



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**

Mária Kocel'ová

MLADÝ ZÁCHRANÁR

Vydavateľ:	Metodicko-pedagogické centrum, Ševčenkova 11, 850 01 Bratislava
Autor UZ:	Mária Kocel'ová
Kontakt na autora UZ:	ZŠ Petrovce nad Laborcom 100 marka.lm@centrum.sk
Názov:	Mladý záchranár
Rok vytvorenia:	2014
Oponentský posudok vypracoval:	Paedr. Alžbeta Orendáčová
ISBN 978-80-565-0826-8	

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

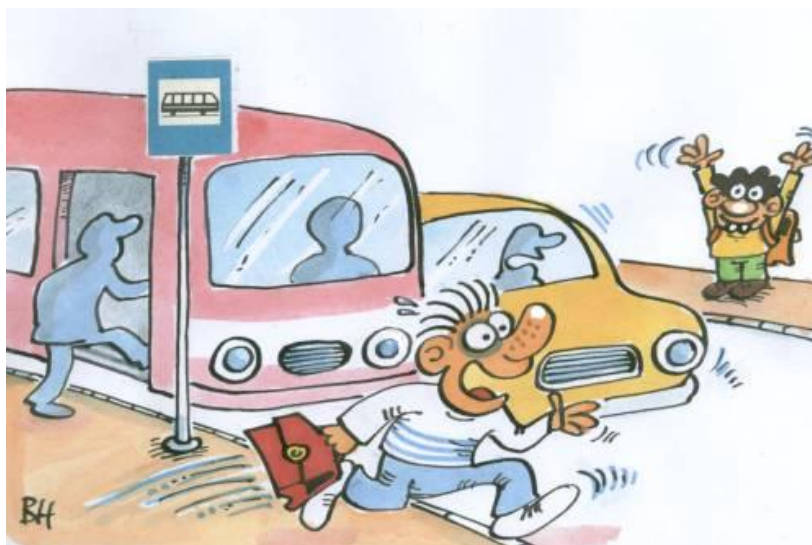
Text neprešiel štylistickou ani grafickou úpravou.

Obsah:

1. Dopravná výchova
2. Autá, ktoré nám pomáhajú
3. Cyklista
4. Úraz a choroba
5. Dôležité čísla
6. Zimné športy
7. Prvá pomoc
8. Pyramída zdravej výživy
9. Alkohol, fajčenie, drogy

Príčiny najčastejších dopravných nehôd detí

Vychádzanie na cestu spomedzi zaparkovaných áut, spoza autobusa alebo trolejbusa, spoza kríkov a stromov, ktoré rastú blízko cesty (náhle podbehnutie pod vozidlo).



Keď sa ponáhľaš na druhú stranu cesty, napríklad za kamarátom, nikdy NEUTEKAJ CEZ CESTU!!!

Hra detí v blízkosti ciest alebo na ceste. V zápale hry ľahko vbehneš pod auto alebo motorku. Prichádzajúce auto ani nepočuješ. NIKDY SA NEHRAJ NA CESTE!!!



Základné dopravné značky



Zákaz vjazdu cyklistov



Hlavná cesta



Pozor, deti



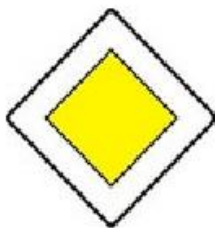
Pozor, cyklisti



Daj prednosť v jazde!



Práca na ceste



Zákaz odbočenia vpravo

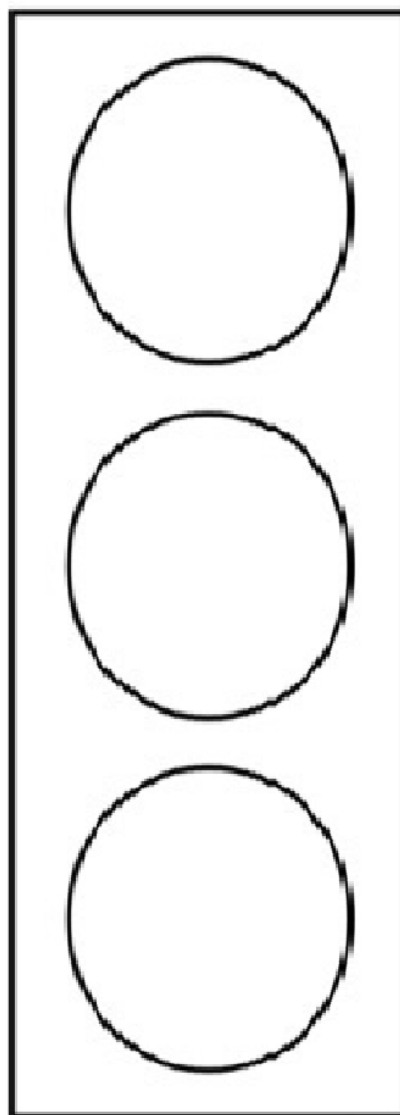
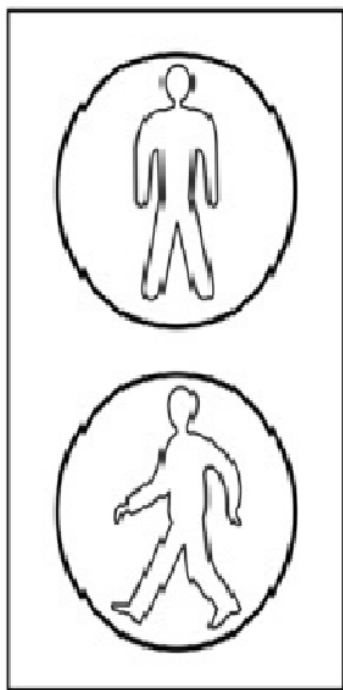


Nemocnica

Spoj správne dopravné značky.

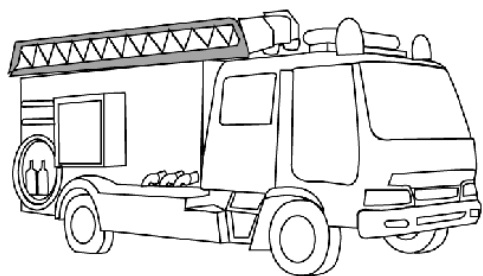
.

Semafor je pomocník, ktorý nám umožňuje bezpečný prechod na druhú stranu cesty alebo chodníka. Semafor pre chodcov má dve farby - červenú a zelenú. Semafor pre vodičov má tri farby – červenú, oranžovú a zelenú. Správne vyfarbi semaforey.



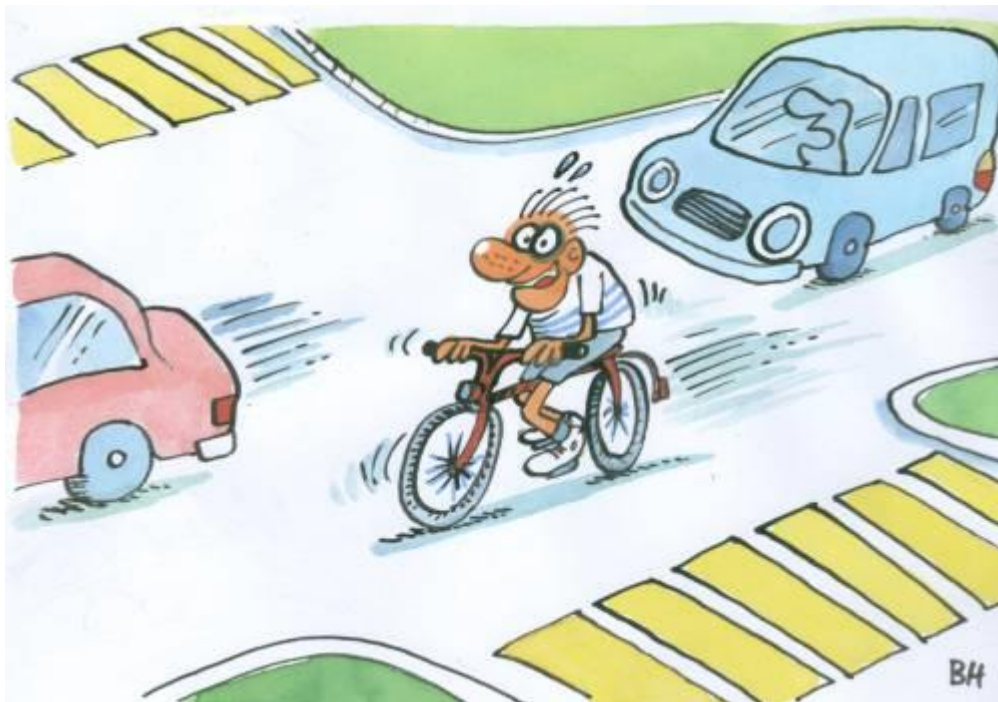
Autá, ktoré nám pomáhajú

Vyfarbi a opíš, ako nám tieto autá pomáhajú.



Cyklista

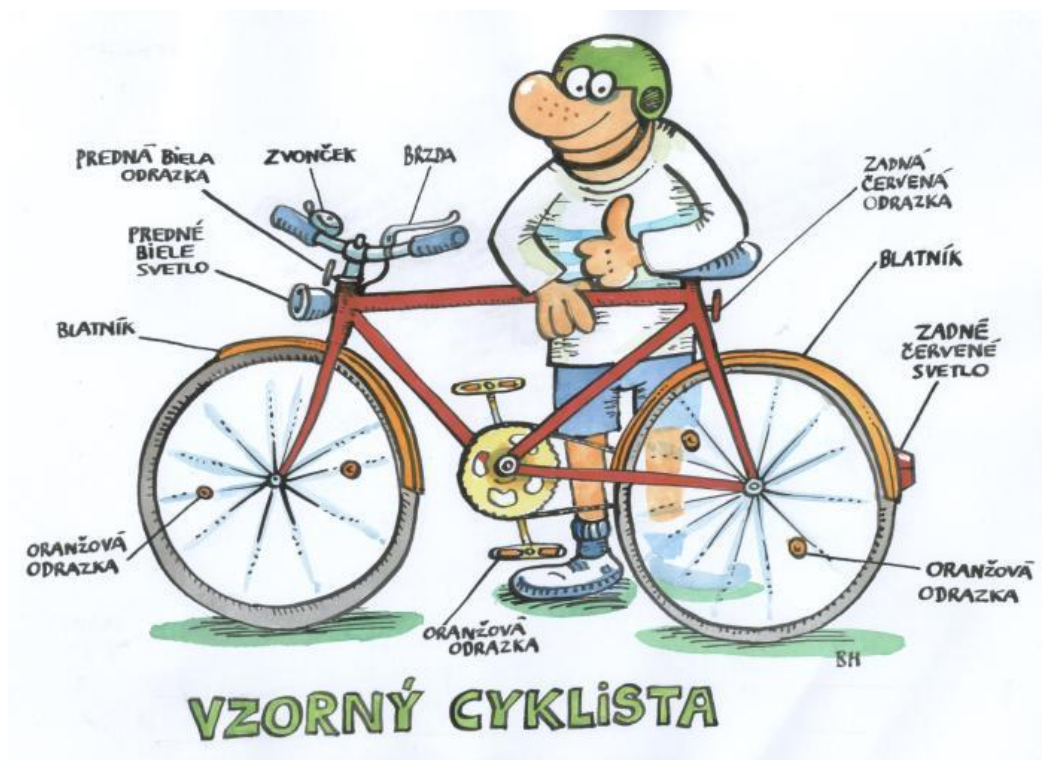
Bicyklovanie na frekventovaných cestách alebo v blízkosti ciest je veľmi nebezpečné.



Bezpečná jazda na bicykli

Všetci cyklisti sa musia riadiť základnými pravidlami bezpečnej jazdy na pozemných komunikáciách. Určité pravidlá platia aj pre jazdu v teréne.

- Jazdíte na pravej strane vozovky v smere premávky, nikdy v protismere.
- Rešpektujte dopravné značenie a svetelné signály.
- Vždy noste cyklistickú prilbu a mimo obce aj reflexnú vestu.
- Rešpektujte dopravné značenie a svetelné signály.
- Ukazujte rukami pri zmene smeru jazdy a to v dostatočnom predstihu.
- Jazdíte čo najviac pri krajnici.
- Buďte opatrní na veľkých križovatkách. Niekedy je lepšie z bicykla zosadnúť a prejsť ako chodec.
- Nejazdite po chodníku. Ak musíte, buďte ohľaduplný voči chodcom.
- Pozor na nerovnosti vozovky – výmole, kanále, koľaje, mokré dlažby atď.
- Pri zníženej viditeľnosti sa nesmie jazdiť bez osvetlenia.



Nebezpečný a nezodpovedný cyklista vozi kamaráta na rúre, jazdí bez držania riadidiel, venčí psa, nemá cyklistickú prilbu, jazdí stredom cesty...to je zahrávanie sa so životom!



Úraz a choroba

Úraz alebo choroba môže naše zdravie narušiť. Každá choroba má svoje prejavy a príznaky. Choroba je spojená s oslabením nášho organizmu. Vážna choroba môže skončiť aj smrteľne.



Úraz je nečakané poškodenie nášho organizmu. Každý úraz je bolestivý. Niektoré úrazy môžu spôsobiť trvalé následky a ťažšie úrazy aj smrť, napríklad pri autohavárii. Úrazom môžeme však predchádzať opatrnosťou.



Vyfarbi červenou farbičkou úraz a modrou farbičkou chorobu.

angína

popálenina

rozbitá hlava

chrípka

zápal pľúc

osýpky

zlomená ruka

odrenina

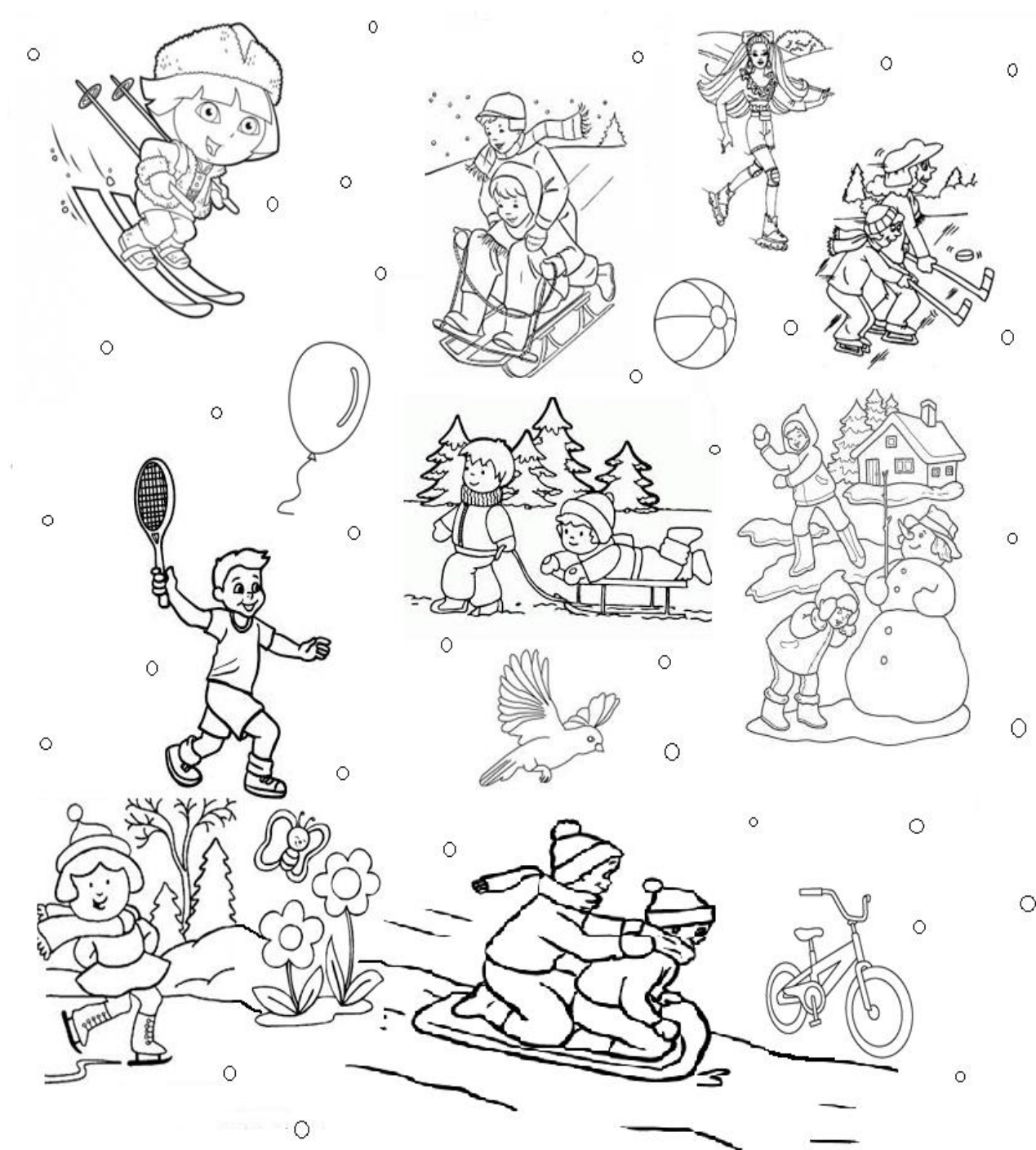
Dôležité čísla

- 112 Linka tiesňového volania
- 150 Hasiči
- 155 Rýchla zdravotnícka pomoc
- 158 Polícia
- 159 Mestská polícia

Vytvorenie jednotného čísla pre tiesňové volania prináša niekoľko výhod. V prvom rade uľahčuje situáciu cudzincom, ktorí sa vďaka nemu dostanú k pomoci v tiesni ľahšie bez toho, aby si pamätali národné tiesňové čísla. Tiesňová linka je dostupná 24 hodín denne. Tiesňové volania do linky 112 je treba použiť pri každom ohrození života, majetku alebo životného prostredia, operátor vyhodnotí situáciu a rozhodne, ktoré záchranné zložky na miesto nehody pošle. Národné čísla tiesňového volania 150, 155 a 158 sú však platné aj naďalej.



Zimné športy



Pomenuj a opíš zimné športy. Ktorý šport máš najradšej? Niektoré veci sem nepatria, vysvetli prečo. Obrázok si vymaľuj.

1. Ktorý zimný šport sa hrá na snehu :
 - a) Hokej
 - b) Sánkované
 - c) Korčuľovanie
2. Ktorý zimný šport sa hrá na ľade:
 - a) Snowboarding
 - b) Beh na lyžiach
 - c) Rýchlostné korčuľovanie
3. Čo nepatrí medzi zimné športy :
 - a) Lyžovanie
 - b) Cyklistika
 - c) Korčuľovanie
4. Ktorý zimný šport je kolektívny:
 - a) Basketbal
 - b) Pozemný hokej
 - c) Ľadový hokej
5. Ako sa nazýva šport, kde sa kombinuje beh na lyžiach so streľbou na cieľ:
 - a) Biatlon
 - b) Zjazdové lyžovanie
 - c) Prekážkový beh na lyžiach
6. Ľadový hokej hrajú na klzisku dve mužstvá. Koľko hráčov je v jednom mužstve:
 - a) 10
 - b) 6
 - c) 4
7. Čo nám chýba na zjazdové lyžovanie, ak máme lyže, lyžiarske palice, prilbu, okuliare a rukavice:
 - a) Lyžiarske topánky
 - b) Bežecké topánky
 - c) Korčule
8. Ako sa nazýva zimná športová udalosť, kde sa stretnú športovci z celého sveta:
 - a) Letné olympijské hry
 - b) Olympijské hry sveta
 - c) Zimné olympijské hry

Karta prvej pomoci

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



Integrovaný záchranný systém

112

Polícia **158**

Záchranná služba **155**

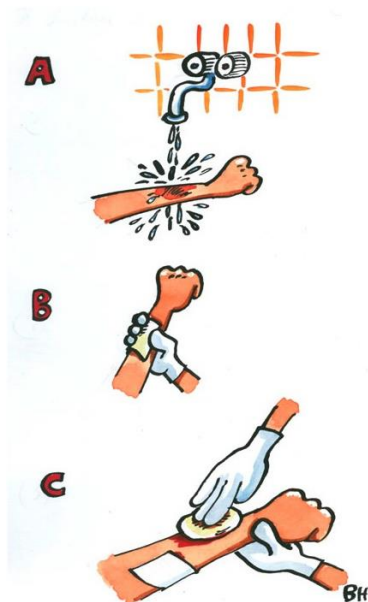
Hasiči **150**



Sklenená výplň dverí, ale aj okien môže byť nebezpečná, hlavne keď sa budeš ponáhľať, pri naháňačke s kamarátmi, ale aj z dôvodu tvojej nepozornosti. Ľahko sa môže stať, že sa pošmykneš a narazíš rukou priamo do sklenenej výplne dverí alebo okna a sklo rozbiješ. Rozbité sklo ti môže spôsobiť rezné rany.



Buď opatrný, nielen v škole, ale aj doma. Ak je podlaha mokrá, nebež, neponáhľaj sa. Predídeš tak zraneniam. V zimných mesiacoch, keď je sneh a ľad, dávaj pozor aj vonku.



Popálené miesto vsunieme pod čistú tečúcu studenú vodu a takto chladíme 10 až 15 minút. Popálené miesto potom jemne osušíme priložením sterilného štvorca. Na záver popálené miesto prekryjeme a jemne obviažeme sterilnou gázou, čistou tkaninou alebo potravinárskou fóliou.

POZOR! Netrieme ani nešúchame popálené miesto. Nikdy nechladíme ľadom. Na rany nedávame zásyp ani masť.

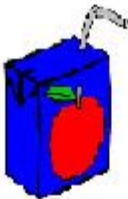
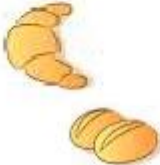


K spolužiakom sa správaj priateľsky. Buď opatrný aj pri nevinných hrách. Sotiť alebo potknúť kamaráta „len tak“ môže skončiť aj zlomenou rukou. Úderom päste môžeš kamarátovi vybiť zub, alebo poraniť oko. Preto ruky nedávaj v päste. Rukami treba pomáhať, robiť dobro a nie sa biť.

Pyramída zdravej výživy



Zdravá výživa znamená dostatočný príjem látok potrebných pre organizmus na plnenie dôležitých životných funkcií. Sem patria bielkoviny, sacharidy, vápnik, horčík, vitamíny... Nezdravé stravovanie vedie k niektorým závažným ochoreniam. Deti by mali jesť veľa rôznych druhov potravín. Na tanieri by nemalo chýbať chrumkavé ovocie a zelenina, celozrnné potraviny, mliečne pochúťky, ryby a hydina. Súčasťou každého jedla by mal byť kúsok ovocia či zeleniny. Nie je to ťažké, stačí čerstvá paradajka na raňajky, jablčko na olovrant, miska šalátu ako príloha k obedu či porcia zeleninky a na osvieženie pohár dobrej ovocnej šťavy. Vitamíny sú najúčinnnejšie vo svojich prirodzených zdrojoch, v ovocí a zelenine. Dôležitou zložkou detskej výživy sú bielkoviny, ich výborným zdrojom sú ryby a hydina. Denne by deti mali jesť mliečne výrobky a dodržiavať pitný režim.

				Ovocie
				Zelenina
				Mliečne výrobky
				Mäsové výrobky
				Obilniny, cestoviny, ryža

Skús pomenovať všetky obrázky a vysvetli ich význam. Jeden obrázok sa zatúlal do každého riadku. Vieš ktorý? Vysvetli prečo.

Alkohol, fajčenie, drogy

Legálne drogy



Kofeín



Lieky



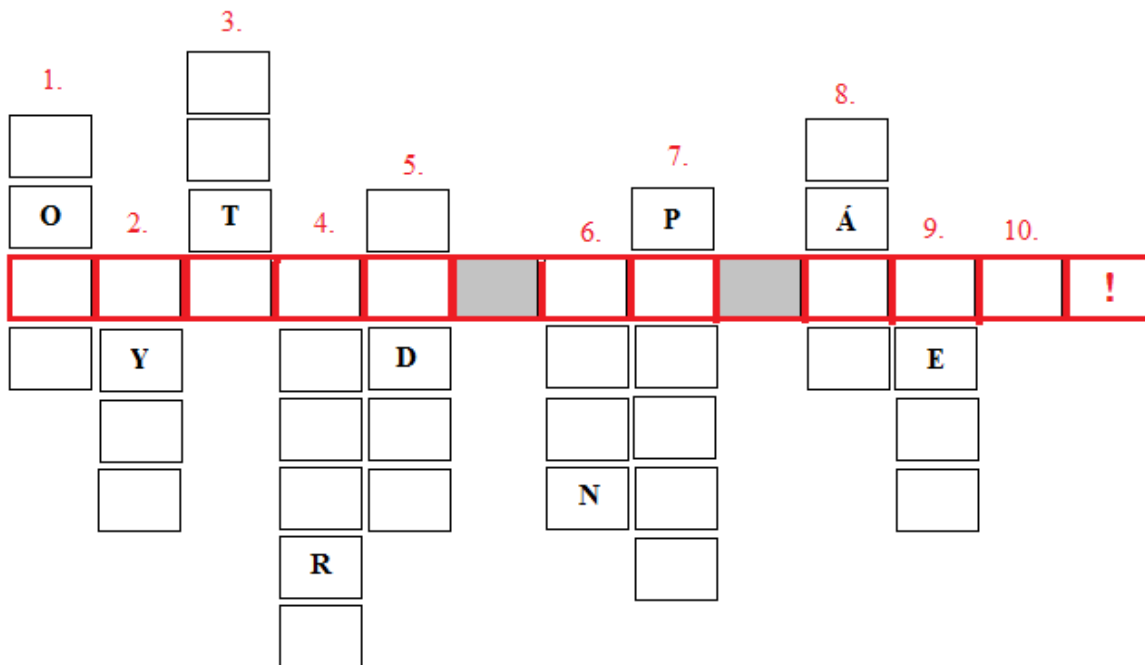
Cigarety



Alkohol

STOP DROGÁM !





1. Bezfarebná tekutina, ktorú pijeme
2. Žije vo vode
3. Dopravný prostriedok
4. Strunový hudobný nástroj
5. Používame na umývanie rúk
6. Najväčšie a najťažšie zviera
7. Žltý lúčny kvet
8. Nádobu na kvety
9. Ročné obdobie
10. Písmeno E s dĺžnom

V tomto školskom roku sme zhotovili tieto práce



[http://sk.wikipedia.org/wiki/112_\(telef%C3%B3nne_%C4%8D%C3%ADslo\)](http://sk.wikipedia.org/wiki/112_(telef%C3%B3nne_%C4%8D%C3%ADslo))

http://sk.wikipedia.org/wiki/V%C3%BD%C5%BEivov%C3%A1_pyram%C3%ADda

<http://www.zachranari.sk/default.aspx>

<http://www.i-creative.cz/category/sablony-a-omalovanky/>

<http://www.winfo.sk/cd/index.html>

https://www.google.sk/imghp?hl=en&tab=wi&ei=DQWBU96-Cqn_4QT-oIH4BQ&ved=0CAQQqi4oAg