u dospelých. Ak dýcha a nie je podozrenie na poranenie chrstice a iné vážne poranenia, daj raneného do stabilizovanej polohy.

3. Podozrenie na poranenie chrstice
Ranenému znehybni hlavu, a ak to nie je nevyhnutné, viac ním nehýb.

4. Poranenie hrudníka a brucha
Poranenie zakry sterilnou gázou. Zabodnuté predmety nevyťahuj! Zraneného prikry. Nepochádzajúceho ješť a pit!

5. Zlomeniny
Končatinu nenaprávaj. Znehybni ju pevným materiálom (klobúk nad a pod zlomeninou). Otvorenú zlomeninu prekry sterilnou gázou.

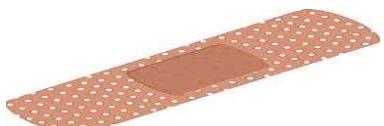
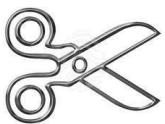
6. Popáleniny
Popálených miest sa nikdy nedotýkaj! Prilepené šatstvo z rany neodstraňuj! Postihnuté miesta sterilne prekry.

Integrovaný záchranný systém 112

Policia 158 Záchranná služba 155 Hasiči 150

1. UČÍME SA O ZDRAVÍ

Prezri si obrázky a spoj čiarou, čo patrí do lekárničky :



Kto a aké auto používa? K postave priradť jeho auto. Zakrúžkuj sanitku a lekára.



Pomenuj predmety. Kto čo používa? Priradź k postave predmet, ktorý používa pri práci.



2. ĽUDSKÉ TELO

Vymenuj a napíš na správne miesto časti ľudského tela.

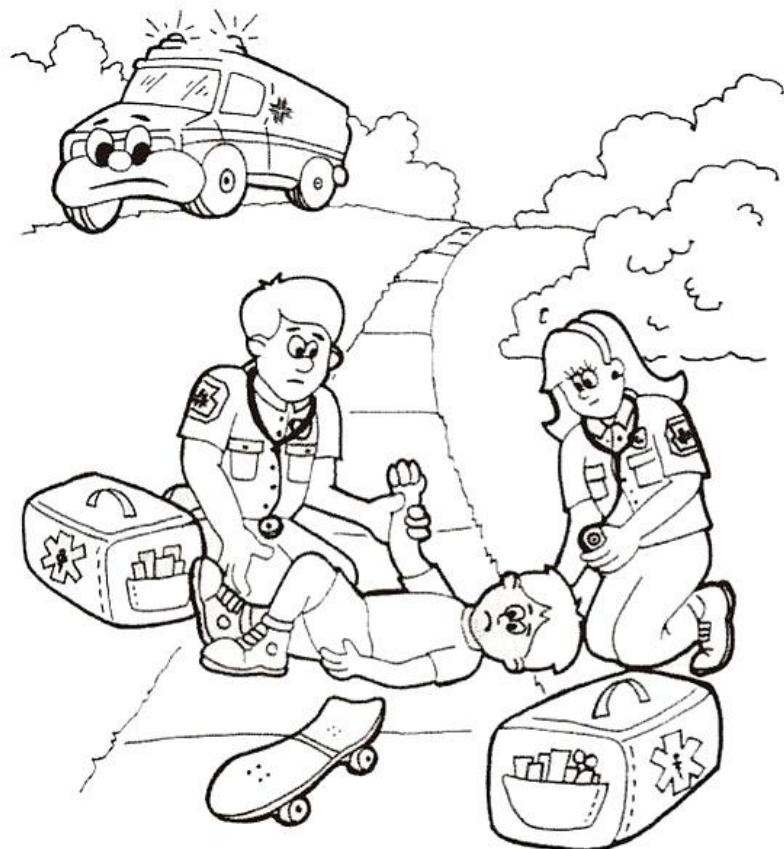


3. MALUJEME, HĽADÁME SPRÁVNE RIEŠENIA A DOPLŇUJEME

Pomenuj ľudí na obrázkoch. Nevymaľované obrázky vymaľuj.



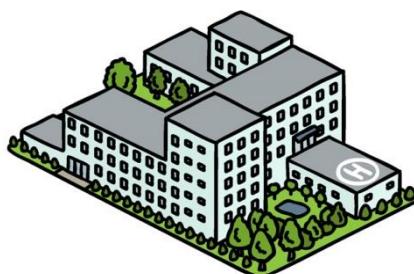
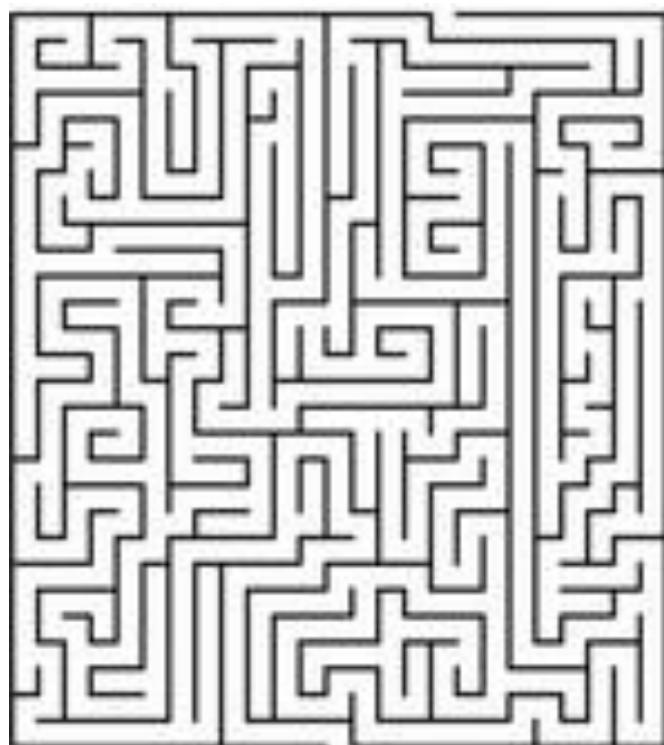
Pozorne si prezri obrázok a popíš, čo na ňom vidíš. Obrázok potom vymaľuj.



Bludisko

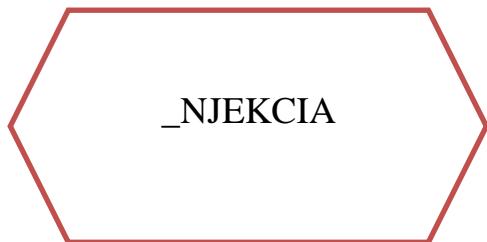
Dôjde sanitka včas do nemocnice?

Pomôžeš jej nájsť cestu?

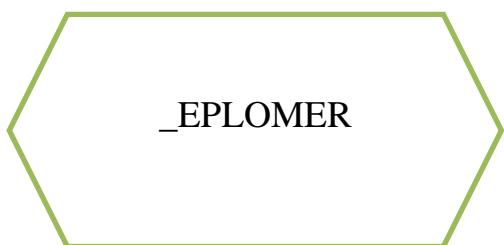
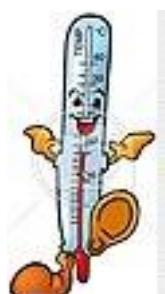


Doplňovačky

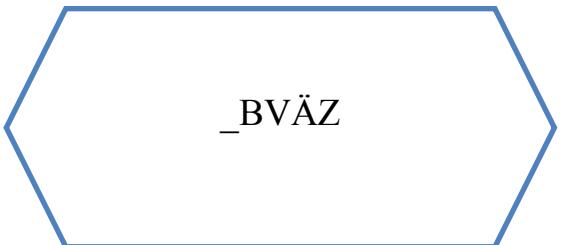
Doplň začiatočné písmenká.



_NJEKCIA



_EPLOMER



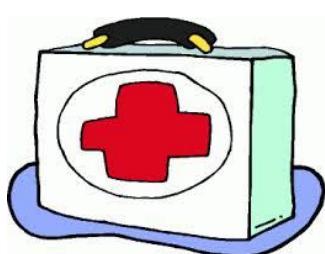
_BVĀZ



_IEKY



_ANITKA



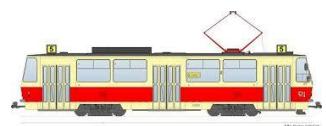
_EKÁRNIČKA

Hľadáme slovo

Doplň podľa obrázkov do rámčekov písmená, z ktorých sa dané slovo skladá. Riešenie tajničky sa ukrýva v modrých okienkach.



--	--	--



--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



--	--	--	--	--	--	--	--	--



--	--	--	--	--	--	--	--



--	--	--	--	--	--	--

Aké slovo vzniklo? Napíš ho tu:

--

Dáš to dohromady? Podľa vzoru spoj slovo so správnym obrázkom.



SA_____

BVÄZ



O_____

ZÍK



NEMOCNICA

NITKA



VO_____

MOCNICA



LE_____

RLE

BA_____

KÁRNIČKA

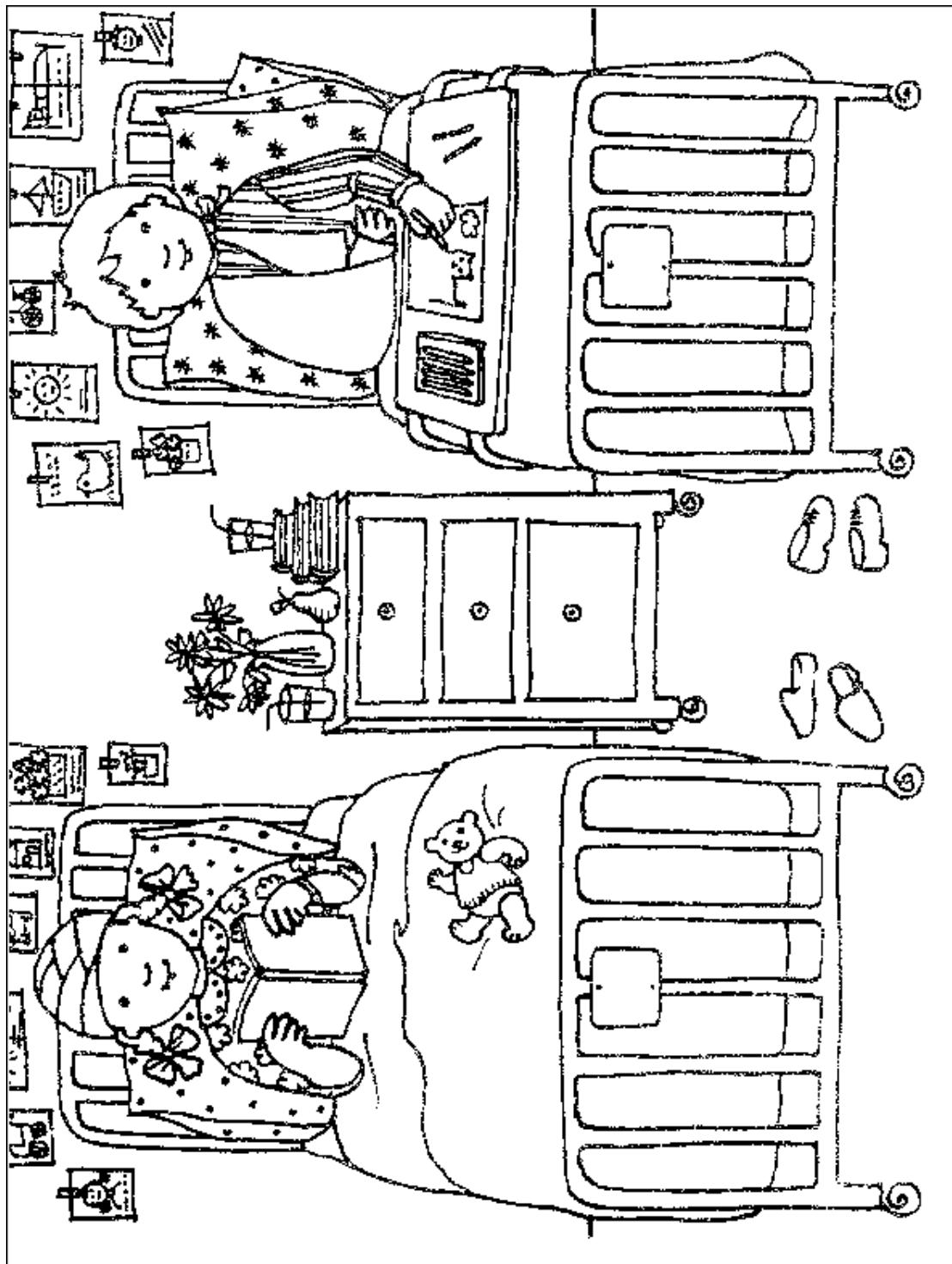
4. POĎ SI S NAMI ZACVIČIŤ

KAČKA PLÁVA PO JAZERE,
(chôdza so zapaženými rukami)
VO VODE SI ŠATY PERIE.
(predklon, mávanie rukami)
RYBKY SEM A RYBKY TAM,
(úklony vpravo a vľavo)
JA VÁS VŠETKY POCHYTÁM.
(chôdza s predpaženými rukami s potleskom)
PRIŠIEL KÁČER ČAPI ČAPI,
(chôdza so zapaženými rukami)
DO ZOBÁKA RYBKU LAPIL.
(ruk'y predpažit' a tlesknút')
A KLANIA SA KRÁSAVEC,
(úklony vpravo a vľavo)
KAČKU VOLÁ NA TANEC.
(poskoky na mieste)



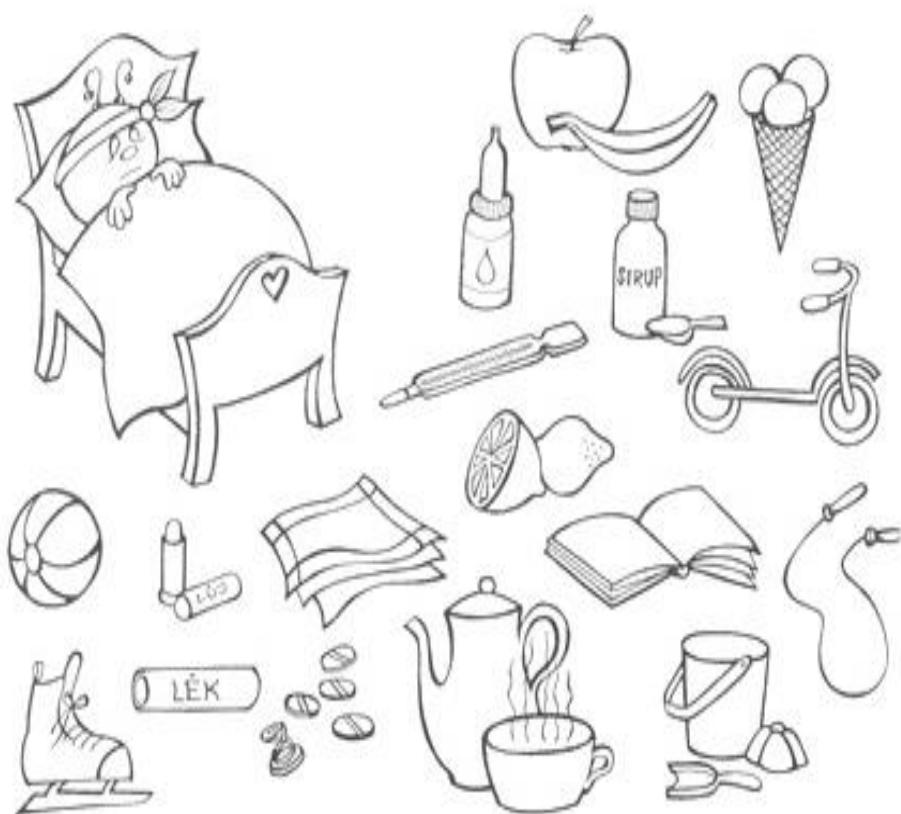
IKA – TIKA GYMNASTIKA,
ZHLBOKA SA DOBRE DÝCHA.
(v stoji spojnom upažiť skrčmo, vzpažiť, nádych, predklon, výdych)
RAZ – DVA, RAZ – DVA
NA ORNICI BRÁZDA,
(pochod na mieste, zdôrazniť prácu paží a držanie tela)
PO NEJ DROBČÍ JARABICA
A NA KONCI OTOČÍ SA.
(poskoky znožmo vpred, na konci poskokmi obrat o 360°)
VYSOKO JE SLNKO,
HLBOKO JE ZRNKO.
(stoj spojný, vzpažiť von, pohľad na ruky, drep)
CEZ RIEKU JE MOST,
CVIČILI SME DOSŤ.
(vzpor drepmo, výskok do stoja)

Vymaľuj.



Chorý chrobáčik

Prezri si všetky obrázky a pomenuj ich. Vyfarbi iba tie predmety **a** veci, ktoré bude chorý chrobáčik potrebovať, aby bol opäť zdravý.



5. PEXESO

		<p>Karta prvej pomoci</p> <p>1. Krvákanie Ranu zatvoriť, sklenivo gášať a zeme obrial • Zlatí, do sa stalo • Červené rukavice • Objí na rukave, bezpečnosť</p> <p>2. Bezvrednosť Zlatí, ti dýchaj. Ak nedýcha, usmeri mu dynamickú resuscitáciu. Ak je možné, poskytuj mu kyslík. V prípade, že už nemôže dýchať, poskytuj mu Cpr. V prípade, že už nemôže dýchať, poskytuj mu Cpr. V prípade, že už nemôže dýchať, poskytuj mu Cpr.</p> <p>3. Profesionalita na prezentácii chrliača Ranenemu zamedzíť horec, a ak to nie je možné, poskytovať bezvrednosť.</p> <p>4. Počasenie hrudníka a brucha Počasenie zatry steriele gášať. Zabolaute hrdlom a žaludku. Zabolaute žaludku a hrdlom.</p> <p>5. Zdravotníctvo Konstatovať, remesľník. Zodpovedať je, pomerne zamestnaný. Zodpovedať je, pomerne zamestnaný. Zodpovedať je, pomerne zamestnaný.</p> <p>6. Zlepšenie Počasenie mriež sa srdci rozbijať! Príprava srdca na zlepšenie. Zlepšenie mriež sa srdci.</p> <p>Integrovaný záchranný systém 112 Policejní 100 Záchranná služba 155 Pečení 100</p>	<p>Karta prvej pomoci</p> <p>1. Krvákanie Ranu zatvoriť, sklenivo gášať a zeme obrial • Zlatí, do sa stalo • Červené rukavice • Objí na rukave, bezpečnosť</p> <p>2. Bezvrednosť Zlatí, ti dýchaj. Ak nedýcha, usmeri mu dynamickú resuscitáciu. Ak je možné, poskytuj mu kyslík. V prípade, že už nemôže dýchať, poskytuj mu Cpr. V prípade, že už nemôže dýchať, poskytuj mu Cpr. V prípade, že už nemôže dýchať, poskytuj mu Cpr.</p> <p>3. Konstatovať Ranenemu zamedzíť horec, a ak to nie je možné, poskytovať bezvrednosť.</p> <p>4. Počasenie hrudníka a brucha Počasenie zatry steriele gášať. Zabolaute hrdlom a žaludku. Zabolaute žaludku a hrdlom.</p> <p>5. Zdravotníctvo Konstatovať, remesľník. Zodpovedať je, pomerne zamestnaný. Zodpovedať je, pomerne zamestnaný. Zodpovedať je, pomerne zamestnaný.</p> <p>6. Zlepšenie Počasenie mriež sa srdci rozbijať! Príprava srdca na zlepšenie. Zlepšenie mriež sa srdci.</p> <p>Integrovaný záchranný systém 112 Policejní 100 Záchranná služba 155 Pečení 100</p>

