

Obsah

| | |
|--|-----------|
| Obsah | 1 |
| Úvodní slovo | 3 |
| První pomoc na PŘF UK | 5 |
| 1 Výuka první pomoci obecně | 6 |
| 1.1 Proč učit první pomoc? | 6 |
| 1.2 Problémy v poskytování první pomoci | 7 |
| 2 První pomoc a školství | 14 |
| 2.1 Výuka první pomoci ve škole | 14 |
| 2.2 Kurikulární dokumenty | 14 |
| 2.3 Poskytování první pomoci ve škole | 17 |
| 3 Guidelines a aktuální trendy ve výuce | 19 |
| 3.1 Guidelines Evropské resuscitační rady | 19 |
| 3.2 Pasáže zaměřené na výuku první pomoci | 20 |
| 3.3 Aktuální trendy – jak učit efektivně | 22 |
| 3.4 Cíle výuky | 27 |
| 3.5 Opakování dovedností | 28 |
| 3.6 Výběr vhodné metody | 29 |
| 3.7 Výběr vhodných témat a informací | 31 |
| 4 Realizace výuky | 36 |
| 4.1 Délka kurzu | 36 |
| 4.2 Počet účastníků a forma výuky | 37 |
| 4.3 Úvod a závěr kurzu | 39 |
| 4.4 Scénář | 42 |
| 5 Organizace simulací | 44 |
| 5.1 Příprava simulací | 44 |
| 5.2 Pravidla simulací | 45 |
| 5.3 Jak instruovat figuranty a zasahující | 48 |
| 5.4 Průběh simulace | 50 |
| 5.5 Rozbor simulace | 51 |
| 5.6 Jak režírovat simulace | 56 |
| 6 Pomůcky, rekvizity a maskování | 57 |
| 6.1 Jsou potřeba? | 57 |
| 6.2 Půjčování pomůcek pro výuku | 60 |
| 6.3 Základy maskování zranění | 61 |
| 7 Specifika výuky podle věku účastníků | 70 |
| 7.1 Specifika výuky dětí obecně | 70 |
| 7.2 Školka (+ 1. a 2. třída ZŠ) | 73 |
| 7.3 Základní škola - 1. stupeň | 75 |
| 7.4 Základní škola - 2. stupeň | 78 |
| 7.5 Střední škola | 81 |
| 7.6 Dospělí | 84 |
| 7.7 Speciality na závěr | 85 |
| 8 Základy krizové intervence | 87 |
| 8.1 O co se jedná | 87 |

| | |
|---|------------|
| 8.2 Jak to vypadá? | 88 |
| 8.3 Co s tím? | 89 |
| 9 Základní témata | 91 |
| 9.1 Úvod do zachraňování – tři kroky..... | 92 |
| 9.2 První krok – „rozhlédni se!“ | 97 |
| 9.3 Kontrola vědomí a dýchání..... | 100 |
| 9.4 Resuscitace dospělých..... | 108 |
| 9.5 Dušení („cizí těleso v dýchacích cestách“)..... | 116 |
| 9.6 Masivní krvácení..... | 120 |
| 9.7 Volání tísňové linky..... | 126 |
| 10 Rozšiřující témata | 132 |
| 10.1 Děti – kontrola vědomí a dýchání, resuscitace..... | 133 |
| 10.2 Úrazy páteře | 137 |
| 10.3 Celotělové křeče..... | 142 |
| 10.4 Popáleniny | 145 |
| 10.5 Úraz elektrickým proudem a bleskem | 149 |
| 10.6 Bolesti na hrudi | 152 |
| 10.7 Cévní mozková příhoda („mrtvice“) | 156 |
| 11 Doplnková témata | 160 |
| 12 Závěrem – druhý díl příručky | 161 |
| 13 Použitá a doporučená literatura | 162 |
| 13.1 Obecná literatura | 162 |
| 13.2 Guidelines 2021..... | 163 |
| 14 Seznam převzatých obrázků | 164 |
| 15 Přílohy | 165 |
| 15.1 První pomoc ve vzdělávacím obsahu RVP pro 2. stupeň základního vzdělávání..... | 165 |
| 15.2 První pomoc ve vzdělávacím obsahu RVP pro gymnázia..... | 168 |
| 16 Poznámky | 170 |