**Gymnázium, SNP 1, 056 01 Gelnica**

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

**Dátum:** 5. 9. 2018

**Triedy:** Prima, Tercia

**Miesto konania:** triedy školy gymnázia

**Obsahové zameranie:**

**A. Zdravotná výchova (ŠKA)**

**Prima**

- 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.

**Tercia**

**prevedie:**

- 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 (PIS)**

**Prima**

- varovanie varovnými signálmi - činnosť v domácnostiach, činnosť ţiaka a triedy po varovaní,

- lokalizácia a likvidácia poţiaru ručnými hasiacimi prostriedkami,

- vyrozumenie zboru poţiarnej 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.

**Tercia**

**prevedie:**

- 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 (BUR)**

**Prima**

- 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.

**Tercia**

- 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 (RICH)**

**Prima**

- povrch a povaha komunikácií, vodorovné značenie,

- kondícia vodiča pri riadení dopravného prostriedku – únava, spánok, alkohol, lieky, drogy.

**Tercia**

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

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

Spracovala : Mgr.K.Vozárová

Schválil riaditeľ školy: RNDr. D. Andraško

Gelnica 31. 8. 2018