**Gymnázium, SNP 1, 056 01 Gelnica**

**P L Á N teoretickej výučby učiva pred aplikačným cvičením 1. polrok**

**Dátum:** 7. 9. 2022

**Triedy:** I.O (Prima), II.O (Sekunda), III.O (Tercia), IV.O (Kvarta)

**Miesto konania:** triedy školy gymnázia

**Obsahové zameranie:**

**I.O - Prima**

**A. Zdravotná príprava ( BLH )**

- zložitejšie obväzovanie obväzmi horných a dolných končatín, trupu a brucha

- obväzová technika,

- prakové obväzy brady nosa,

- šatkové obväzy hlavy, ruky, nohy,

- náplasťové obväzovanie poranení na horných a dolných končatinách,

- ošetrenie poranených kĺbov a kostí horných a dolných končatín - vyvrtnutie,

vykĺbenie, zlomeniny.

**B. Riešenie mimoriadnych udalostí - civilná ochrana ( VOZ )**

- varovanie varovnými signálmi - činnosť v domácnostiach, činnosť žiaka a triedy po

varovaní,

- lokalizácia a likvidácia požiaru ručnými hasiacimi prostriedkami,

- vyrozumenie zboru požiarnej ochrany (privolanie), poskytnutie údajov,

- dekontaminácia - hygienická očista a úplná hygienická očista,

- evakuácia ohrozených osôb z určitého územia.

- správanie sa obyvateľstva pri ohrození a rozšírení následkov mimoriadnej udalosti.

**C. Pohyb a pobyt v prírode a jej ochrana – TOPO ( FAG )**

- mierky máp a náčrtov, meranie vzdialenosti na mape a v teréne,

- pomer výšky a šírky s nárastom vzdialenosti,

- zhotovenie jednoduchej pomôcky na odhad výšky a šírky, zemepisný azimut ,

- určenie vlastného stanovišťa podľa mapy,

- určenie svetových strán podľa núdzových orientačných prostriedkov,

- prenášanie azimutu z mapy do terénu a z terénu do mapy,

- využitie prúdenia vzduchu,

- význam prirodzených krovísk a húštin v prírode,

- preventívna ochrana pred bleskom.

**D. Dopravná výchova (PET)**

- povrch a povaha komunikácií, vodorovné značenie,

- kondícia vodiča pri riadení dopravného prostriedku – únava, spánok,

alkohol, lieky, drogy.

**II.O - Sekunda**

**A. Zdravotná príprava ( BLH )**

- poskytnutie prvej pomoci s pomocou lekárničky v osobnom automobile,

- prvá pomoc pri otrave plynom, chemikáliami,

- prvá pomoc pri šoku, protišokové opatrenia,

- vytiahnutie poraneného z rokliny

- znehybnenie pri poranení panvy, krčnej chrbtice, hrudníka, - ošetrenie a znehybnenie

otvorenej zlomeniny,

- umelé dýchanie z pľúc do pľúc (ústami, nosom), masáž srdca,

- zastavenie tepnového, žilového a vlásočnicového krvácania.

**B. Riešenie mimoriadnych udalostí - civilná ochrana ( VOZ )**

- činnosť po varovaní varovnými signálmi,

- ukladanie a skladovanie ochranných masiek (DM-I, CM-3-3/h),

- kolektívna ochrana obyvateľstva - evakuácia, obsah evakuačnej batožiny,

- ochranné stavby, pravidlá správania sa v ochranných stavbách (úkrytoch),

činnosť po opustení ochranných stavieb (úkrytov),

- dezinfekcia, dezinsekcia, deratizácia, dekontaminácia,

- postup pri vzniku požiaru v osobnom automobile,

- zbrane hromadného ničenia - ničivé účinky, škodlivé pôsobenie na

organizmus, ochrana pred nimi,

- ochrana potravín a vody pred účinkami nebezpečných látok.

**C. Pohyb a pobyt v prírode a jej ochrana – TOPO ( FAG )**

- príprava pochodu, zhotovenie harmonogramu a náčrtu pochodu,

- výber a úprava plochy pre stanovanie, stavanie turistického stanu,

- meranie rýchlosti, šírky a hĺbky vodného toku,

- prekonávanie vodnej prekážky,

- správanie sa pri prietrži mračien a prívaloch vody,

- Európska charta o vode a pôde,

- značenie mostov a prechodov cez vodné toky.

**D. Dopravná výchova ( PET )**

- správanie sa chodcov a cyklistov ako účastníkov cestnej premávky pri signáloch vozidiel požiarnej ochrany, zdravotníckej pomoci, polície a pod.,

- vybrané dopravné značky a značenia.

**III.O - Tercia**

**A. Zdravotná príprava ( BLH )**

- hromadné nešťastia, triedenie nemocných a ranených,

- postup pri poskytovaní prvej pomoci v mieste hromadného nešťastia,

- praktické riešenie prvej pomoci topiacej sa osobe,

- technická a zdravotná pomoc pri poranení elektrickým prúdom,

- prvá pomoc pri popáleninách,

- poskytnutie zdravotníckej pomoci pri strate vedomia,

- poskytnutie prvej pomoci pri úpaloch,

- sterilizácia prostriedkov,

- nebezpečenstvo pohlavných chorôb, zásady prevencie,

- alkoholizmus, drogy, toxikománia - škodlivé účinky, prevencia.

**B. Riešenie mimoriadnych udalostí - civilná ochrana ( VOZ )**

- jadrové zbrane a ich ničivé účinky,

- ochrana pred ničivými účinkami jadrových zbraní a rádioaktívnych materiálov,

- hygienická očista a čiastočná špeciálna očista materiálu,

- lokalizácia a likvidácia poţiaru s jedovatými splodinami horenia,

- nebezpečné látky v okolí školy - zásady ochrany pri ich úniku, evakuácia z ohrozeného územia,

- kolektívna ochrana obyvateľstva - druhy ochranných stavieb (úkrytov), pravidlá správania sa v ochranných stavbách (úkrytoch),

- špeciálna očista terénu, budov a materiálu.

**C. Pohyb a pobyt v prírode a jej ochrana – TOPO ( FAG )**

- pochod podľa pripravených azimutov, tabuľka pochodu,

- vybavenie zdravotníckym materiálom pri individuálnej turistike (pešo, bicyklom),

- značkovanie turistických ciest a chodníkov,

- príprava jednoduchej teplej stravy s použitím ohňa, zásady bezpečnosti,

- odstraňovanie devastačných následkov spôsobených ľuďmi v prírode,

- chránené krajinné oblasti, Štátne rezervácie a pobyt v nich.

**D. Dopravná výchova ( PET )**

- doklady vodičov, druhy vodičských oprávnení, poistenie automobilov a motocyklov,

- správanie sa pri dopravnej nehode bez zdravotných následkov, zásady poskytovania prvej pomoci pri dopravnej nehode.

**IV.O – Kvarta**

**A. Zdravotná príprava ( BLH )**

- preverenie vedomosti a prehĺbenie návykov a zručností z poskytovania

prvej pomoci pri rôznych poraneniach, zlomeninách, obväzovanie,

znehybňovanie časti tela,

- darcovstvo krvi a transplantácie orgánov ľudského tela, - správanie sa pri náleze zraneného mimo obývaného priestoru,

- prevencia proti kliešťovej encefalitíde.

**B. Riešenie mimoriadnych udalostí - civilná ochrana ( VOZ )**

- úlohy CO vyplývajúce zo Ženevských dohovorov a Dodatkových protokolov I. a II.,

- civilná ochrana v Slovenskej republike, jej miesto úlohy a poslanie,

- analýza územia okresu (výpis z analýzy zdrojov ohrozenia a opatrení na ochranu obyvateľstva,

- organizácia jednotiek civilnej ochrany (štáby - riadiace orgány a odborné jednotky),

- varovné signály - činnosť po varovaní varovnými signálmi, vyslobodzovanie osôb zo závalov a poškodených úkrytov,

- jódová profylaxia (v okolí AE).

**C. Pohyb a pobyt v prírode a jej ochrana – TOPO ( FAG )**

- ochrana chránených druhov rastlín, vtáctva a zvierat v SR a regióne,

- ochrana životného prostredia v SR - štátna správa, záujmové organizácie,

- povinnosti občanov, majiteľov rôznych prevádzok a zariadení pri ochrane životného prostredia,

- zásady používania chemických postrekov pri pestovaní rastlín a v domácnostiach.

**D. Dopravná výchova ( PET )**

- technická spôsobilosť motocyklov a osobných automobilov - spaľovanie,

riadenie, brzdy, osvetlenie.

Spracovala : Mgr. K. Vozárová

Schválil riaditeľ školy: RNDr. D. Andraško

Gelnica 2. 9. 2022