

První pomoc pro 1. – 9. ročník

Ročník	Kompetence	Předmět	Základní pojmy tématu
1.	Chápu význam slov zdraví, nemoc, úraz.	SKN	zdraví, nemoc, úraz
	Vím, kde mohu přijít k úrazu a jak se tomu vyvarovat.	SKN	prevence, bezpečnost
2.	Chápu vzájemný vztah mezi odolností člověka a jeho stářím.	SKN	nemoci stáří
	Vím, jaké části lidského těla jsou náchylné k jakým úrazům.	SKN	úraz hlavy, úraz končetin, vnitřní a vnější poranění
	Znám základní pravidla důležitá pro bezpečný sport.	TV	
3.	Jsem si vědom křehkosti vnitřních orgánů lidského organismu.	SKN	vnitřní krvácení, otřes mozku
	Rozlišuji vnitřní a vnější zlomeniny.	SKN	zlomenina
	Vím, co je to vykloubenina a jak se liší od zlomeniny.	SKN	vykloubení, vymknutí, rentgen
4.	Znám základní hygienická pravidla a chápu význam hygieny pro lidské zdraví.	SKN	hygiena
5.	Vím, jak se zachovat, když se cítím nemocný.	SKN	teploměr, lékařská prohlídka, inkubace
	Vím, co vše by měla obsahovat základní lékárnička.	SKN	lékárnička, obvaz, stahovadlo, náplast
	Umím ošetřit drobná poranění a oděrky.	SKN	dezinfekce, gáza
6.	Znám rozdíl mezi bakterií a virem.	PŘ	virus, bakterie, infekce
	Vím, jaká je základní prevence proti virům a bakteriím.	PŘ, VKZ	
	Vím, jak se chovat, abych předešel úrazu sebe i ostatní.	VKZ	
	Umím provést kard. resuscitaci.	VKZ	resuscitace, kardiopulmonální resuscitace
	Poznám příznaky infarktu myokardu a anafylaktického šoku.	VKZ	tromb, myokard, mrtvice
	Vím, jak postupovat při volání záchranné služby.	VKZ	IZS
	Umím ošetřit popáleninu, poleptání, krvácení a zlomeninu.	VKZ	popálenina, poleptání, zlomenina, krvácení žilní x tepenné
7.	Chápu nebezpečí vyplívající z poranění konkrétních orgánů v těle.	PŘ	

	Vím, které regiony světa mají nedostačující přístup ke zdravotní péči.	Z	
8.	Vím, jak ošetřit pokousání psem.	PŘ	
	Vím, jak ošetřit uštknutí hadem.	PŘ	protijed
	Umím se chránit proti přenosným i nepřenosným nemocem.	VKZ	vakcinace
	Umím poskytnout dýchání z úst do úst.	VKZ	
	Vím, co je to stabilizovaná poloha.	VKZ	
9.	Vím, čím se zabývá WHO.	VKO	Wolrd Health Organisation
	Jsem schopen jednotlivé úkony první pomoci spojit se svými znalostmi biologie člověka.	PŘ	
	Vím, jaká očkování jsou potřeba pro bezpečné cestování v různých regionech světa.	Z	