



BĘDĘ MŁODSZYM RATOWNIKIEM SZKOLNYM



PAKIET EDUKACYJNY
DLA UCZNIÓW KLAS I–III
SZKOŁY PODSTAWOWEJ

Autor:

dr n. hum. *Agnieszka Joanna Olechowska* – pedagog specjalny, logopeda

Konsultacja merytoryczna:

mgr *Mikołaj Kowalewski* – ratownik medyczny, pedagog specjalny

dr *Radosław Piotrowicz* – pedagog specjalny

Ilustracje:

art. plastyk *Bożena Foder*

dr *Agnieszka Kwiatkowska-Zwolan*

Opracowanie graficzne:

Sonia Foder

Sebastian Sobieszczęński

**Pakiet edukacyjny dla uczniów klas I–III szkoły podstawowej
został opracowany w ramach projektu:**

**„Program nauczania pierwszej pomocy przedmedycznej uczniów
ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi – opracowanie i pilotażowe
wdrożenie programów”**

realizowanego przez

Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej w Warszawie

finansowanego ze środków Unii Europejskiej

w ramach Europejskiego Funduszu Społecznego

- (1) Program operacyjny: Kapitał Ludzki
- (2) Priorytet: III. Wysoka jakość systemu oświaty
- (3) Działanie: 3.3. Poprawa jakości kształcenia
- (4) Poddziałanie: 3.3.4. Modernizacja treści i metod kształcenia – projekty konkursowe
- (5) Nazwa projektu: Program nauczania pierwszej pomocy przedmedycznej uczniów ze specjalnymi potrzebami edukacyjnymi – opracowanie i pilotażowe wdrożenie programów
- (6) Nr umowy / decyzji : POKL.03.03.04-00-046/09-01
- (7) Kierownik projektu: dr Radosław Piotrowicz

Warszawa 2010

Przygotowanie do druku:

 *Krzysztof Biesaga*

Druk: NOKPOL, Kobyłka

UWAGA:

W kartach pracy zamieszczone zostały dwa rodzaje zadań przeznaczonych do wykonania przez dzieci: ćwiczenia – które są obowiązkowe dla wszystkich uczestników (także uczniów ze specjalnymi potrzebami – po odpowiednim dostosowaniu do ich możliwości) oraz zadania – które są dodatkowymi propozycjami do wykorzystania przez nauczyciela.

Realizowane z uczniami klas I–III zajęcia z zakresu pierwszej pomocy przedmedycznej mają przede wszystkim na celu nabycie przez uczniów PRAKTYCZNYCH umiejętności udzielania pierwszej pomocy. Dlatego uczniowie nie muszą wykonać wszystkich ZADAŃ zamieszczonych w Kartach pracy. Za każdym razem, w zależności od czasu trwania zajęć, poziomu zainteresowania, zaangażowania i możliwości uczniów, to Nauczyciel decyduje czy, które zadania z Kart pracy i w jaki sposób zostaną przez dzieci wykonane.

1 Będę Młodszym Ratownikiem Szkolnym

SŁOWNICZEK

Młodszy Ratownik Szkolny – uczeń klas I–III, który odbył kurs i zdał egzamin z udzielania pierwszej pomocy przedmedycznej
pierwsza pomoc – określone czynności wykonywane w celu ratowania osoby poszkodowanej
poszkodowany – to osoba, której trzeba udzielić pierwszej pomocy; która uległa wypadkowi, zranieniu, poparzeniu, itd.
ratownik – to osoba udzielająca pomocy

ZADANIE 1. Otocz kółkiem ilustracje, które przedstawiają sytuację niesienia pierwszej pomocy



ZADANIE 2. Przeczytaj/wysłuchaj wiersza p.t. „Będę Młodszym Ratownikiem Szkolnym”, odpowiedz na pytania pod tekstem wiersza.

Będę Młodszym Ratownikiem Szkolnym

Chcę pomagać w trudnych chwilach
i chcę wiedzieć jak to zrobić
By samemu być bezpiecznym
i innemu nie zaszkodzić

Chcę zasady poznać ważne
żeby mądrze postępować
Gdy potrzebna będzie pomoc
odpowiednio się zachować

Byście zawsze w trudnych chwilach,
koleżanko i kolego,
mogli liczyć właśnie na mnie
Młodszego Ratownika Szkolnego



A. Olechowska

- 🌸 Kim chcą zostać uczniowie po zrealizowaniu wszystkich zajęć?
- 🌸 Co chcą robić jako Młodzi Ratownicy Szkolni?
- 🌸 O czym Młodszy Ratownik Szkolny powinien pamiętać?

ZADANIE 3. Wskaż i nazwij części ciała człowieka.



ZADANIE 4. Wytnij wyrazy i wklej w odpowiednie miejsca wokół postaci człowieka. Połącz kreską wyrazy z odpowiednimi częściami ciała.



głowa

oko

ucho

usta

dłoń

stopa

nos

brzuch

2. Jestem bezpieczny – mogę pomagać

SŁOWNICZEK

pożar – to sytuacja, w której płonie coś, co nie powinno; wydobywa się dym, dziwny zapach

wypadek – to nagłe zdarzenie, w którym najczęściej jakiejś osobie stało się coś złego

zagrożenie – to możliwość wydarzenia się czegoś złego, niebezpiecznego



WYPADEK – CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?



- postępować ostrożnie
- rozejrzeć się czy Tobie nic nie zagraża
- jeśli jesteś bezpieczny – możesz podejść do poszkodowanego i udzielić pomocy
- jeśli nie jest bezpiecznie – nie podchodź tylko dzwoń po pomoc i wzywaj osobę dorosłą
- przestrzegać określonych zasad postępowania w przypadku pożaru lub wypadku



ZADANIE 1. Popatrz na ilustrację i odpowiedz na pytania pod ilustracją.



- Jaką sytuację przedstawia ilustracja?
- Czy żeby udzielić pierwszej pomocy chłopcu, dziewczynka może wejść na jezdnię?
- Co może zrobić dziewczynka, żeby udzielić pierwszej pomocy?
- Jakie zagrożenia mogą pojawić się w innych sytuacjach trudnych (w miejscach innych wypadków lub pożaru)?

Tutaj możesz wkleić zdanie z Zadania 4:



ZADANIE 2. Na placu przed blokiem wydarzył się wypadek. Chłopiec spadł z roweru, siedzi na trawie i płacze. Podkreśl/zasygnalizuj czy wymienione zachowania są prawidłowe? (podkreśl odpowiednie zdania lub podnieś rękę, gdy sądzisz, że dane zachowanie jest właściwe).

- ☞ upewniam się czy nic nie grozi mnie ani innym dzieciom
- ☞ udzielam pomocy poszkodowanemu według poznanych zasad
- ☞ czekam, może nic poważnego się nie stało
- ☞ wzywam osobę dorosłą



ZADANIE 3. Przeczytaj/posłuchaj i naucz się na pamięć następującego zdania:

Kiedy stanie się coś złego, najpierw rozejrzyj się kolego,
potem wzywaj dorosłego!

ZADANIE 4. Ułóż z rozsypanki wyrazowej poznane zdanie. Wklej je w odpowiednie miejsce pod ilustracją z Zadania 1.



Kiedy dorosłego! się kolego,
potem rozejrzyj się coś
wzywaj najpierw złego stanie



ZASADY POSTĘPOWANIA W CZASIE POŻARU W SZKOLE I W CZASIE POŻARU W DOMU

POŻAR W SZKOLE		POŻAR W DOMU	
JESTEŚ W KLASIE Z NAUCZYCIELEM	JESTEŚ SAM	JESTEŚ Z OSOBĄ DOROSŁĄ	JESTEŚ SAM
ZACHOWAJ SPOKÓJ			
słuchaj nauczyciela, ustaw się w parach, trzymaj kolegę lub koleżankę za rękę	jak najszybciej wyjdź jak najkrótszą drogą z zagrożonego pomieszczenia, poruszając się jak najniżej przy podłodze	słuchaj dorosłego	jak najszybciej wyjdź z domu, jeśli w domu jest dużo dymu, wychodź na czworakach lub nisko pochylony, jeśli musisz uciekać obok płomieni, zarzuć na siebie koc lub kołdrę (jeśli zdążysz, możesz je najpierw połać wodą); otwieraj drzwi ostrożnie, mogą być gorące
	jeśli sam wybiegłeś ze szkoły, szukaj osoby dorosłej i powiedz jej, gdzie się pali i co się pali	wyjdźcie jak najszybciej z zagrożonych pomieszczeń	zawołaj sąsiada lub poproś o pomoc osoby na ulicy
	jeśli masz telefon komórkowy, spróbuj sam wezwać straż pożarną, wykręć numer 112		jeśli masz telefon komórkowy, spróbuj sam wezwać straż pożarną, wykręć numer 112
	nigdy nie próbuj sam gasić pożaru		nigdy nie próbuj sam gasić pożaru

ZADANIE 5. Z zaznaczonych kolorem kolejnych liter ułóż wyraz i wpisz w liniach pod tekstem.

Co powinnam/powiniennem zrobić gdy w domu jest pożar?

- ⚙ Odetchnąć, uspokoić się.
- ⚙ Wołać dorosłych.
- ⚙ Szybko wyjść z domu.
- ⚙ Okryć się (mokrym) kocem lub kołdrą, gdy trzeba przejść obok ognia.
- ⚙ Sprawdzić klamkę czy nie jest gorąca i czy za drzwiami jest bezpiecznie.
- ⚙ Alarmować dorosłych, wołać sąsiada, mówić osobom na ulicy o tym co się stało, wezwać pomoc przez telefon.



3. Wzywam pomoc

SŁOWNICZEK

numery alarmowe – to takie numery telefonów, pod które dzwoni się, aby uzyskać pomoc w sytuacji zagrożenia, wypadku, niebezpieczeństwa

ZADANIE 1. Dopasuj przedstawiciela odpowiednich służb do pojazdu i odpowiedniego numeru alarmowego.



ZADANIE 2. Wytnij cyfry z paska u dołu strony. Ułóż z nich poznane numery alarmowe i wklej je w odpowiednie miejsca.

POLICJA

--	--	--

STRAŻ POŻARNA

--	--	--

POGOTOWIE

--	--	--

NUMER ALARMOWY

--	--	--



1 1 2 7 8 9 9 9 9 9 9 9

4. Torebeczka – apteczka

SŁOWNICZEK

apteczka – to podstawowe materiały i przedmioty używane w czasie udzielania pierwszej pomocy umieszczone w szafce, walizce, torebce itp.

bandaż – zwinięty w rolkę pas materiału (gazy, płótna itp.), którego używa się np. do przymocowania opatrunku, unieruchomienia ręki lub nogi

chusta trójkątna – kwadratowy kawałek tkaniny służący do obwiązywania większych opatrunków, unieruchamiania ręki lub nogi

hydrożel – specjalny rodzaj opatrunku na oparzenia

opatrunek – idealnie czysty, jałowy kawałek materiału (gazy, płótna) nakładany na skaleczenie bądź zranienie

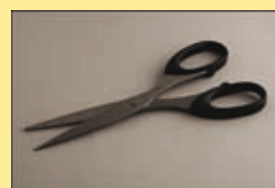
plaster (plaster na rolce) – pasek płótna lub innego materiału, pokryty z jednej strony klejem, pomocny w umocowaniu opatrunku

plaster z opatrunkiem – rodzaj plastra, który oprócz strony z klejem ma fragment jałowej gazy, wykorzystywany do opatrywania niewielkich skaleczeń, otarć

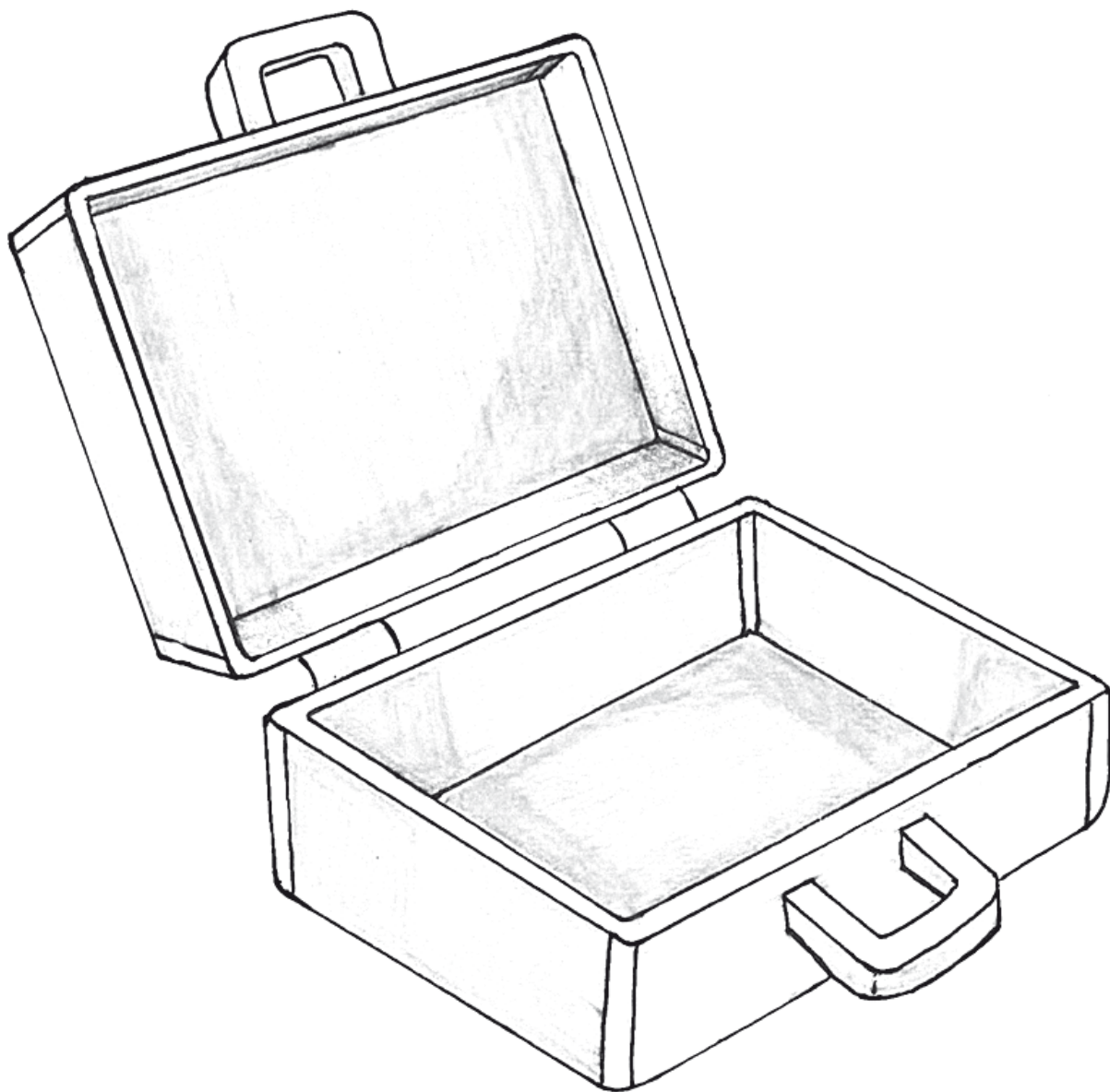
temblak – opaska z płótna (chusty trójkątnej, bandaża) zawieszana na szyi dla podtrzymania chorej ręki



ZADANIE 1. Spośród różnych ilustracji/wyrazów wyszukaj te, które dotyczą rzeczy mogących znajdować się w apteczce, wytnij i wklej do narysowanej apteczki.







ZADANIE 2. Dopasuj każdą rzecz z apteczki do jej przeznaczenia. Wytnij ilustracje i/lub wyrazy z dołu strony i wklej w odpowiednie miejsca w zdaniach.

🌸 Do założenia na dłonie ratownika

🌸 Do przymocowania opatrunku, założenia temblaka

🌸 Do przyłożenia na skaleczenie, ranę

🌸 Do umocowania mniejszego opatrunku

🌸 Do ochrony przed zimnem

ZADANIE 2. Ciąg dalszy.

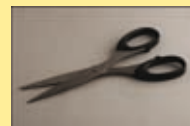
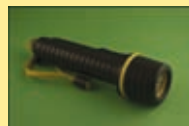
✿ Do wzywania pomocy (wysoki dźwięk słycać z większej odległości, wymaga niewielkiego wysiłku w przeciwieństwie do krzyku)

✿ Do zapięcia temblaka

✿ Do cięcia bandaża (ubrania)

✿ Do oświetlenia miejsca wykonywania czynności ratowniczych

plaster na rolce agrafka nożyczki
maseczka do sztucznego oddychania
koc termiczny rękawiczki
gwizdek bandaż gaza latarka



ZADANIE 3. Znajdź i zaznacz (obrysuj lub zakreśl) ukryte w rzędach nazwy rzeczy, które możesz znaleźć w apteczce.

PLASTERENSAWERANDRA

BRMBANDAŻURAWANTYS

SEADAAGLLNOŻYCZKI

RĘKAWICZKISALMINERW

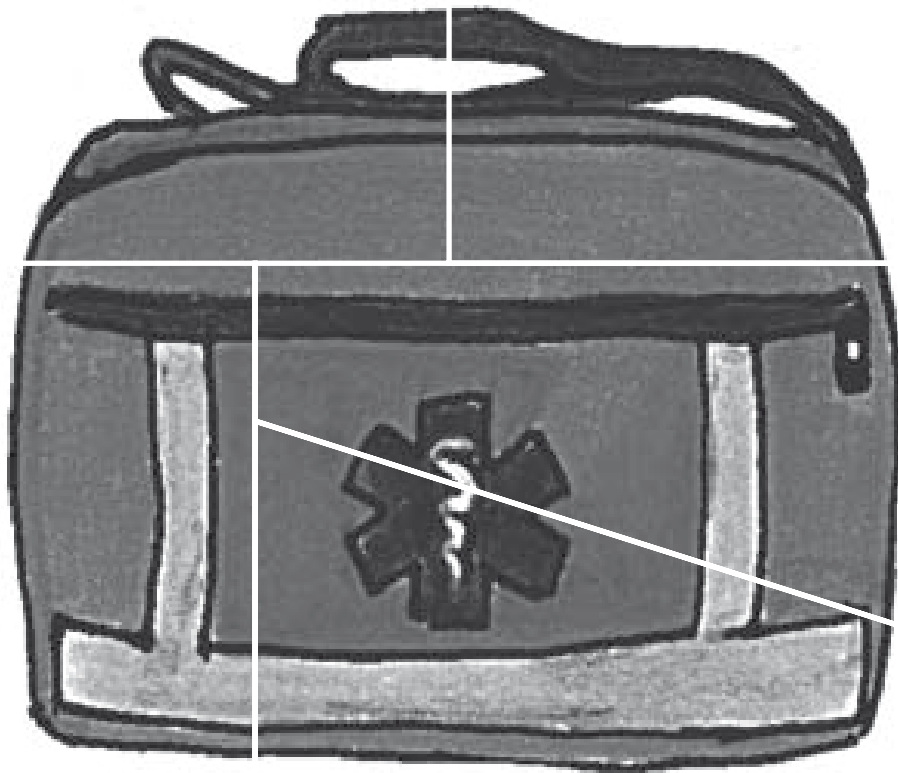
KMANAKGAZANNAWAL

POTEMBLAKOWSAN



ZADANIE 4. Wytnij elementy układanki, ułóż według wzoru i wklej w ramkę na stronie 21.





5. Nos – pierwsza pomoc

SŁOWNICZEK

krwawienie – wypływanie krwi z uszkodzonych naczyń krwionośnych, np. krwawienie z nosa



KRWAWIENIE Z NOSA – CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?



- ✿ uspokajaj i posadź poszkodowanego
- ✿ poleć mu pochylić głowę
- ✿ podaj poszkodowanemu gazę, chusteczkę (staraj się nie pobrudzić krwią – załóż rękawiczki)
- ✿ poleć mu przyłożyć do nosa i lekko zacisnąć dziurki (skrzydełka nosa)
- ✿ powiedz, żeby poszkodowany oddychał ustami
- ✿ wezwij dorosłego

Jeżeli:

- ✿ krwawienie nie ustaje po ok. 10 minutach – wezwij pogotowie (999)
- ✿ poszkodowany jest nieprzytomny ale oddycha – połóż go w pozycji bocznej-bezpiecznej

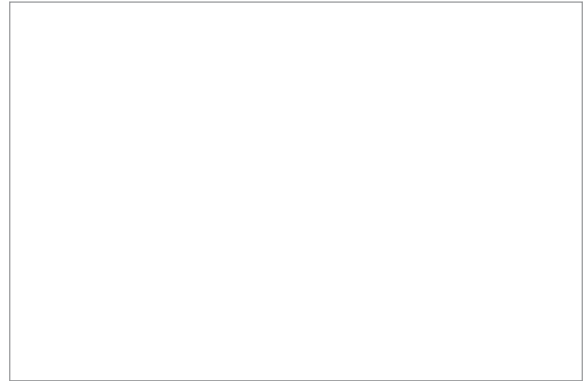


ZADANIE 1. Wytnij obrazki. Ułóż historyjkę w odpowiedniej kolejności i wklej obrazki w prawidłowej kolejności w ponumerowane okienka na stronie 25.

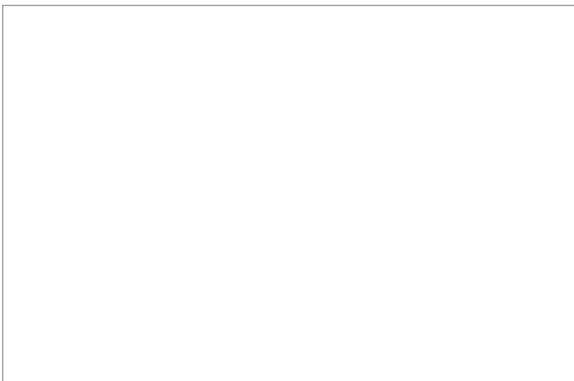




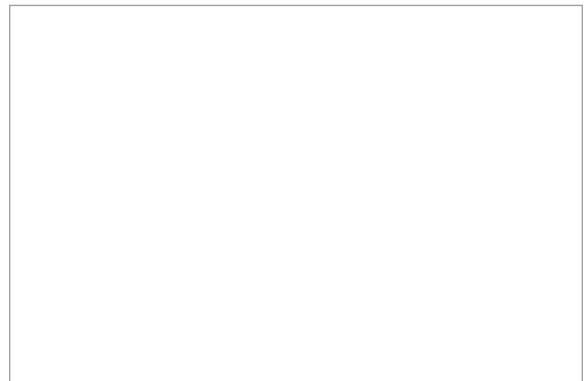
1



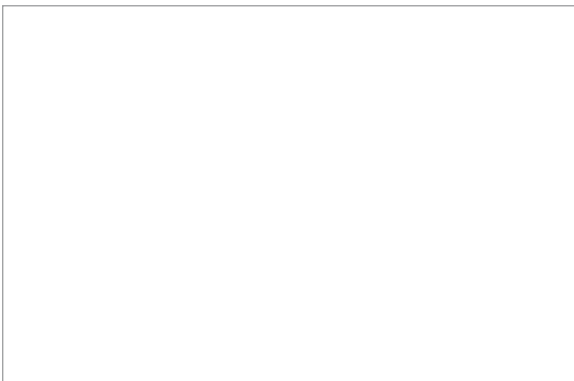
2



3



4



5



6

6. Olaboga! – Palec, noga! – skaleczenia, zranienie

SŁOWNICZEK

skaleczenie – niewielka ranka na skórze na skutek otarcia, niegroźnego upadku itp.

rana – poważniejsze, głębsze zranienie w wyniku poważniejszego urazu (upadek z dużej wysokości lub przy dużej prędkości, silne zderzenie itp.)

opatrunek uciskowy – rodzaj opatrunku, który oprócz zabezpieczenia rany ma za zadanie utrudnić (ale nie uniemożliwić) dopływ krwi do rany

pozycja boczna-bezpieczna (boczna ustalona) – to sposób ułożenia poszkodowanego w sposób zapewniający mu bezpieczeństwo i możliwość oddychania



SKALECZENIE – CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?



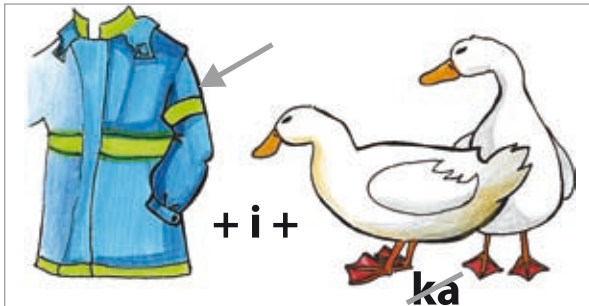
- ✿ staraj się zachować spokój
- ✿ przemyj skaleczenie czystą wodą (np. z kranu, z butelki z wodą mineralną)
- ✿ przyłóż na skaleczenie czystą gazę i lekko uciśnij
- ✿ opatrunek przyklej plasterem
- ✿ lub zamiast gazy i plastra przyklej plaster z opatrunkiem

Jeżeli:

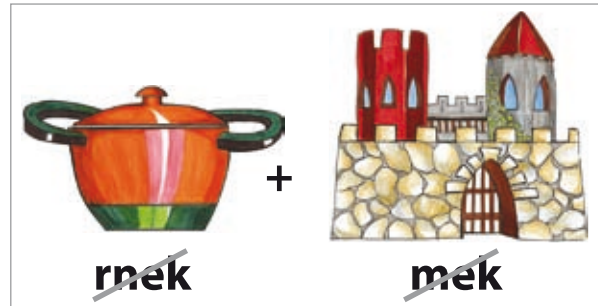
- ✿ pomagasz drugiej osobie załóż rękawiczki lub dbaj aby nie mieć kontaktu z krwią poszkodowanego



ZADANIE 1. Odgadnij zilustrowane słowa i rozwiąż rebusy. Napisz w liniaturze rozwiązania rebusów – nazwy rzeczy i czynności związanych z niesieniem pierwszej pomocy w przypadku skaleczenia.



1



2



3



4

skaleczenie =



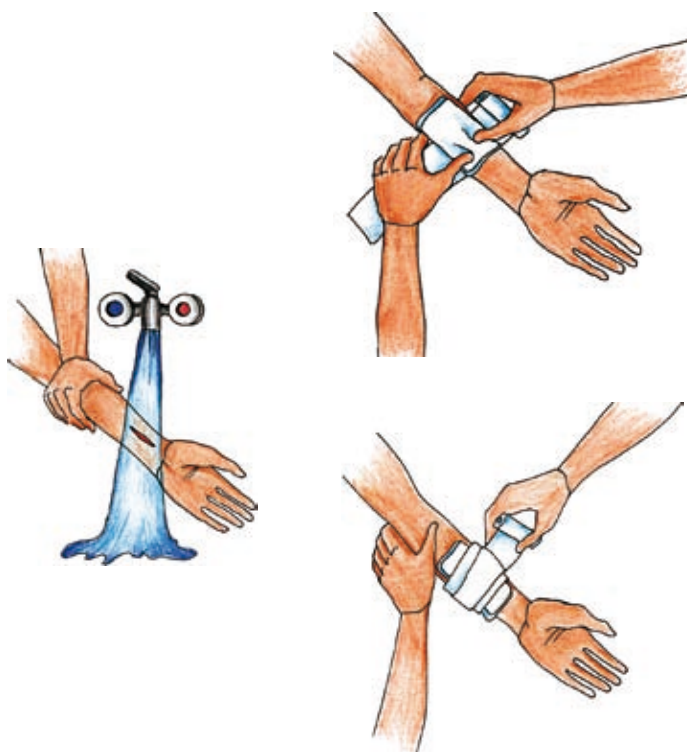
ZRANIENIE - CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?



- ✿ staraj się zachować spokój
- ✿ przemyj zranienie czystą wodą (np. z kranu, z butelki z wodą mineralną)
- ✿ przyłóż na zranienie czystą gazę, połóż jakiś dość twardy przedmiot i uciśnij
- ✿ owiń opatrunek bandażem, chusta trójkątną, szalikiem, rękawem, tak aby przedmiot uciskał ranę (nie za mocno)
- ✿ okryj poszkodowanego swetrem, kocem
- ✿ nie podawaj poszkodowanemu niczego do jedzenia lub picia
- ✿ pocieszaj poszkodowanego

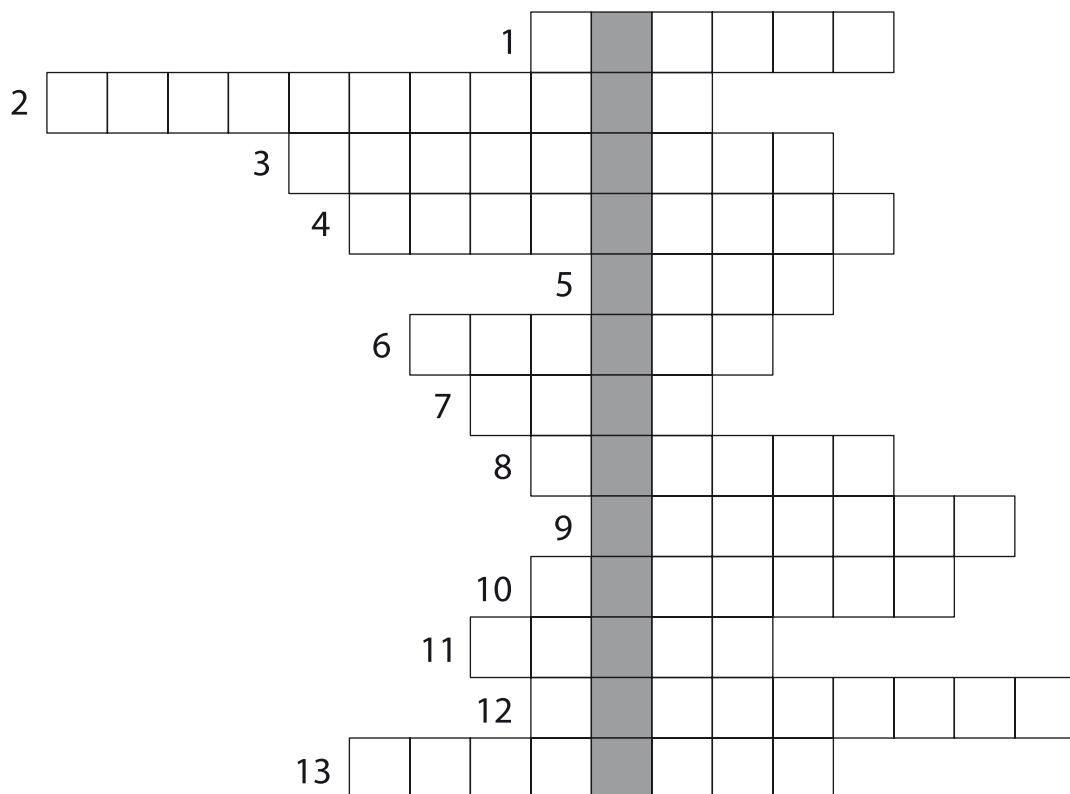
Jeżeli:

- ✿ pomagasz drugiej osobie, załóż rękawiczki lub dbaj, aby nie mieć kontaktu z krwią poszkodowanego
- ✿ poszkodowany jest nieprzytomny, ale oddycha, połóż go w pozycji bocznej-bezpiecznej
- ✿ poszkodowany jest przytomny, poproś, aby położył się lub usiadł, jeśli woli



ZADANIE 2. Rozwiąż krzyżówkę. Wpisuj wyrazy poziomo. Litery z zaznaczonych w diagramie pól utworzą hasło, przeczytaj je i wpisz po jednej literze w okienka pod krzyżówką.

1. może zdarzyć się, gdy szybko biegniesz i nagle się potkniesz
2. nie duża rana tylko małe
3. większe od skaleczenia
4. najczęściej z gazy i bandaża, zakładany na skaleczenie, zranienie, otarcie
5. przyda się do przemycia rany lub podania do picia osobie, która się zatrzała
6. chociaż jest kwadratowym kawałkiem materiału, robi się z niej trójkątny temblak
7. jałowa, potrzebna do zrobienia opatrunku
8. długi pas materiału, do owinięcia zranionej ręki lub nogi
9. z jednej strony ma warstwę kleju, przyda się do przymocowania opatrunku
10. kto może pomóc dziecku wezwać pomoc
11. pierwsza przedmedyczna
12. numer tej służby ratowniczej to 999
13. potrzebne do ucięcia bandaża, plastra





**SCHEMAT UKŁADANIA POSZKODOWANEGO
W POZYCJA BOCZNEJ-BEZPIECZNEJ**



7. Olaboga! – Palec, noga! – zwichnięcie, złamanie

SŁOWNICZEK

zwichnięcie – wykonanie nieprawidłowego ruchu w stawie (tam, gdzie się zgina ręka lub noga)

złamanie – wykonanie nieprawidłowego ruchu w miejscu, w którym ręka lub noga nie zgina się, w wyniku takiego ruchu kość pęka

jałowy opatrunek – opatrunek zrobiony z czystej gazy, wyjętej ze specjalnej torebki, która nie była wcześniej dotykana

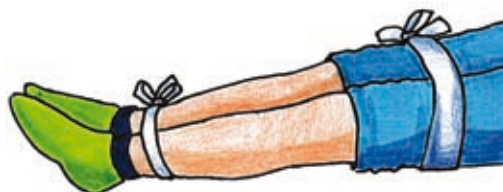


ZWICHNIĘCIE, ZŁAMANIE – CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?

- ✿ staraj się nie poruszać poszkodowaną ręką lub nogą
- ✿ postaraj się ograniczyć możliwość poruszania poszkodowaną ręką lub nogą poprzez dowiązanie jej do ciała, obłożenie lub założenie temblaka

Jeżeli:

- ✿ złamanie jest otwarte (widać kość), załóż jałowy opatrunek uciskowy na ranę i owiń bandażem w taki sposób, aby nie ruszać poszkodowaną ręką lub nogą



ZADANIE 1. Wytnij wyrazy. Uzupełnij zdania odpowiednimi wyrazami (wklej).

✿ Jeżeli nie jest to konieczne, złamaną ręką lub nogą

✿ Na miejsce wypadku zawołaj

✿ Jeśli jesteś sam i masz przy sobie telefon wezwij

✿ Numer pogotowia to



nie poruszaj 999 pogotowie dorosłego

8. Prąd i piorun

SŁOWNICZEK

prąd elektryczny – silna energia, płynąca przez różne przewody i materiały, dzięki której np. świeci światło, działa komputer, suszarka do włosów

piorun – bardzo silne wyładowanie elektryczne w powietrzu, często towarzyszące burzy



PORAŻENIE PIORUNEM – CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?

- ✿ jeżeli osoba poszkodowana jest nieprzytomna ale oddycha – położyć ją w pozycji bocznej-bezpiecznej
- ✿ jeżeli osoba poszkodowana jest nieprzytomna i nie oddycha – rozpocząć sztuczne oddychanie i masaż serca
- ✿ wzywać pomoc (wołać dorosłego, dzwonić po pogotowie)

ZADANIE 1. Popatrz na rysunki, zastanów się i otocz zielonym kolorem ten, który ilustruje prawidłowe zachowanie, a przekreśl czerwonym kolorem ten, który ilustruje nieprawidłowe zachowanie. Uzasadnij swój wybór.





PORAŻENIE PRĄDEM - CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?

- ✿ nie podchodzić i nie dotykać osoby porażonej prądem
- ✿ natychmiast wzywać pomoc (osobę dorosłą, pogotowie)

ZADANIE 2. Popatrz na rysunki, zastanów się i otocz zielonym kolorem ten, który ilustruje prawidłowe zachowanie, a przekreśl czerwonym kolorem ten, który ilustruje nieprawidłowe zachowanie. Uzasadnij swój wybór.



9. Oj jak szczypie! – oparzenie, odmrożenie

SŁOWNICZEK

oparzenie – uszkodzenie skóry, a czasem i ciała pod skórą w wyniku działania różnych przyczyn:

- ✿ wysokiej temperatury (gotującej się wody, gorącego garnka, rozgrzanego piekarnika, włączonej suszarki do włosów) – oparzenie termiczne,

- ✿ niektórych środków chemicznych (środków do czyszczenia) – oparzenie chemiczne,

- ✿ prądu elektrycznego

odmrożenie – uszkodzenie skóry, a czasem i ciała pod skórą, w wyniku działania niskiej temperatury (mrozu, zimnego wiatru)



OPARZENIE TERMICZNE – CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?

- ✿ miejsce mniejszego oparzenia polewać wodą lub zanurzyć w naczyniu z chłodną wodą (15–20 minut)
- ✿ na miejsce większego oparzenia nałożyć czystą wilgotną chustę trójkątną lub jałową gazę
- ✿ założyć jałowy opatrunek (najlepiej specjalny opatrunek na oparzenia)
- ✿ zawiadomić osobę dorosłą

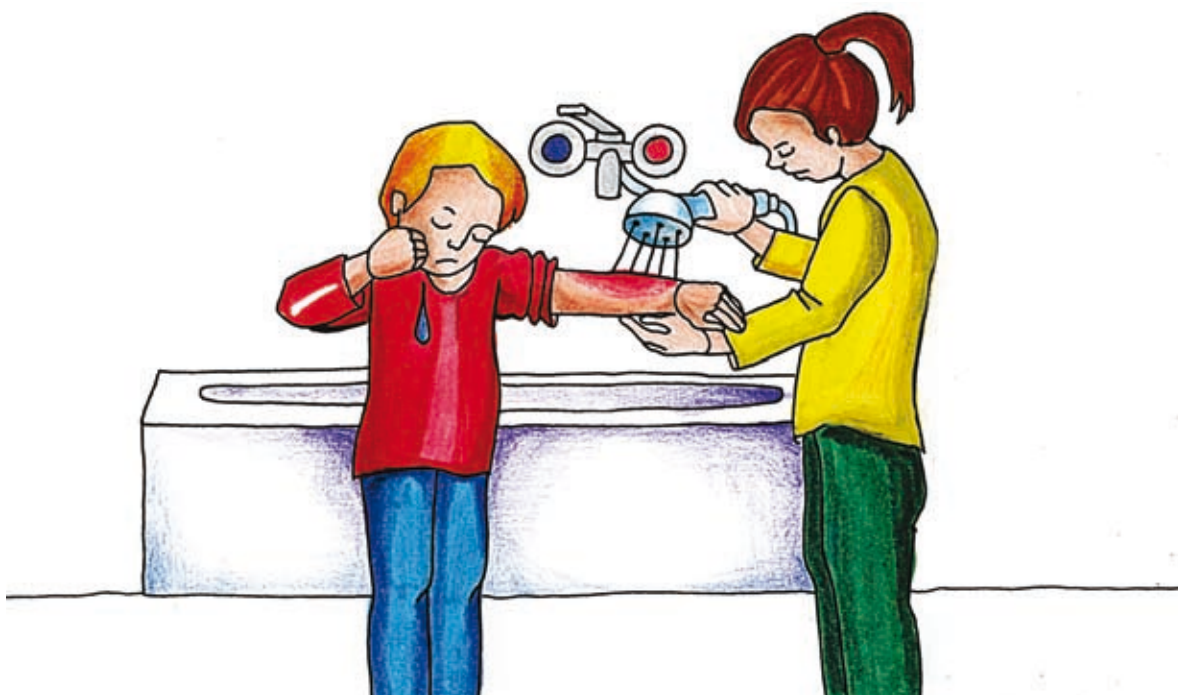
ZADANIE 1. Otocz kółkiem rzeczy, które mogą parzyć. Uzasadnij swój wybór.





OPARZENIE CHEMICZNE - CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?

- ✿ założyć rękawiczki, aby uniknąć kontaktu z niebezpieczną substancją
- ✿ zmyć bieżącą wodą z powierzchni skóry niebezpieczną substancję w taki sposób, aby nie rozlewała się po jeszcze większej powierzchni ciała ani po ciele ratownika
- ✿ zdjąć ubranie zalane (zabrudzone) środkiem chemicznym
- ✿ nałożyć czysty, wilgotny opatrunek
- ✿ wzywać pomoc (dzwonić po pogotowie, wołać dorosłego)





ODMROŻENIE - CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?

- ☀ zabezpieczyć przed dalszą utratą ciepła (nie zdejmować mokrego ubrania na mrozie)
- ☀ miejsce odmrożenia polewać ciepłą (nie gorącą) wodą
- ☀ ogrzać odmrożone miejsce ciepłym ręcznikiem, kocem
- ☀ przerwać ogrzewanie gdy wróci czucie
- ☀ wezwać pogotowie

ZADANIE 2. Naucz się na pamięć dwuwiersza:

Gdy poparzysz sobie ciało – schładzaj, żeby mniej bolało.
Ale gdy masz odmrożenie – dobry sposób – ocieplenie!

ZADANIE 3. Napisz po śladzie niebieską kredką słowo „schładzaj”,
czerwoną kredką słowo „ogrzewaj”.

schładzaj

ogrzewaj

ZADANIE 4. Rozpoczynając od sylab zapisanych kolorem czerwonym przeczytaj co drugą sylabę, a powstałe zdanie zapisz w czerwonej liniaturze. W podobny sposób odczytaj zdanie powstałe z sylab zapisanych kolorem czarnym i zapisz je w czarnej liniaturze. Jak rozumiesz to zdanie? Co ono dla Ciebie oznacza?

O-MAŁ-PA-DROŚĆ-RZE-I-NIE-BO-SCHŁA-HA-DZAJ-TER-OD-STWO-MRO-CHO-
-ŹE-DZAŃ-NIE-W-OG-PA-RZE-RZE-WAJ

10. Uuuch! Boli brzuch! – zatrucia

SŁOWNICZEK

trucizna – to każda substancja, która po dostaniu się do organizmu człowieka zagraża jego zdrowiu lub życiu

zatrucie – dostanie się trucizny do organizmu, najczęściej poprzez jej wdychanie lub wążanie (oddychanie skażonym powietrzem), zjedzenie (połknięcie), wypicie



ZATRUCIE – CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?



- jeśli w jakimś pomieszczeniu czuć jakiś drażniący zapach, nigdy nie należy tam wchodzić
- wzywać pomoc
- jeśli poszkodowany połknął lub wypił truciznę, należy zachęcić go do wyplucia lub wymiotowania jej
- starać się, aby poszkodowany nie zasnął
- jeżeli poszkodowany jest przytomny, można podać kilka szklanek wody do wypicia
- rozejrzeć się czy nie ma w pobliżu opakowania po tej substancji, która zaszkodziła poszkodowanemu, jeśli jest oddać ratownikom medycznym, którzy przyjadą udzielić dalszej pomocy
- jeżeli osoba jest nieprzytomna ale oddycha położyć w pozycji bocznej-bezpiecznej
- jeżeli osoba jest nieprzytomna i nie oddycha rozpocząć sztuczne oddychanie i masaż serca

ZADANIE 1. Zaznacz kółkiem te rysunki, które kojarzą się z sytuacją ratowania osoby, która się zatrucha (uzasadnij swój wybór).



11. Gdy ukąsi, gdy ugryzie

SŁOWNICZEK

ukąszenie – niewielkie uszkodzenie skóry człowieka przez, najczęściej niewielkie, zwierzę, np. komary, meszki, osy, pszczoły, połączone z wprowadzeniem drażniącej substancji (jadu) pod skórę człowieka i niewielkim krwawieniem

ugryzienie – większe uszkodzenie skóry człowieka przez większe zwierzę, najczęściej psa, konia itp., bez wprowadzenia jadu pod skórę, ale powodujące większe krwawienie



UKĄSZENIE, UGRYZIENIE – CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?

- użyć rękawiczek, żeby nie mieć kontaktu z krwią poszkodowanego ani substancją drażniącą
- wezwać dorosłego
- na ukąszenie przyłożyć lekki opatrunek
- na miejsce głębokiego ugryzienia przyłożyć opatrunek uciskowy
- posadzić lub położyć poszkodowanego tak, aby poszkodowana ręka lub noga była ułożona poniżej serca
- jeżeli osoba jest nieprzytomna i nie oddycha, rozpocząć sztuczne oddychanie i masaż serca



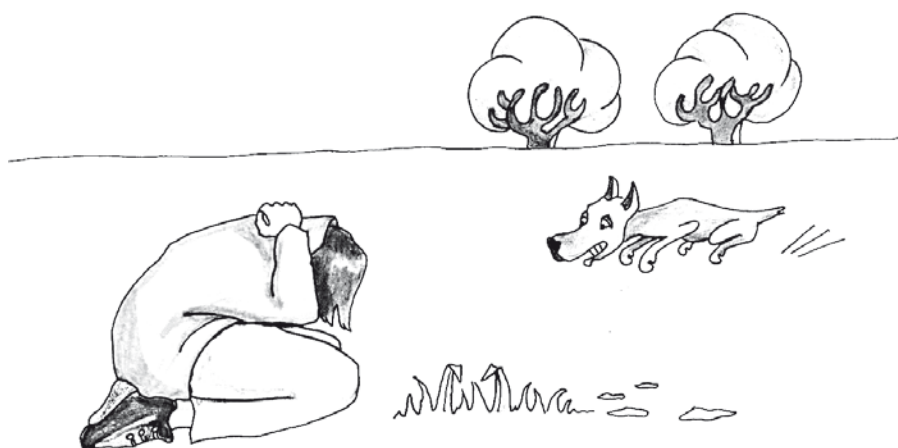


ATAK PSA – CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?



- ✿ nie uciekać
- ✿ natychmiast przyjąć pozycję „żółw”
- ✿ nie patrzeć psu w oczy
- ✿ próbować powoli wycofywać się

ZADANIE 1. Pokoloruj obrazek pokazujący prawidłowe zachowanie w przypadku ataku psa.



12. Pomoc poszkodowanemu – przytomność, oddychanie

SŁOWNICZEK

osoba przytomna – osoba reagująca na mówienie do niej, wołanie, nawiązująca kontakt

osoba nieprzytomna – osoba nie reagująca w żaden sposób na wołanie, mówienie do niej, różne próby nawiązania z nią kontaktu, klepanie po ramieniu

udrożnienie dróg oddechowych – zapewnienie osobie nieprzytomnej, ale oddychającej, dalszej możliwości oddychania poprzez ułożenie głowy ku tyłowi



POMOC OSOBIE NIEPRZYTOMNEJ – CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?



- ✿ sprawdzić czy jest bezpiecznie
- ✿ sprawdzić czy osoba na pewno jest nieprzytomna
- ✿ wzywać pomoc
- ✿ udrożnić drogi oddechowe
- ✿ położyć poszkodowanego w pozycji bocznej-bezpiecznej
- ✿ upewnić się czy została wezwana pomoc, jeśli nie ponownie podjąć próbę wezwania pomocy
- ✿ przykryć osobę poszkodowaną



ZADANIE 1. Wybierz z rozsypanki nazwy cech, po których można poznać, że osoba jest nieprzytomna i uzupełnij nimi zdanie:

Osoba nieprzytomna:



nie porusza się
nie reaguje na klepanie po ramieniu
reaguje na próby wołania
porusza się
nie reaguje na próby wołania
reaguje na klepanie po ramieniu

ZADANIE 2. Podkreśl wyrażenia, które mówią o tym, co można zrobić kiedy druga osoba straciła przytomność:

☀ rozejrzeć się i sprawdzić czy jesteś bezpieczny

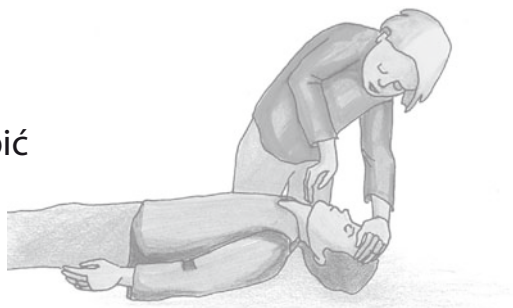
☀ poklepać po ramieniu i wołać: Czy mnie słyszysz? Otwórz oczy!



☀ odchylić głowę osoby nieprzytomnej do tyłu

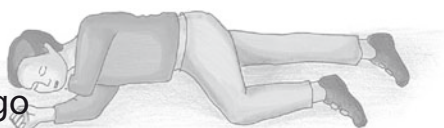
☀ ułożyć poszkodowanego w pozycji bocznej-bezpiecznej

☀ w ogóle nic nie robić

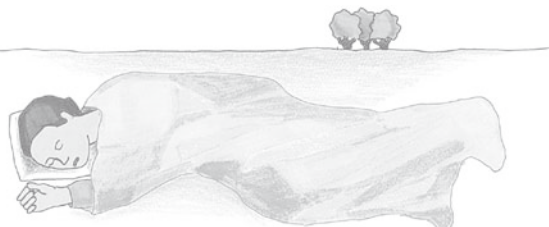


☀ przykryć osobę nieprzytomną

☀ wzywać kogoś dorosłego



☀ dzwonić po pomoc



☀ zadzwonić do koleżanki, żeby powiedzieć jej co się stało

ZADANIE 3. Wytnij obrazki, pomieszaj, ponownie ułóż w odpowiedniej kolejności i wklej w okienka na stronie 49.



KOMIKS POD TYTUŁEM:

1

2

3

4

5

6

7

8

9

13. Pomoc poszkodowanemu – resuscytacja, zadławienie

SŁOWNICZEK

resuscytacja krążeniowo-oddechowa – sposób ratowania życia w różnych nagłych przypadkach, na resuscytację krążeniowo-oddechową składają się: udrożnienie dróg oddechowych, sztuczne oddychanie i pośredni masaż serca

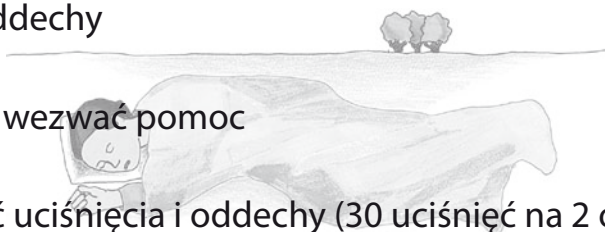
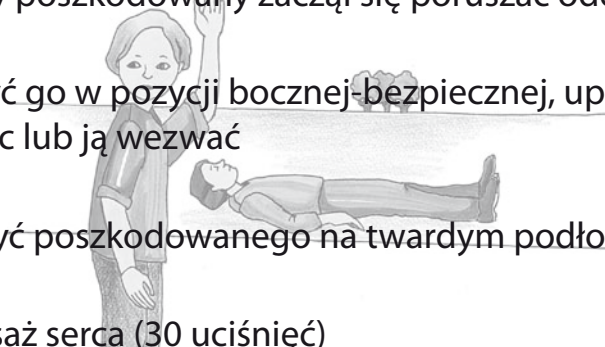
sztuczne oddychanie – sposób udzielania pierwszej pomocy polegający na dostarczeniu powietrza do płuc osoby poszkodowanej

pośredni masaż serca – sposób pośredniego masowania serca poprzez uciskanie odpowiedniej części klatki piersiowej poszkodowanego



OSOBA NIEPRZYTOMNA, KTÓRA NIE ODDYCHA – CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?

- ✿ sprawdzić czy osoba ratująca jest bezpieczna
- ✿ wykonać 5 oddechów usta-usta
- ✿ sprawdzić czy poszkodowany zaczął się poruszać oddychać:
- ✿ jeśli tak ułożyć go w pozycji bocznej-bezpiecznej, upewnić się czy wezwano pomoc lub ją wezwać
- ✿ jeśli nie: ułożyć poszkodowanego na twardym podłożu
- ✿ wykonać masaż serca (30 uciśnień)
- ✿ wykonać 2 oddechy
- ✿ po 1 minucie wezwać pomoc
- ✿ kontynuować uciśnięcia i oddechy (30 uciśnień na 2 oddechy)



ZADANIE 1. Przypatrz się ilustracjom i wpisz słowo „NIE”, lub narysuj czerwone koło obok ilustracjami, które przedstawiają miejsca i sytuacje, w których osoba udzielająca pierwszej pomocy nie byłaby bezpieczna. Wpisz słowo „TAK” lub narysuj zielone koło obok tych sytuacjach, gdzie osoba ratująca będzie bezpieczna.



ZADANIE 2. Przeczytaj/ wysłuchaj wiersza p.t. Ważny oddech, odpowiedz na pytania pod tekstem wiersza.

Ważny oddech

Oddychanie to rzecz ważna!
Gdy chcesz pomóc więc osobie,
która oddech utraciła
nie zapomnij też o sobie!
 Myśl o swoim bezpieczeństwie
 i pomagaj według zasad:
 głowa leży odpowiednio,
 oddychanie, serca masaż.
Dzwoń pod 999!
Wezwij dobrze pogotowie.
Gdy przyjedzie – już odpocznij,
no i pogratuluj sobie!
 Jesteś dzielnym ratownikiem,
 choć może jeszcze dzieckiem.
 Ważne rzeczy robisz w życiu,
 wielkie, mądre, bohaterskie...

A. Olechowska

🌸 O czym bezpieczeństwie koniecznie musi pamiętać ratownik, gdy chce udzielić pierwszej pomocy osobie poszkodowanej?

🌸 Jakie są wymienione w wierszu trzy najważniejsze części resuscytacji krążeniowo-oddechowej?

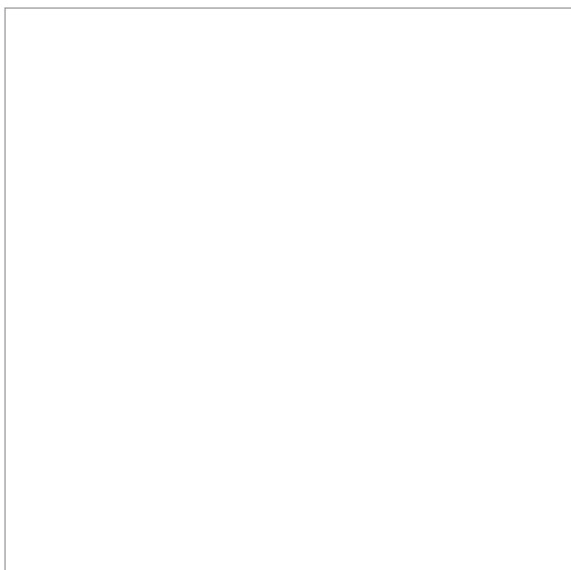
SŁOWNICZEK

zadławienie – zatkanie dróg oddechowych przez ciało obce, najczęściej kawałek pokarmu, który dostał się do dróg oddechowych

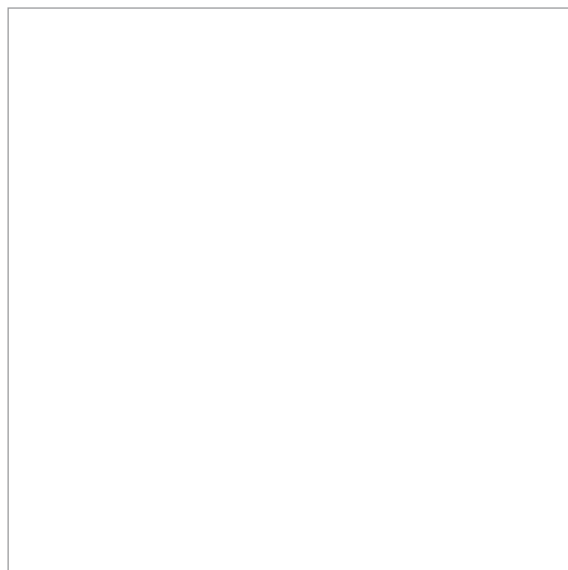


ZADŁAWIENIE - CO POWINNO SIĘ ZROBIĆ?

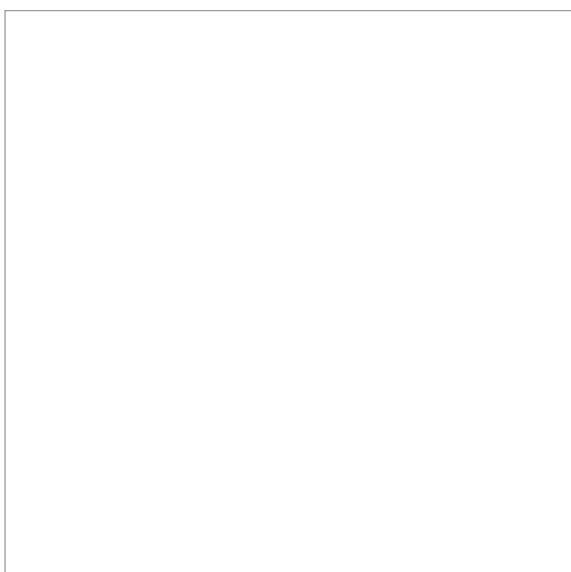
- ✿ uspokajać poszkodowanego
- ✿ zachęcać do kaszlu
- ✿ gdy poszkodowany słabnie, stanąć z boku, pochylić poszkodowanego do przodu i uderzać w plecy między łopatkami
- ✿ gdy uderzanie jest bezskuteczne, zastosować uciskanie (manewr Heimlicha)
- ✿ naprzemiennie uderzać i uciskać
- ✿ sprawdzać między uderzaniem a uciskaniem czy ciało obce nie wydostało się do jamy ustnej i ewentualnie usunąć
- ✿ w przypadku utraty przytomności postępować jak z nieprzytomnym



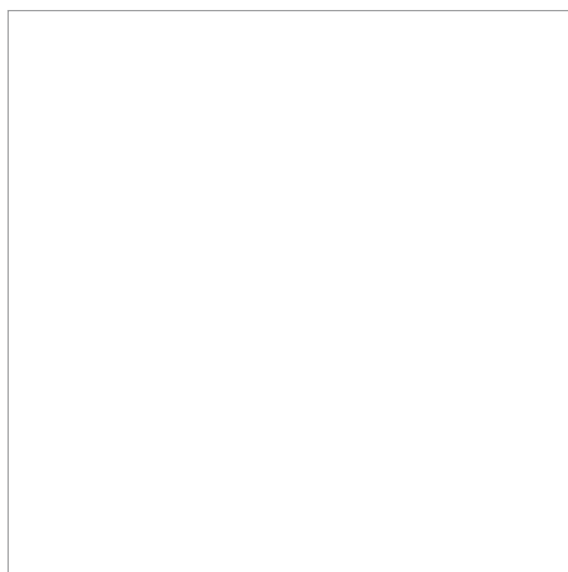
Tak prawidłowo układa się ręce podczas pośredniego masażu serca



Tak prawidłowo wykonuje się oddychanie metodą usta-usta



W taki sposób prawidłowo uderza się plecy osobę, która się dławi



Tak prawidłowo chwyta się osobę wykonując uciśnięcie nadbrzusza

14. Już jestem Młodszym Ratownikiem Szkolnym

EGZAMIN PRAKTYCZNY

Stanowisko 1 Apteczka	
Stanowisko 2 Krwawienie z nosa	
Stanowisko 3 Skaleczenie	
Stanowisko 4 Zranienie	
Stanowisko 5 Złamanie	
Stanowisko 6 Porażenie piorunem	
Stanowisko 7 Porażenie prądem	
Stanowisko 8 Oparzenie termiczne	

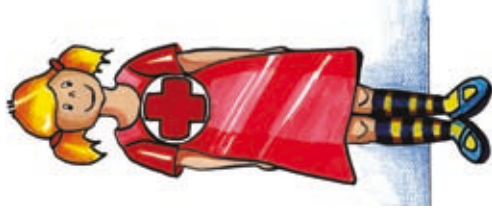
Stanowisko 9 Oparzenie chemiczne	
Stanowisko 10 Odmrożenie	
Stanowisko 11 Zatrucie	
Stanowisko 12 Ukąszenie	
Stanowisko 13 Atak psa	
Stanowisko 14 Osoba nieprzytomna, oddychająca	
Stanowisko 15 Osoba nieprzytomna, nie oddychająca	
Stanowisko 16 Zadławienie	



DYPLOM



Młodszego Ratownika Szkolnego dla



.....

Nazwisko i imię ucznia



.....

Miejscowość, data

Dyrektor Szkoły

Instruktor