

Didaktika výchovy ke zdraví – příprava učiva pro 9. ročník

Vzdělávací oblast: Člověk a zdraví

Obor: Výchova ke zdraví

Téma: Osobní bezpečí

Učivo:

- Lidská společnost a násilí
- Osobní bezpečí aneb Co s chuligány, vandaly a zloději?
- Osobní bezpečí a životní prostředí.
- Bezpečnost v silničním provozu.
- Poskytnutí první pomoci.

Počet hodin celkově: 5 hodin (1.+ 2. Hodina-Lidská společnost a násilí, Osobní bezpečí aneb Co s chuligány, vandaly a zloději? 3. Hodina-Osobní bezpečí a životní prostředí, 4. Hodina-Bezpečnost silničního provozu. 5. Hodina- Poskytování první pomoci?)

Výchovně vzdělávací cíle: Žák vyjmenuje formy násilí. Žák vysvětlí pojmy chuligán, vandalismus, agresivita. Žák analyzuje problematiku týkající se násilí, agresivity, vandalismu, krádeže a vytvoří plakát na tuto problematiku. Žák představí svůj vytvořený projekt. Žák rozliší katastrofy a hromadná neštěstí. Žák vyjmenuje úkoly civilní ochrany. Žák chápe pravidla a bezpečnost silničního provozu. Dokáže tyto pravidla aplikovat v běžném životě. Žák zná základní účelná opatření pro poskytnutí první pomoci. Žák aplikuje získané znalosti při poskytování první pomoci.

Kompetence

- *k učení* – žák vybírá a využívá pro efektivní učení vhodné způsoby, metody a strategie, plánuje, organizuje a řídí vlastní učení, vyhledává a třídí informace, na základě jejich pochopení a propojení je efektivně využívá v učení i praktickém životě, uvádí věci do souvislostí, samostatně pozoruje, kriticky posuzuje, poznává smysl a cíl učení
- *pracovní* – žák dodržuje vymezená pravidla, plní povinnosti a závazky, přistupuje k výsledkům pracovní činnosti, využívá znalosti a zkušenosti získané v jednotlivých vzdělávacích oblastech v zájmu vlastního rozvoje i své přípravy na budoucnost
- *komunikativní* – žák formuluje a vyjadřuje své myšlenky a názory v logickém sledu, vyjadřuje se výstižně, souvisle, naslouchá promluvám druhých lidí, účinně se zapojuje do diskuze, obhajuje svůj názor, rozumí různým typům textů a záznamů, obrazových materiálů, využívá získané komunikativní dovednosti k vytváření vztahů a kvalitní spolupráci s ostatními
- *sociální a personální* – žák účinně spolupracuje ve skupině, podílí se na utváření příjemné atmosféry v týmu, poskytne pomoc nebo o ni požádá, přispívá k diskuzi v malé skupině i debatě celé třídy, čerpá poučení z toho, co si druzí lidé myslí, říkají a dělají, vytváří si pozitivní představu o sobě samém
- *občanské* – žák respektuje přesvědčení druhých lidí, je schopen vcítit se do situace ostatních, uvědomuje si povinnost postavit se proti fyzickému i psychickému násilí, je si vědom svých práv a povinností ve škole i mimo ni, rozhoduje se zodpovědně podle dané situace, poskytne účinnou pomoc, chová se zodpovědně v krizových situacích
- *k řešení problémů* – žák vnímá nejruznější problémové situace ve škole i mimo ni, rozpozná a pochopí problém, promyslí a naplánuje způsob řešení, vyhledá informace vhodné k řešení problému, sleduje vlastní pokrok při zdolávání problémů, kriticky myslí, činí uvážlivá rozhodnutí, výsledky svých činů zhodnotí

Mezipředmětové vztahy: Přírodopis-biologie člověka, český jazyk, dramatická výchova, výtvarná výchova.

Průřezová témata: Osobní a sociální výchova, Multikulturní výchova.

Učivo: Lidská společnost a násilí, Osobní bezpečí aneb co s chuligány, vandaly a zloději?

Počet hodin: 2 vyučovací hodina (V první vyučovací hodině žáci diskutují a rozdělují se do skupin, ve kterých budou příští hodinu pracovat, druhou vyučovací hodinu žáci tvoří plakáty a po té je představují na konferenci)

Forma: hromadná, skupinová.

Metoda: diskuze, samostatná práce-tvorba plakátů.

Úvod: Násilí postihující lidskou společnost existuje v různých formách. Agresivita dospělých i dětí tvoří vážnou společenskou nemoc. Je důležité v této problematice zahajovat prevenci, která by měla přicházet jak ze strany rodičů tak ze strany školy. Do této problematiky prevence patří i prevence proti vandalismu, krádežím či chuligánům.

Cíl: Seznámení s různými formami násilí v lidské společnosti. S jejich dopady a možnostmi řešení. Seznámení s novými pojmy jako je vandalismus, graffiti art, chuligans.

Motivace: V první hodině žáky motivujeme diskusí na téma „sprejerství“, „násilí při fotbale“, „agresivní chování“, „krádež“. Ptáme se žáků, zda mají vlastní zkušenost s touto problematikou a jak tuto problematiku nejlépe řešit. Spolupracujeme s učebnicí (Fraus) na stranách č. 124 a č. 126.

Expozice: Žáci jsou rozděleni do skupin. Již v předešlé hodině byla skupinám rozdělena témata. Témata se týkají vandalismu, chuligánství, násilí, krádeže. Žáci si vyhledali obrázky či články ke svému tématu. Žáci mají za úkol vytvořit plakát, který bude vystupovat proti této problematice, bude ostatní nabádat, aby se těmto činům vyhýbali. Jaké tresty mohou být uděleny. Kde vyhledat pomoc. Jak se tyto činy dají nahradit (sport, přátelé, zájmy). Tento plakát může být ztvárněn jako umělecké graffiti, musí však mít dané tématické zaměření na danou problematiku.

Fixace: Konference, při které skupiny představují své plakáty.

Závěr: Důležité je, aby si žáci uvědomili jak si chránit své osobní bezpečí.

POZNÁMKA: Toto téma lze zkrátit na jednu hodinu. Zůstává motivační diskuze a místo tvorby plakátu lze s žáky vytvořit umělecké graffiti. Vytvoří si každý sám.

Učivo: Osobní bezpečí a životní prostředí

Počet hodin: 1 hodina

Úvod: Každodenní život nám může přinést různá nebezpečí a proto je důležité těmto nebezpečím čelit.

Forma: hromadná.

Metoda: brainstorming, výklad, diskuze.

Cíl: Cílem je seznámení s možnými nástrahami, které mohou postihnout celý svět. Seznámení s úkoly civilní ochrany.

Motivace: Žáky krátce motivujeme na základě nebezpečné situace, která se v současné době stala, kdekoliv na světě (např. nějaká katastrofa-př. zemětřesení, celosvětové šíření nějaké nemoci, únik ropy, atd.) Na tuto problematiku s žáky vedeme diskusi. Proč se tomu tak stalo, zda se dalo této věci zabránit, jak se chránit před danou situací.

Expozice: S žáky vytvoříme tzv. pavouka. Můžeme tak uskutečnit na tabuli či na velkém papíře. Do středu napíšeme pojem „katastrofa“ a ptáme se žákům jaké katastrofy či hromadná neštěstí mohou nastat. Na základě jejich odpovědí vytvoříme zápis (viz. příloha). Dále pak společně s žáky vytvoříme seznam, který bude pojednávat o tom, jaké úkoly plní civilní ochrana.

Fixace: Žáci zavzpomínají, zda znají z filmu, televizních programů či knih nějakou katastrofickou situaci. Žáci o ni mohou pohovořit a společně s ostatními o ni diskutovat.

Závěr: Je důležité, aby si žáci uvědomili nebezpečí, která na nás číhají na každém kroku po celém světě.

Příloha: Teorie.

Katastrofy a hromadná neštěstí:

1. generace – přírodní a civilizační katastrofy (př. nákazy zvířat a lidí, ale i sportovní akce, masové hudební akce, náboženská shromáždění apod.)
2. generace – chemický terorismus (plyn v metru, kontaminace vodních zdrojů bakteriologickými a chemickými látkami apod.)
3. generace – tzv. Katastrofy „break down“ – zhroucení celých systémů, které zajišťují fungování civilizace, př. teroristické akce namířené proti internetu, počítačovým sítím, satelitním přenosům apod.

Úkoly civilní ochrany:

- ✓ hlásné služby (varování, vyrozumění, poskytování informací o hrozícím či nastalém nebezpečí)
- ✓ evakuace
- ✓ organizace úkrytů, popřípadě poskytování nouzového ubytování, zásobování
- ✓ záchranné práce, vyprošťovací práce, hledání osob apod.
- ✓ zdravotnické služby, první pomoc
- ✓ zajištění a označení nebezpečných oblastí
- ✓ dekontaminace.

Učivo: Bezpečnost v silničním provozu

Počet hodin: 1 hodina

Úvod: Dodržování pravidel v silničním provozu je jednou z nejdůležitějších věcí pro bezpečnost všech obyvatel. Žáci by měli tyto pravidla znát a respektovat! Být si vědomi toho jaké následky mohou vzniknout při jejich nedodržení.

Forma: hromadná.

Metoda: video projekce, diskuze.

Cíl: Cílem této hodiny je seznámení žáků s pravidly silničního provozu a důležitostí osobního bezpečí.

Motivace: Je důležité znát pravidla silničního provozu, ale i důležitost respektování veškerých pravidel.

Expozice: Žákům je promítáno video od nadace Malina, autorů Daniel Landa a Roman Kresta-název videa „Soutěž“. Nebo je také možné promítnout kazetu od stejných autorů „Auto jako zbraň“. Tato video kazeta velmi přiblíží žákům důležitost dodržování bezpečnostních pravidel v silničním provozu.

Fixace: Probíhala v závěru hodiny. V závěru hodiny si žáci zopakovali celý děj videa. Učitel kladl otázky vztahující se k videu.

Závěr: Po této hodině si žáci uvědomí důležitosti dodržování pravidel silničního provozu. Znají pravidla silničního provozu.

Učivo: Poskytnutí první pomoci

Počet hodin: 1 hodina

Úvod: První pomoc zahrnuje jednoduchá a účelná opatření, kterými lze účinně a cíleně omezit rozsah náhlého ohrožení zdraví a života. Je povinností každého z nás první pomoc podle svých možností a schopností poskytnout a pokusit se tím o záchranu zdraví a života každého člověka. Vědomé neposkytnutí první pomoci je právně postihnutelné. Při poskytování první pomoci je velmi důležité chránit sebe sama i postiženého před dalším poraněním a přenosem infekce. Také bychom měli dbát na své psychické zdraví a snažit se účinně vypořádat se stresem.

Forma: hromadná, skupinová

Metoda: diskuze, dramatizace.

Cíl: Cílem této hodiny je seznámit žáky s různými situacemi, při kterých by měli poskytnout první pomoc a jak se v takové situaci zachovat.

Motivace: Každý z nás se může ocitnout v situaci, kdy bude potřeba poskytnout někomu první pomoc a díky správnému poskytnutí první pomoci někomu zachránit život. Diskuze na téma: poskytnutí první pomoci-žáci diskutují zda někomu někdy poskytli první pomoc a jaké jsou zásady první pomoci.

Expozice: Žáci se rozlosují do skupin (většinou po čtyřech). Každá skupinka si vylosuje lístečky. Na lístečcích je napsaná situace, tuto situaci žáci dramaticky ztvární. Je zde napsané i to co se zraněnému žákovi stalo. Žáci si tento lísteček přečtou a společně se poradí o tom, jak by danou situaci řešili. Žáci mají možnost nahlédnout do odborných učebnic s první pomocí. Po nastudování žáci ztvární situaci, kterou si vylosovali.

Závěr: Po této hodině žáci získali nové znalosti týkající se poskytování první pomoci.

Příloha: Lístičky s různými situacemi, při níž žáci poskytnou první pomoc.

- ✓ Situace: Chlapci si hrají na hřišti fotbal. Jeden z nich druhého fauluje tak nešťastně, že si chlapec zlomí ruku. Chlapec sedí na zemi a drží si bolavou ruku a sténá bolestí. Jak se zachováte? Jakou první pomoc chlapci poskytnete?

- ✓ Situace: Chlapci si s dívkami vyjeli na kole. Bohužel jedna dívka neměla ochrannou přilbu. Všichni jeli na cyklostezce podle pravidel. Náhle však dívce bez přilby vběhl pod kolo pes, dívka se lekla a z kola spadla. Dívka leží na zemi, má tržnou ránu na

hlavě a stěžuje si na bolest nohy. Jak se v takové situaci zachováte? Jakou první pomoc ji poskytnete?

- ✓ Situace: Jste s kamarády v kavárně. Při návratu domů potkáte člověka na cestě, který se potácí a vypadá jako opilý. Náhle tento člověk upadne a zůstane ležet na zemi. Jedná se o postaršího pána, pravděpodobně jej postihl infarkt. Nereaguje na vaše volání. Nemá puls.
Jak se v takové situaci zachováte? Jakou první pomoc pánu poskytnete?

Teorie:

První pomoc

– může zachránit život, jde o zajištění základních životních funkcí,
každý musí v rámci svých možností poskytnout první pomoc, pokud to neohrožuje jeho život
- důležité správné vyhodnocení situace (kterou z funkcí je třeba zajistit), při první pomoci chránit i sebe (např. před přenosem infekce), přivolání lékaře
- kontrola stavu vědomí, kontrola životních funkcí, přivolání lékaře,
zástava krvácení, zajištění tepla, pokud je třeba tak resuscitace (pokud je možné tak provádí dospělý) - zprůchodnění dýchacích cest, dýchání z úst do úst (nejlépe přes roušku, pokud není tak kapesník), pokud srdce netepe tak masáž (u dětí do 8 let nejprve 5 vdechů, pak 30 stlačení, u starších dětí a dospělých 30 stlačení a pak 2 vdechy)