

## Osnova zážitkového kurzu První Pomoc LEVEL 1

Záživná srozumitelná teorie. Video a vlastní příběhy. Řízený praktický nácvik. Modelové situace s reálným maskováním i psychickou zátěží.

**DIDAKTIKA** – Přednes, PPT prezentace, audio a video materiály, diskuze, praktický nácvik, modelová situace.

### 1. TEORIE

**1.1. Organizace a taktika na místě mimořádné události.**

**1.1.1. Hygiena záchrany – prevence přenosu infekčních onemocnění.**

**1.2. Život ohrožující stavy**

1.2.1. Bezvědomí.

1.2.2. Zástava životních funkcí.

1.2.3. Masivní krvácení.

1.2.4. Šokové stavy, typy epileptických záchvatů, hyper a hypoglykémie. Jak tyto stavy rozeznat.

**1.3. Běžná první pomoc** – poranění kloubů, zlomeniny končetin a prstů, řezné rány, popáleniny.

**1.4. Psychologie záchrany, Tech. prostředky v PP** – lékárnička pod lupou, mýty v laické PP.

### 2. PRAKTICKÝ NÁCVIK

**2.1. Pravidla minimální nutné manipulace jedním zachráncem, komentovaná ukázka.**

**2.2. Zotavovací poloha, kom. ukázka.**

**2.3. Resuscitace na elektronických figurínách, kom. ukázka.**

**2.4. Praktický nácvik výše uvedeného účastníky kurzu. Zpětná vazba. Diskuze.**

### 3. MODELOVÁ SITUACE

Nejčastější zranění a zdravotní stavy prakticky. Praktické použití vědomostí z předcházejících částí kurzu. Účastníci rozdělení na zachránce a zraněné simulují skutečnou událost. Reálné maskování zranění i reálné použití vybavení pro první pomoc. Práce s komfortní zónou účastníků. Zpětná vazba.

**Reálný výsledek v podobě získaných dovedností!**



### 4. ZÁVĚR

Diskuze. Hodnocení průběhu kurzu a přínosu účastníky. Hodnocení kurzu lektorem.