

VÝCHOVA KE ZDRAVÍ – vyučující Miroslav Bělka, Kamila Svobodová

**PRVNÍ POMOC
 OSOBNOSTNÍ A SOCIÁLNÍ ROZVOJ**

téma	<i>co by žáci měli zvládnout</i>	nové pojmy – klíčová slova
<p>První pomoc</p>	<p>OVO 15: projevuje odpovědné chování v rizikových situacích silniční a železniční dopravy; aktivně předchází situacím ohrožení zdraví, a osobního bezpečí; v případě potřeby poskytne adekvátní první</p> <p>OVO 16: uplatňuje adekvátní způsoby chování a ochrany v modelových situacích ohrožení, nebezpečí i mimořádných událostí</p> <ul style="list-style-type: none"> - rozumí základním pojmům v souvislostech - učí se předcházet úrazům a rizikovým situacím (zná a aktivně používá prvky ochrany zdraví a bezpečnosti při sportu, pracovních aktivitách, dopravě aj.) - chová se odpovědně v krizových situacích a chrání své zdraví - řeší samostatně či ve skupině úlohy teoretické povahy a problémové úlohy a simulované situace - zvládá rozhovor při tísňovém volání - prakticky uplatňuje zásady a principy první pomoci 	<p>transport, resuscitace, prevence úrazů, krizová intervence, tísňové volání, integrovaný záchranný sbor, tísňové volání, KPR</p>
<p>OSV 3 Seberegulace a sebeorganizace – cvičení sebekontroly, sebeovládání – regulace vlastního jednání i prožívání, vůle; stanovování osobních cílů a kroků k jejich dosažení</p> <p>OSV 4 Psychohygienu – sociální dovednosti pro předcházení stresům</p>		