

Predmet: Ochrana života a zdravia

Vzdelávacia oblasť	Zdravie a pohyb – prierezová téma
Štátny vzdelávací program	ISCED 2
Počet hodín podľa ŠkVP pre II. stupeň	0,5

Charakteristika

Ochrana človeka a jeho zdravia integruje postoje, vedomosti a zručnosti žiakov zamerané na ochranu života a zdravia v mimoriadnych situáciách, pri pobyte a pohybe v prírode, ktoré môžu vzniknúť vplyvom nepredvídaných skutočností ohrozujúcich človeka a jeho okolie, tiež pri ochrane prírody a krajiny alebo aj pri bezpečnosti v dopravnej výchove.

Ciele

- poskytovať žiakom potrebné teoretické vedomosti, praktické poznatky a formovať ich vzťah k problematike ochrany svojho zdravia a života, tiež zdravia a života iných ľudí

Formatívna a informatívna zložka učiva sa prezentuje činnosťou žiakov:

- morálnou, ktorá tvorí základ ich vlasteneckého a národného cítenia;
- odbornou, ktorá im umožňuje osvojenie vedomostí a zručností v sebaochrane a poskytovaní pomoci iným v prípade ohrozenia zdravia a života;
- psychologickou, ktorá pôsobí na proces adaptácie v požiadavkách záťažových situácií;
- fyzickou, pre ktorú je charakteristická tvorba predpokladov na dosiahnutie vyššej telesnej zdatnosti a celkovej odolnosti organizmu na fyzickú a psychickú záťaž náročných životných situácií

Kompetencie

- individuálne, medziľudské aspekty
- schopnosť účelne komunikovať v rozličných prostrediach a situáciách ohrozujúcich život a zdravie človeka
- ovplyvniť schopnosť žiakov zvládať stres a frustráciu, komunikáciu s inými ľuďmi a solidaritu pri riešení problémov širšej komunity ľudí možno predpokladať, že rozvíjaním týchto vlastností sa utvárajú požadované schopnosti potrebné pre občana v oblasti ochrany života a zdravia (OŽZ) a to nielen v aktuálnom čase počas vzdelávania v škole, ale aj v úlohe perspektívnej v dospelosti v rôznych zamestnaniach.
- Absolvovaním učiva získať nevyhnutné vedomosti, zručnosti a návyky potrebné na prežitie pri vzniku mimoriadnej udalosti a v čase vyhlásenia mimoriadnej situácie
- opatrenia a popis činností pri záchrane života, zdravia a majetku obyvateľov pri odstraňovaní následkov mimoriadnych udalostí
- byť schopní v rámci svojich možností chrániť svoje zdravie a poskytnúť pomoc iným osobám

Obsah a realizácia učiva:

Odbornú zložku naplňajú tematické celky s uvedeným obsahom:

- riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana
- zdravotná príprava
- pobyt a pohyb v prírode

Organizácia vyučovania

Účelové cvičenia v 5-9. ročníku realizujeme dvakrát ročne po 5 hodín spravidla na jeseň a v poslednom júnovom týždni. 3 hodiny sa zaoberáme s nasledovnými témami v triedach:

- civilná ochrana – varovné signály
- zdravotná príprava
- ochrana proti požiaru

2 hodiny realizujeme v teréne – orientácia v prírode, správne správanie v prírode

Obsahové zameranie v piatom až deviatom ročníku

Opakovanie určitých zhodných prvkov a príbuznosti tém treba chápať ako formu prehĺbovania poznatkov z minulých ročníkov.

a) Riešenie mimoriadnych situácií – civilná ochrana

- varovné signály CO – činnosť na varovný signál „Všeobecné ohrozenie“, „Ohrozenie vodou“, „Koniec ohrozenia“;
- ochranná poloha ochranných prostriedkov
- kolektívna ochrana, evakuácia – vyhlasovanie evakuácie, evakuačné zariadenia; spôsoby
- vykonávania evakuácie, evakuačná batožina, predchádzať panike
- improvizované ochranné prostriedky
- kolektívna ochrana – ukrytie a ochrana v budovách pri mimoriadnej udalosti
- vyhlásenie signálov chemického nebezpečia, vyvedenie žiakov zo školy
- ukážka prechodu priestoru zamoreného škodlivými látkami
- tel. čísla prvej pomoci, hasičov, polície

b) Zdravotná príprava

- znehybnenie horných a dolných končatín pomocou štandardných dláh
- odsun poraneného pomocou dvoch žiakov
- ošetrovanie zlomeniny dolných končatín
- znehybnenie poranených končatín improvizovanými prostriedkami;
- uloženie postihnutého do stabilizovanej polohy – privolanie lekára;
- spôsoby odsunu poraneného – podľa druhu a závažnosti poranenia;

c) Pohyb pobyt v prírode

- zásady orientácie v prírode
- reakcia rastlín na teplotu ovzdušia, využitie rozdielu denných a nočných teplôt
- odhad vzdialenosti do 300m a výšky do 10m
- pochod na neznáme miesto s riešením úloh na určovanie vlastného stanovišťa
- využitie turistického mapy a buzoly
- ničenie porastov ohňom (chemikáliami)
- správne zakladanie ohňa
- poznávanie drevín v lese a v okolí školy
- poznávanie lesných plodov, chránených a liečivých rastlín
- konzumácia lesných plodov a rastlín

Za dodržiavanie bezpečnostných opatrení počas účelového cvičenia sú zodpovední vyučujúci na jednotlivých pracoviskách, ktorí sú povinní :

- oboznámiť žiakov so stanovenými bezpečnostnými opatreniami,
- oboznámiť cvičiacich s nebezpečnými miestami a označiť ich, kontrolovať dodržiavanie bezpečnostných opatrení, najmä počas imitácie a praktickej činnosti

ZAČLENENÁ V PREDMETOCH:

SLOVENSKÝ JAZYK:

Tematický celok	Vzdelávacia stratégia
Škola	- žiak pozná nebezpečenstvo a snaží sa mu vyvarovať
Zima, zimné sviatky	- žiak si osvojuje starostlivosť o zvieratá /nebezpečenstvo besnoty/
Zdravie	- žiak si uvedomuje nebezpečenstvá v prírode - žiak si uvedomuje nebezpečenstvo pri špote - žiak si osvojuje zásady správnej životosprávy - žiak vie privolať a poskytnúť pomoc zranenému - žiak vie rozpoznať zdravú a vyváženú stravu
Príroda	- žiak sa oboznamuje s významom vody
Voľný čas	- žiak pochopí dôležitosť bezpečného pobytu v prírode, v telocvični
Naša vlasť	- žiak sa oboznamuje s turistickými značkami

ANGLICKÝ JAZYK:

6. ročník - Unit 4- Správna životospráva	Naučiť sa názvy jediel, precvičujú ich cez prácu vo dvojici, určia si zdravé stravovacie návyky
7. ročník - Unit 3-Krajiny mestá a miesta	Pomenovať prírodné katastrofy, precvičovať ich s magnetofón a opakovaním Precvičujú si prácou v učebnici a v pracovnom zošite, či s prácou vo dvojici
7. ročník - Unit 6- Mládež a jej svet	Naučiť sa choroby, pomocou magnetofónu a opakovaním, precvičiť si s čítaním s porozumením, prácou v učebnici a v pracovnom zošite, či s prácou vo dvojiciach -vytvoriť si dialóg u lekára
8. ročník - Unit 3-Naše zdravie	Naučiť sa časti tela pomocou magnetofónu a opakovaním Precvičiť novú slovnú zásobu s prácou v pracovnom zošite
9. ročník - Unit 4- Správna životospráva	Naučiť sa názvy jedál, precvičujú ich cez prácu vo dvojici, určia si zdravé stravovacie návyky

DEJEPIS:

Tematický celok	Vzdelávacia stratégia
Človek a komunikácia	Pochopiť význam ohrozenia života, krutosť vojen, dôsledky vojen na civilné obyvateľstvo
Staroveký Rím	Pochopiť význam ohrozenia života, krutosť vojen,

	dôsledky vojen na civilné obyvateľstvo
Moderný slovenský národ	revolúcie a vojny, Cholerové povstanie – ohrozenie života,
Rakúsko - Uhorsko	Pochopiť krvavé udalosti v Černovej
Prvá svetová vojna	Pochopiť význam ohrozenia života, krutosť vojen, dôsledky vojen na civilné obyvateľstvo
Európa v medzivojnovom období	Ochrana práv dieťaťa a žien
Druhá svetová vojna	Pochopiť význam ohrozenia života, krutosť vojen, dôsledky vojen na civilné obyvateľstvo
Povojnový svet	Pochopiť nebezpečenstvo biologických zbraní
Súčasný svet	Pochopiť nebezpečenstvo prírodných katastrof

MATEMATIKA:

ročník	Tematický celok	Ciel a kompetencie
8.	<ul style="list-style-type: none"> • Celé čísla 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dodržiavať zásady bezpečnosti pri práci. ✓ Používať ochranné pomôcky. ✓ Zvládnutie situácií vzniknutých vplyvom priemyselných a ekologických havárií. <p>Osvojiť si vedomosti a zručnosti v sebaochrane.</p>
9.	<ul style="list-style-type: none"> • Riešenie lineárnych rovníc a nerovníc 	

FYZIKA:

ročník	Tematický celok	Ciel a kompetencie
6.	<ul style="list-style-type: none"> • Vlastnosti plynov • Vlastnosti kvapalín • Vlastnosti tuhých látok 	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Dodržiavať zásady bezpečnosti pri práci. ✓ Používať ochranné pomôcky. ✓ Zvládnutie situácií vzniknutých vplyvom priemyselných a ekologických havárií. ✓ Osvojiť si vedomosti a zručnosti v sebaochrane.
7.	<ul style="list-style-type: none"> • Varenie • Tuhnutie • Tepelné spaľovacie motory 	
8.	<ul style="list-style-type: none"> • Vodné elektrárne 	
9.	<ul style="list-style-type: none"> • Elektrický prúd • Elektrické napätie - Blesk 	

CHÉMIA:

ročník	Tematický celok	Ciele a kompetencie
8.	<ul style="list-style-type: none"> • Chemické prvky • Chemické reakcie • Chemické zlúčeniny • Kyseliny a hydroxidy 	<p>Dodržiavať zásady bezpečnosti pri práci. Používať ochranné pomôcky. Zvládnutie situácií vzniknutých vplyvom priemyselných a ekologických havárií. Osvojiť si vedomosti a zručnosti v sebaochrane.</p>
9.	<ul style="list-style-type: none"> • Príprava roztokov • Uhl'ovodíky • Deriváty uhl'ovodíkov • Organické látky v živých organizmoch 	

	• Organické látky v bežnom živote	
--	-----------------------------------	--

OBČIANKSA NÁUKA:

Tematický celok	Vzdelávacia stratégia
Moja rodina	Pochopiť význam ohrozenia života
Moja škola	príprava každého žiaka na život v prostredí, v ktorom sa nachádza
Moja obec, región vlast', EU	
Vnútrotný a vonkajší život jednotlivca	osvojiť si vedomosti a zručnosti v sebaochrane
Štát a právo	Ochrana práv dieťaťa
Ekonomický život v spoločnosti	Zvládnuť situácie vzniknutých vplyvom priemyselných a ekologických havárií, dopravnými nehodami

INFORMATIKA:

Ročník	Tematický celok	Vzdelávacia stratégia
8.	Word – projekt	Všeobecné zásady pri poskytovaní prvej pomoci

VÝTVARNÁ VÝCHOVA:

Tematický celok	Vzdelávacia stratégia
Podnety výtvarného umenia	- posilňovať pocit zodpovednosti vo vzťahu k zdravému životnému štýlu a vnímaniu estetických hodnôt prostredia
Podnety dizajnu	- dodávaním potrebných informácií o odevnom dizajne a jeho doplnkoch vypestovať cit k estetizácii seba a svojho prostredia formou besied, aktívnych tvorivých hodín
Podnety rôznych oblastí poznávania sveta	- beseda s odborníkom o správnej životospráve, životnom štýle, preventívnych ochoreniach
Škola v galérii	- pozorovanie, maľba, maketa zdravotného strediska, lekárne

SVET PRÁCE:

Náradie a pomôcky	Dodržiavať zásady bezpečnosti pri práci. Používať ochranné pomôcky.
Kvetinárstvo	Zvládnutie situácií vzniknutých vplyvom priemyselných a ekologických havárií. Osvojiť si vedomosti a zručnosti v sebaochrane

TELESNÁ A ŠPORTOVÁ VÝCHOVA:

<ul style="list-style-type: none">• Plavecký výcvik• Atletika• Športové hry• Stolný tenis• Korčuliarské výcvik• Lyžiarský výcvik• Základy gymnastických športov	<ul style="list-style-type: none">✓ Dodržiavať zásady bezpečnosti pri práci.✓ Používať ochranné pomôcky.✓ Zvládnutie situácií vzniknutých vplyvom priemyselných a ekologických havárií.✓ Osvojiť si vedomosti a zručnosti v sebaochrane.✓ Formovať predpoklady na dosiahnutie vyššej telesnej zdatnosti a celkovej odolnosti organizmu na fyzickú a psychickú záťaž v náročných životných situáciách.✓ Získať poznatky a zručnosti na poskytnutie prvej pomoci pri stavoch ohrozujúcich život a zdravie človeka.
-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Prierezové témy začleníme nasledovne:

Osobnostný a sociálny rozvoj:

Tematický celok	Vzdelávacia stratégia
Zdravý životný štýl	Prevenca: snažiť sa cíť zodpovedne žiť zdravo, dodržiavať správnu výživu, pravidelne bude športovať, nebude konzumovať látky, ktorými by ohrozoval svoje zdravie.
Zdravotná príprava	Vedieť poskytnúť prvú pomoc, skupinovú prácou zacvičiť situácie, spôsoby ošetrovania zranených

Enviromentálna výchova:

Tematický celok	Vzdelávacia stratégia
Zdravý životný štýl	Konzumovanie zelenín a ovocí, vzájomný vplyv človeka a prírody
Riešenie mimoriadnych situácií	Poznať prevenciu proti požiarom, vedieť, čo treba robiť po vzniku požiaru
Pohyb a pobyt v prírode	poznať prírodu a vedieť ju ochrániť

Tvorba projektu a prezentačné zručnosti:

Tematický celok	Vzdelávacia stratégia
Zdravý životný štýl	Pyramída zdravej výživy, tvorba projektu v skupinách, prednášanie
Zdravotná príprava	V skupinových prácach zacvičiť a zahrať situácie nehôd

Regionálna výchova:

Tematický celok	Vzdelávacia stratégia
Riešenie mimoriadnych situácií	Poznať úkrytov v regióne, spôsoby evakuácie, kolektívna ochrana
Pohyb a pobyt v prírode	poznať prírodu v regióne

Multikultúrna výchova:

Tematický celok	Vzdelávacia stratégia
Riešenie mimoriadnych situácií	Spôsoby ochrany a evakuácie v prípade vojny

Obsahový štandard v piatom ročníku:

➤ **Riešenie mimoriadnych situácií, civilná ochrana – 3 krát 2 hodiny**

- Varovné signály
- Všeobecné ohrozenie
- Ohrozenie vodou
- Ochranné prostriedky a ich používanie
- Kolektívna ochrana, evakuácia
- Prevencia proti požiarom
- Ochrana pred účinkami zbraní hromadného zničenia
- Privolanie pomoci

➤ **Zdravotná príprava - 3 krát 2 hodiny**

- Všeobecné zásady prvej pomoci
- Prvá pomoc pri stavoch ohrozujúcich života
- Imobilizácia horných a dolných končatín
- Znehybnenie poranených končatín
- Uloženie postihnutého do stabilizovanej polohy
- Ošetrovanie zlomenín
- Obväzová technika a odsun raneného
- Postup pri poskytovaní prvej pomoci pri hromadnom nešťastí, poranení elektrickým prúdom, popáleninách, úpaloch, podchladení a otravách

➤ **Pohyb a pobyt v prírode – 2 krát 2 hodiny**

- Zásady orientácie v prírode podľa prírodných úkazov, kompasu, buzoly, mapy
- Odhad vzdialenosti do 300 m a výšky 10 m.
- Pochod na neznáme miesto s riešením úloh na určovanie vlastného stanovišťa podľa mapy
- Správne zakladanie ohňa, stanovenie.
- Preventívna ochrana proti blesku.
- Poznávanie krajiny, pamiatky.

Výkonový štandard v piatom ročníku:

Riešenie mimoriadnych situácií, civilná ochrana

- Poznať varovné signály a činnosti po ich vyhlásení. Popíš, ako sa vyhlasuje varovný signál „všeobecné ohrozenie“, „ohrozenie vodou“, „koniec ohrozenia“. Priprav si ochrannú masku po vyhlásení varovného signálu, čo treba robiť? Čo zabezpečíš doma pred odchodom do úkrytu? Uveď, kde najbližšie sa nachádza úkryt, aký čas potrebuješ na presun do úkrytu?

- Poznať prostriedky individuálnej ochrany a vedieť ich správne používať. Popíš z akých hlavných častí sa skladá ochranná maska? Vymenuj improvizované ochranné prostriedky dýchačích ciest, končatín a tela! Nasad' si ochrannú masku v časovom limite! Prečo je potrebné dezinfikovať ochrannú masku po používaní?
- Kolektívna ochrana pred účinkami následkov pri mimoriadnych situáciách – Popíš čo je kolektívna evakuácia, čo treba robiť? Uved' spôsoby evakuácie, povinnosti občanov, čo treba uložiť do batožiny! Povedz základné zásady správania sa v úkrytoch.
- Zbrane hromadného zničenia a ich ničivé účinky – Vymenuj tri druhy zbraní hromadného zničenia! Povedz aké ničivé účinky poznáš jadrových zbraní! Vymenuj účinky otravných látok a biologických zbraní! Čo je rádioaktívne zamorenie, tlaková vlna, svetelné žiarenie!
- Vymenuj aké sú zásady ochrany pred infekčnou chorobou!
- Hygienická očista a ochrana potravín a vody. Priprav na účelové cvičenie svoju potravinu a vodu do dostupných bezpečných obalov proti kontaminácii.
- Ochrana proti požiarom – poznať preventívne opatrenia proti požiarom a zásady hasenia vzniknutého požiaru. Vymenuj hasiace prostriedky a aké horľaviny s nimi hasíme. Vymenuj ako nesmieme hasiť horiace elektrické zariadenie pod prúdom! Povedz aké horľaviny sa nesmú nachádzať v blízkosti vykurovacích telies. Vymenuj aké základné protipožiarne opatrenia poznáš. Ako privoláš požiarnikov?

Zdravotná príprava:

- Poznať základné zásady prístupu k zranenému, technickú a zdravotnícku prvú pomoc. Vymenuj dôležité životné funkcie! Popíš, ako zistíš, či postihnutý dýcha, je pri vedomí, a či je krvný obeh funkčný. Vymenuj jednotlivé zásady protišokových opatrení. Povedz, ktorým zraneným poskytnieš najprv pomoc pri hromadnom zranení? Ako privoláš zdravotnícku pomoc?
- Prvá pomoc pri stavoch ohrozujúcich život – Poznať druhy krvácania, spôsoby zastavenia a obnovenie krvného obehu. Ako ošetruješ poraneného s vnútorným krvácaním, povrchovú reznú ranu? Vykonajte vo dvojiciach umelé dýchanie z úst do úst a nepriamu masáž srdca na modeli.
- Vedieť poskytnúť prvú pomoc postihnutého so stratou vedomia, podchladením, otravách a popáleninách, pri zlomeninách. Zvládnuť obväzovú techniku a poznať princípy transportu.
- Ulož spolužiaka do protišokovej polohy.

Pohyb a pobyt v prírode:

- Zvládnuť pohyb a pobyt v prírode pomocou mapy a buzoly. Urči svetové strany podľa slnka. Zorientuj mapu a urči svoje stanovište! Pochoduj podľa zvolených azimutov !
- Pobyt v prírode a jej ochrana – poznať prírodu a vedieť ju ochrániť, povedz, aké sú zásady pre zhotovenie a uhasenie ohniska. Povedz, prečo nesmieme v búrke stáť pod osamelým stromom!

Spôsob hodnotenia:

Výsledky sa neklasifikujú. Slovné hodnotenia majú najmä motivačnú a kontrolnú funkciu. Do vysvedčenia sa píše „absolvoval“ / „neabsolvoval“

Názov predmetu: Ochrana života a zdravia		Ročník: 5.	týždenne 0,5 hodina, ročne 17 hodín	
Forma vyučovania: bloková – mesačne raz 2 hodiny				
Tematický celok Medzipredmetové vzťahy Počet hodín	Ciele/VČŠ Kompetencie/ Prierezové témy	Učivo	Metódy a prostriedky	Očakávané vzdelávacie výstupy
Zdravý životný štýl 2 hodiny MV: BIO, ENV, ETV, TSV	Prevenčia. VČŠ: RIS PT: OSR, TPPZ, ENV	Význam ochrany života a zdravia. Zdravý životný štýl Správna výživa	Projekt	Žiak sa bude snažiť cieľavedome žiť zdravo, dodržiavať správnu výživu, pravidelne bude športovať, nebude konzumovať látky, ktorými by ohrozoval svoje zdravie.
Riešenie mimoriadnych situácií 6 hodín MV: OBN, DEJ, ETV, CHEM	Správne zareagovanie na varovné signály. Vedieť používať prostriedkov individuálnej ochrany. Vedieť použiť ochrannú masku. Spoznať čiastočnú hygienickú očistu osôb a dezaktiváciu potravín, vody a materiálu. Vedieť ochrániť sa pred účinkami zbraní hromadného zničenia. Poznať prevenciu proti požiarom, vedieť, čo treba robiť po vzniku požiaru. VČŠ: RIS PT: OSR, RegV, ENV, MuV	Varové signály CO – činnosť na varovný signál „Všeobecné ohrozenie“ „Ohrozenie vodou“ „Koniec ohrozenia“. Ochranná poloha ochranných prostriedkov. Používanie ochranných prostriedkov, práca s ochrannou maskou. Ukážka prechodu priestoru kontaminovaného nebezpečnými látkami. Kolektívna ochrana, evakuácia, evakuačné zariadenia, spôsoby vykonávania evakuácie, evakuačná batožina. Kolektívna ochrana Prevenčia proti požiarom a činnosť po vzniku požiaru. Ochrana pred účinkami zbraní hromadného zničenia.	Ústna forma, ukážka v budove, situačné cvičenia diskusia	Pozná varovné signály a činnosti po ich vyhlásení. Popíše, ako sa vyhlasuje varovný signál „všeobecné ohrozenie“, „ohrozenie vodou“, „koniec ohrozenia“. Pripraví si ochrannú masku po vyhlásení varovného signálu, čo treba robiť? Vie, čo zabezpečiť doma pred odchodom do úkrytu. Vie, kde najbližšie sa nachádza úkryt, aký čas potrebuješ na presun do úkrytu. Pozná prostriedky individuálnej ochrany a vie ich správne používať. Popíše z akých hlavných častí sa skladá ochranná maska. Vymenuje improvizované ochranné prostriedky dýchacích ciest, končatín a tela. Nasadí si ochrannú masku v časovom limite. Kolektívna ochrana pred účinkami následkov pri mimoriadnych situáciách – Popíše čo je kolektívna evakuácia, čo treba robiť. Uvedie spôsoby evakuácie, povinnosti občanov, čo treba uložiť do batožiny. Povie základné zásady správania sa v úkrytoch. Zbrane hromadného zničenia a ich ničivé účinky – Vymenuje tri druhy zbraní hromadného zničenia. Povie aké ničivé účinky pozná jadrových zbraní. Vymenuje účinky otravných látok a biologických zbraní. Vie, čo je rádioaktívne zamorenie, tlaková vlna, svetelné žiarenie. Vymenuje aké sú zásady ochrany pred infekčnou chorobou. Hygienická očista a ochrana potravín a vody. -Pripraví na účelové cvičenie svoju potravinu a vodu do dostupných bezpečných obalov proti kontaminácii. Ochrana proti požiarom – pozná preventívne opatrenia proti požiarom a zásady hasenia vzniknutého požiaru. Vymenuje

				hasiace prostriedky a aké horľaviny s nimi hasíme. Vymenuje ako nesmieme hasiť horiace elektrické zariadenie pod prúdom. Povie aké horľaviny sa nesmú nachádzať v blízkosti vykurovacích telies. Vymenuje aké základné protipožiarne opatrenia poznáš. Vie privolať požiarnikov.
Zdravotná príprava 6 hodín MV: ETV, BIO	Teoretické a praktické znalosti, zručnosti Poznať všeobecné zásady prvej pomoci. Vedieť poskytnúť prvú pomoc pri stavoch ohrozujúcich život. Poznať základné ošetrenie a znehybnenie končatín štandardnými a improvizáčnymi prostriedkami pri zlomeninách, vyvrtnutiach a vyklbeninách. Poznať zásady pri poranení panvy, krčnej chrbtice. Poznať a vedieť používať obväzovú techniku, vedieť poskytovať odsun raneného. Poznať postup pri poskytovaní prvej pomoci pri hromadnom nešťastí. VCŠ: RIS, ĎV PT: OSR	Všeobecné zásady prvej pomoci, prvá pomoc pri stavoch ohrozujúcich život- krvácanie, zastavenie dýchania, strata vedomia, šok. Imobilizácia horných a dolných končatín. Znehybnenie poranených končatín. Uloženie postihnutého do stabilizovanej polohy. Ošetrenie a znehybnenie zlomenín. Spôsoby odsunu poraneného podľa druhu a závažnosti poranenia. Obväzová technika a odsun raneného. Postup pri poskytovaní prvej pomoci pri hromadnom nešťastí, poranení elektrickým prúdom, popáleninách, úpaloch, podchladení a otravách.	Ústna forma Praktické ukážky DVD Cvičenie obväzových Techník	Pozná základné zásady prístupu k zranenému, technickú a zdravotnícku prvú pomoc. Vymenuje dôležité životné funkcie. Popíše, ako zistiť, či postihnutý dýcha, je pri vedomí, a či je krvný obeh funkčný. Vymenuje jednotlivé zásady protišokových opatrení. Povie, ktorým zraneným poskytneme najprv pomoc pri hromadnom zranení. Vie privolať zdravotnícku pomoc. Prvá pomoc pri stavoch ohrozujúcich život – Pozná druhy krvácania, spôsoby zastavenia a obnovenie krvného obehu. Vie, ako ošetriť poraneného s vnútorným krvácaním, povrchovú reznú ranu. Vykoná vo dvojiciach umelé dýchanie z úst do úst a nepriamu masáž srdca na modeli. Vie poskytnúť prvú pomoc postihnutého so stratou vedomia, podchladení, otravách a popáleninách, pri zlomeninách. Zvládne obväzovú techniku a pozná princípy transportu. Uloží spolužiaka do protišokovej polohy.
Pohyb a pobyt v prírode 3 hodiny MV: GEO, BIO	Určovanie svetových strán pomocou prírodných úkazov, buzoly. Orientácia mapy, čítanie mapy a topografické značky. Určenie vlastného stanovišťa, odhad vzdialeností. Zhotovenie schematického náčrtu a pochod podľa azimutov. Poznať turistické znaky	Zásady orientácie v prírode podľa prírodných úkazov, kompasu, mapy. Odhad vzdialenosti do 300 m a výšky 10 m. Pochod na neznáme miesto s riešením úloh na určovanie vlastného stanovišťa podľa mapy. Správne zakladanie ohňa.	Ústna forma pomocou mapy a buzoly Školský dvor Praktická ukážka v prírode	Zvládne pohyb a pobyt v prírode pomocou mapy. Určí svetové strany podľa slnka. Pobyt v prírode a jej ochrana – pozná prírodu a vie ju ochrániť, povie, aké sú zásady pre zhotovenie a uhasenie ohniska. Povie, prečo nesmieme v búrke stáť pod osamelým stromom!

	<p>a chodníky. Vedieť vybrať správne miesto pre stanovanie, príprava ohniska a jednoduchej stravy. Preventívna ochrana proti blesku a prívalu vody. Poznávanie krajiny. VCŠ: ĎV, ENV PT: RegV</p>			
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--	--	--