

Tématický plán - První pomoc – PRIMA - rok 2022 - 2023

Vyučující + třída: **Josef Zikmund, Mgr. Iva Rojťová - 1.V, 1.W**

Dotace : 14 hodin

Tématický plán: vypracován dle ŠVP Jiráskova gymnázia v Náchodě „Na cestě“ verze 3.0. platného od 1. 9. 2017

Předseda předmětové komise: Mgr. David Zapletal .

- | | |
|--|---|
| 1. Charakteristika a zásady první pomoci | - zná důležitá telefonní čísla |
| - co je první pomoc | - vyjmenuje zásady PP |
| - zásady první pomoci | |
| - dělení první pomoci | |
| - důležitá telefonní čísla, způsob použití | |
| 2. Obvazy a obvazová technika | - zvládne zákl. způsoby |
| - druhy obvazů a jejich funkce | obvazování a obecné zásady |
| - dělení podle účelu, materiálu, trojcípý šátek, pruban | přikládání obvazů |
| - základní způsoby obvazování | |
| - obecné zásady přikládání obvazů | |
| 3. První pomoc při stavech bezprostředně ohrožujících život – poruchy dýchání | - předvede na modelu správné dýchání z úst do úst, nosu, úst a nosu |
| - příznaky zástavy dýchání | |
| - uvolnění dýchacích cest | |
| - dýchání z úst do úst | |
| - dýchání z úst do úst, nosu, úst a nosu | |
| 4. Zástava krevního oběhu | - předvede na modelu účinnou masáž srdce |
| - příznaky | |
| - resuscitace, technika nepřímé masáže srdce | |
| 5. Krvácení a šok | - ukáže, jak zastaví jednotlivé druhy krvácení |
| - druhy krvácení | - vyjmenuje a ukáže tlak. body |
| - tlakové body | - zná protišoková opatření |
| - tlakový obvaz | |
| - zaškrcovadla | |
| - příznaky šoku | |
| - protišoková opatření | |
| 6. Poranění hlavy | - ukáže, jak ošetří jednotlivá poranění hlavy |
| - rána pronikající do mozku | |
| - zlomeniny spodiny lebeční | |
| - otřes mozku | |
| - zhmoždění mozku | |
| - stlačení mozku | |
| 7. Poranění hrudníku a břicha | - předvede PP při poranění hrudníku a břicha |
| - zhmoždění, otřes a stlačení hrudníku | |
| - otevřené poranění hrudníku | |
| - otevřené poranění břicha | |
| - skryté poranění břicha | |
| 8. Rány | - předvede PP při ošetření různých druhů ran |
| - druhy | |
| - znaky | |
| - infekce ran | |
| 9. Skrytá poranění | - ukáže způsoby PP různých druhů skrytých poranění |
| - pohmoždění svalu | |
| - natržení, přetržení svalu | |
| - přetržení šlach | |
| - pohmoždění kloubu | |
| - podvrtnutí kloubu | |
| - vyvrknutí kloubu | |
| 10. Zlomeniny | - zvládne PP u různých zlomenin |
| - druhy zlomenin | |
| - fixace zlomenin | |
| - zlomeniny končetin | |
| - ostatní zlomeniny | |

- | | |
|--|---|
| 11. Tepelná poranění <ul style="list-style-type: none">- popáleniny- omrzliny- úžeh, úpal | <ul style="list-style-type: none">- předvede PP u tepelných poranění |
| 12. Chemická poranění a otravy <ul style="list-style-type: none">- poleptání- zasažení trávícího ústrojí- otravy | <ul style="list-style-type: none">- zná PP při chemickém poranění a otravách |
| 13. Zdravotnický odsun – transport <ul style="list-style-type: none">- zásady- základní polohy zraněných- odsun jednotlivcem a skupinou osob- odsun se zdravot. pomůckami- improvizované prostředky | <ul style="list-style-type: none">- zná základní polohy zraněných, zásady odsunu se zdr. pomůckami i s improvizovanými prostředky- předvede zákl. polohy zraněných |
| 14. Praktická komplexní procvičení <ul style="list-style-type: none">- PP při hromadném neštěstí- samostatné rozhodování a řešení nastalé situace- poskytnutí PP při simulovaných poraněních | <ul style="list-style-type: none">- předvede poskytnutí PP při simulovaných poraněních |

Tématický plán - První pomoc - 1. ročník + kvinta - 2022 - 2023

Vyučující: Josef Zikmund, Mgr. Iva Rojťová – 5.W, 5.V
Josef Zikmund, RNDr. Ivana Matěnová – 1.A, 1.B

Dotace : 14 hodin

Vypracováno dle ŠVP Jiráskova gymnázia v Náchodě „I cesta může být cíl“, verze 2.0 platného od 1.9. 2019

Předseda předmětové komise : Mgr. David Zapletal... ..

1. Charakteristika a zásady první pomoci • co je první pomoc • zásady první pomoci • dělení první pomoci • důležitá telefonní čísla, způsob použití	zná důležitá telefonní čísla vyjmenuje zásady PP
2. Obvazy a obvazová technika • druhy obvazů a jejich funkce • dělení podle účelu, materiálu, trojcípý šátek, pruban • základní způsoby obvazování • obecné zásady přikládání obvazů	zvládne zákl. způsoby obvazování a obecné zásady přikládání obvazů
3. První pomoc při stavech bezprostředně ohrožujících život – poruchy dýchání • příznaky zástavy dýchání • uvolnění dýchacích cest • dýchání z úst do úst • dýchání z úst do úst, nosu, úst a nosu	předvede na modelu správné dýchání z úst do úst, nosu, úst a nosu
4. Zástava krevního oběhu • příznaky • resuscitace, technika nepřímé masáže srdce	předvede na modelu účinnou masáž srdce
5. Krvácení a šok • druhy krvácení • tlakové body • tlakový obvaz • zaškrcovadla • příznaky šoku • protišoková opatření	ukáže, jak zastaví jednotlivé druhy krvácení vyjmenuje a ukáže tlak. body zná protišoková opatření
6. Poranění hlavy • rána pronikající do mozku • zlomeniny spodiny lebeční • otřes mozku • zhmoždění mozku • stlačení mozku	ukáže, jak ošetří jednotlivá poranění hlavy
7. Poranění hrudníku a břicha • zhmoždění, otřes a stlačení hrudníku • otevřené poranění hrudníku • otevřené poranění břicha • skryté poranění břicha	předvede PP při poranění hrudníku a břicha
8. Rány • druhy • znaky • infekce ran	předvede PP při ošetření různých druhů ran
9. Skrytá poranění • pohmoždění svalu • natržení, přetržení svalu • přetržení šlach • pohmoždění kloubu • podvrtnutí kloubu • vyvrknutí kloubu	ukáže způsoby PP různých druhů skrytých poranění

10. Zlomeniny • druhy zlomenin • fixace zlomenin • zlomeniny končetin • ostatní zlomeniny	zvládne PP u různých zlomenin
11. Tepelná poranění • popáleniny • omrzliny • úžeh, úpal	předvede PP u tepelných poranění
12. Chemická poranění a otravy • poleptání • zasažení trávicího ústrojí • otravy	zná PP při chemickém poranění a otravách
13. Zdravotnický odsun – transport • zásady • základní polohy zraněných • odsun jednotlivcem a skupinou osob • odsun se zdravot. pomůckami • improvizované prostředky	zná základní polohy zraněných, zásady odsunu se zdr. pomůckami i s improvizovanými prostředky předvede zákl. polohy zraněných
14. Praktická komplexní procvičení • PP při hromadném neštěstí • samostatné rozhodování a řešení nastalé situace • poskytnutí PP při simulovaných poraněních	předvede poskytnutí PP při simulovaných poraněních