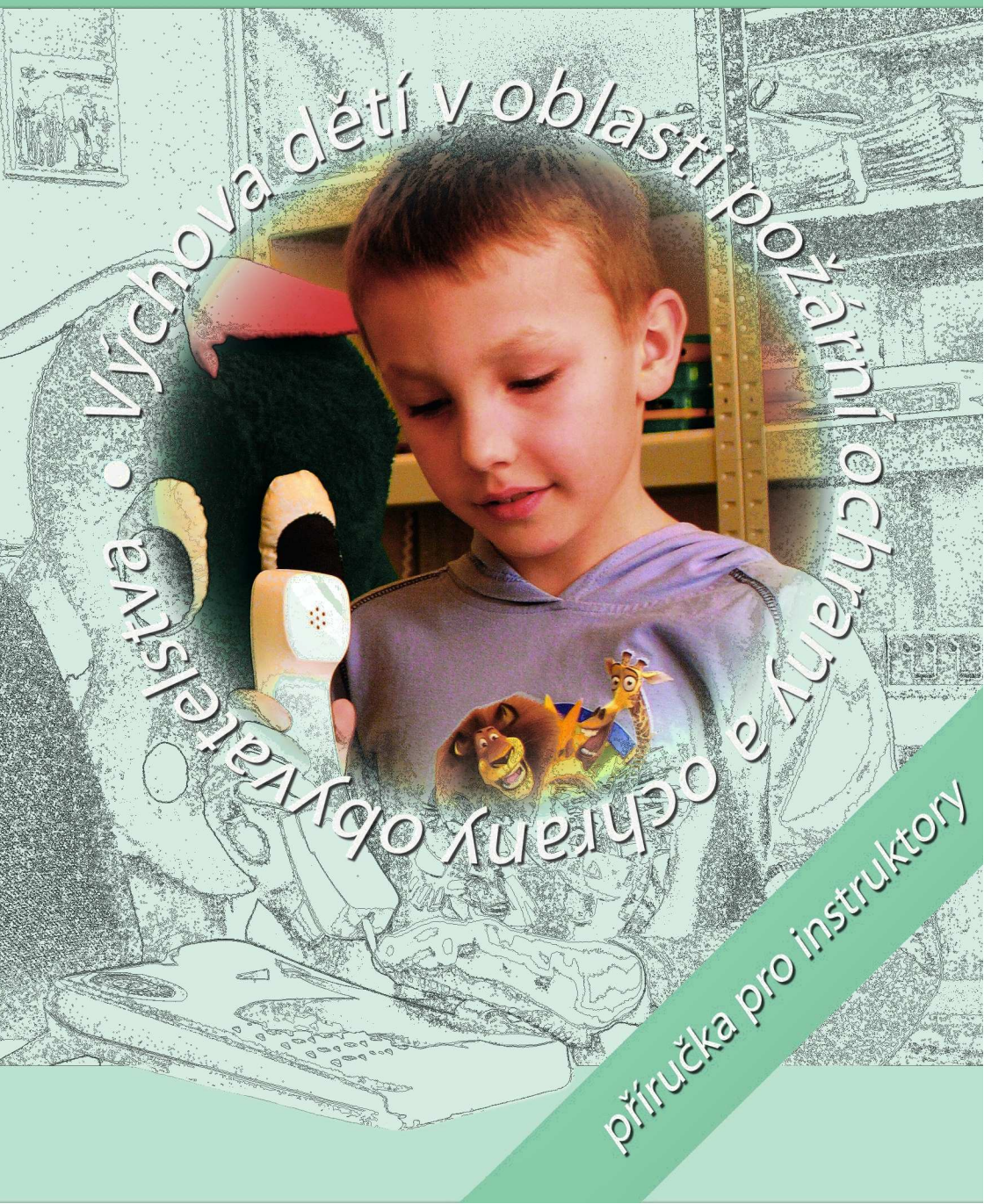


Bohdan Mikulka Štěpán Mikulka
Miroslav Piňos



příručka pro instruktory

Citadela Bruntál

a

**Hasičský záchranný sbor
Moravskoslezského kraje**

**Výchova dětí
v oblasti požární ochrany
a ochrany obyvatelstva**

metodická příručka pro instruktory

Bruntál - Ostrava

2012

Název:

Výchova dětí v oblasti požární ochrany a ochrany obyvatelstva
metodická příručka pro instruktory

Autorský tým:

Bohdan Mikulka, HZS Moravskoslezského kraje, územní odbor Bruntál
Štěpán Mikulka, HZS Moravskoslezského kraje, územní odbor Bruntál
Mgr. Miroslav Piňos, Citadela Bruntál, psycholog

Ilustrace:

© **Bc. Jakub Soldán**

Obálka (fotografie a grafická úprava):

© **Štěpán Mikulka**

Odborný metodický dohled:

Ing. Jiří Pokorný, Ph.D., ředitel odboru prevence krajského ředitelství
HZS Moravskoslezského kraje

Ing. Václav Hrubý, náměstek ředitele pro úsek prevence a CNP
krajského ředitelství HZS Olomouckého kraje

Ing. Zdeněk Ráž, Ministerstvo vnitra - generální ředitelství HZS
ČR, odbor prevence

Ing. Josef Brettschneider, vedoucí oddělení ochrany a přípravy obyvatelstva
krajského ředitelství HZS Moravskoslezského
kraje

PhDr. Petr Šišák, Katedra pedagogické a školní psychologie
Pedagogické fakulty Ostravské univerzity

Vydání: **druhé revidované (neprodejné)**

Vydal: **Citadela Bruntál** ve spolupráci s **Hasičským záchranným sborem Moravskoslezského kraje**

© **Citadela Bruntál**
2012

OBSAH

ÚVODNÍ SLOVO	7
SLOVO AUTORŮ	8
TEORETICKÁ ČÁST PUBLIKACE	11
Hoření.....	11
Základní předpoklady hoření a podmínky pro hoření.....	11
Třídy požárů	14
Požárně technické charakteristiky látek.....	14
Oblast výbušnosti a meze výbušnosti	16
Oxidační činidlo	17
Jevy doprovázející hoření.....	17
Požár a elementární teorie hašení	22
Teorie hašení	23
Hasební látky	25
Hasicí přístroje.....	28
Vodní hasicí přístroje	29
Pěnové hasicí přístroje.....	30
Sněhové hasicí přístroje.....	30
Práškové hasicí přístroje	31
Halonové hasicí přístroje	31
Hasicí přístroje s náplní Pyrocom.....	31
Třídy požáru dle ČSN EN2	32
Nástěnné hydranty	32
Hašení hořící osoby pomocí přenosného hasicího přístroje	33
Zásah.....	35
Převzetí zprávy o události, zásah jednotek požární ochrany	35
Jaké jsou úkoly občanů při zásahu požárních jednotek?	37
Dopravní nehody	38
Požáry lesa.....	39
Nebezpečné látky a ekologické havárie.....	40
Ochrana obyvatelstva.....	42
Zvuk sirény - Varovný signál	43
Co dělat, když uslyšíme „Varovný signál“	43
Evakuace - když musíme opustit byt	44
Evakuační zavazadlo	46

Základní zásady nouzového přežití	46
Zásady ochrany při úniku nebezpečné látky	47
Prostředky improvizované ochrany osob	48
Nebezpečí v přírodě a ve městě	50
Zralost a únosnost ledu.....	50
Bouřky.....	50
Neznámé předměty.....	51
Některá témata první pomoci a zdravotní	52
Úraz elektrickým proudem.....	52
Popáleniny a opaření	52
Otravy zplodinami hoření a vybranými látkami.....	54
Skupinové a individuální rozdíly mezi dětmi.....	56
Skupinové rozdíly	56
Individuální rozdíly	57
Úloha motivace v práci s dětmi	62
Osobnost a motivace	62
Dětská asertivita	65
Pojem „asertivita“	65
Jsou děti asertivní?	66
Desatero výchovných předpokladů dospělých	67
Jak vést děti k asertivnímu jednání.....	67
Základy komunikace v pedagogické praxi.....	69
Jen jednou máte šanci zapůsobit prvním dojmem!.....	69
Bariéry (překážky) efektivní komunikace	69
Jak nesprávně komunikovat	70
Nečisté komunikační praktiky.....	72
Jak upoutat, zaměřit a udržet pozornost žáků	74
Způsoby, jak upoutat pozornost žáků.....	74
Jak zaměřit pozornost žáků	74
Jak pomoci rozptýleným a nepozorným žákům	75
Jak udržet aktivní zapojení žáků do výuky	76
Řeč těla.....	79
První dojem	79
„Bublina“ osobního prostoru.....	79
Skrytá síla stisku ruky	80
Jak správně „číst“ druhé.....	81

Strach a úzkost.....	83
Strach má dvojí tvář.....	83
Úzkost, strach a hrůza.....	83
Strach je pocit.....	84
Strachy mohou být zpracovány	85
Tělesné a psychické týrání	88
Formy týrání	88
Některé nejčastější příčiny týrání	91
Řešení situace	92
Psychické trauma a stres.....	94
Stres	94
Vznik traumatu	95
Symptomy traumatu	97
Filozofie a nosné principy programu	99
Několik rad závěrem	104
METODICKÁ ČÁST PRVNÍHO CYKLU	106
Tématické členění bloků prvního cyklu (1. stupeň ZŠ)	106
Úvodní slovo k výuce prvního cyklu.....	107
První hodina.....	109
Blok 1	109
Blok 2	112
Blok 3	117
Druhá hodina	124
Blok 1	124
Blok 2	125
Blok 3	133
Třetí hodina (doplňková)	139
METODICKÁ ČÁST DRUHÉHO CYKLU	142
Tématické členění bloků druhého cyklu (2. stupeň ZŠ)	142
Úvodní slovo k výuce druhého cyklu	143
První hodina.....	144
Blok 1	144
Blok 2	151
Blok 3	161

Druhá hodina	164
Blok 1.....	164
Blok 2.....	165
Blok 3.....	174
Třetí hodina (doplňková).....	181
PŘÍLOHY	184
Náměty a inspirace pro zpestření výuky	184
POUŽITÉ ZDROJE A LITERATURA	197

ÚVODNÍ SLOVO

Vážení čtenáři,

dostává se Vám do rukou další z řady příruček o výchově dětí v oblasti garantované HZS ČR. Publikace byla zadána a je zpracována v režii HZS Moravskoslezského kraje, jak je zřejmé z odvolávek na předpisy v úvodu. Obsahem však platí obecně, nejsou zde žádné pasáže vázané na místo vzniku. Lze ji tedy použít v rámci HZS ČR bez jakýchkoliv úprav.

Autoři absolvovali mnohá jednání jak na MV – generálním ředitelství HZS ČR, tak s kolegy mimo vlastní sbor, aby sjednotili metodiku výuky. Cílem bylo využít nejlepší zkušenosti všech, kteří se výchovou dětí v rámci HZS ČR intenzivně a úspěšně zabývají. Dalším nelehkým úkolem bylo zařadit do obsahu vzdělávání zásady sebeochrany z oblasti ochrany obyvatelstva. Jak jednoduché, na první pohled. Jenže kolik zainteresovaných, tolik názorů. Mnohá jednání a debaty o rozsahu a hloubce informací vedla nakonec k výsledku, který považuji za velmi úspěšný.

Nečekejte od příručky vědecké dílo z oboru požární ochrany a ochrany obyvatelstva. Vždyť z pohledu profesionálů předáváme ty nejjednodušší informace, které jsou pro nás samozřejmostí. Cílem příručky je návod, jak tyto informace co nejefektivněji předat dětem, jak je zaujmout a „vtáhnout do hry“. Viděl jsem část semináře autorů pro budoucí instruktory. Byl to „koncert“, nebo „divadlo“ s přesnou režii, dynamikou a srozumitelností. Jejich prezentace by jistě zaujala i profesionální učitele. Některým se o takových metodách ani nezdálo. Promiňte mi osobní poznámku. Prostě jsem byl najednou hrdý, že jsem v minulém tisíciletí stál u zrodu této metodiky.

Při debatách s bratry Mikulkovými před jedenácti lety jsme dospěli k názoru, že k realizaci cíle by bylo dobré oslovit dětského psychologa. Byl mi doporučen Mgr. Miroslav Piňos. Ne vždy se podaří na první pokus uspět, ale nám to vyšlo. Výsledek - alespoň jeden dětský psycholog ovládá naši problematiku, a mnoho hasičů ví a další budou vědět, jak efektivně vzdělávat děti v oblasti požární ochrany a ochrany obyvatelstva.

Závěrem bych chtěl poděkovat autorům za nesčetné hodiny strávené při tvorbě této publikace. Doufám, že budou mít dost energie k pokračování. Všem instruktorům přeji úspěch při preventivně výchovné činnosti s dětmi.

Jiří Horáček

*ředitel HZS Olomouckého kraje
a prezident ČAHD*

SLOVO AUTORŮ

Téměř před jedenácti lety, kdy v rámci programu „**Výchova dětí v oblasti požární ochrany**“ začínala vznikat první metodika výuky určená základním a speciálním školám, se v úvodu jedné z knih vyskytla pasáž, v níž bylo napsáno: „...hořlaviny a jiné nebezpečné látky jsou dnes běžně skladovány v našich domácnostech. Také stále větší příliv spotřební elektroniky do našich domácností někdy až příliš ostře kontrastuje s rapidně se snižujícím věkem jejich uživatelů.

Priznejme si, že naše mládež mnohdy „válí“ na počítačích lépe než my dospělí a cestou ze školy, jen tak pro legraci, odpaluje petardy, při jejichž používání by se nám ještě před nedávnem trásla kolena.

Možná, že je jen otázkou několika málo let, kdy se poměrně nevinné telefonáty našich dětiček: „Tuhle hoří a tadyhle je ve škole bomba“, změní ve zcela úmyslně založené požáry škol, tak jako tomu je např. ve Velké Británii, a amatérsky vyrobené výbušniny, jejichž důmyslnost ocení i zkušený pyrotechnik. To vše se může jevit jako katastrofický scénář, ale pro hasiče z toho plyne jen jedno - být také moderní.“ Tolik tedy citace.

Dnes už víme, že se tehdy o katastrofický scénář rozhodně nejednalo. Naše někdejší „hypotézy“ se v současnosti stávají takřka každodenní praxí, a proto jsme rádi, že první krok hasičů mezi školní lavice už byl dávno učiněn. Vždyť tehdejší děti, které mezi prvními „prošly“ interaktivní výukou požární prevence, jsou dnes již dospělými. Těmi stejnými dospělými, kteří budou zanedlouho stát před rozhodnutími typu: „Najdu si čas na své dítě? Pohovořím si s ním někdy o základních pravidlech požární bezpečnosti v domácnosti nebo o domácím únikovém plánu?“

Kdybychom měli nyní možnost společně nahlédnout do některých statistik požárů, asi bychom byli překvapeni. Ve většině případů to nejsou kupodivu děti, kdo stojí za vznikem statisícových škod, které jsou důsledkem požárů. Jsou to právě nezodpovědní dospělí - dospělí, kteří z dětí vyrůstají.

Myslím, že nebudu hovořit pouze za kolektiv autorů publikace, ale současně také za všechny složky záchranářů, které společně tvoří integrovaný záchranný systém (IZS), když napíši, že jsme opravdu přesvědčeni o vážnosti nastíněné situace. Dokonce nám za těch jedenáct let přibýlo i několik „novinek“ v už tak dost širokém spektru událostí, při nichž jednotlivé složky IZS zasahují.

V poslední době je např. poměrně moderní zmiňovat se v obdobně

tématicky zaměřených materiálech o nebezpečích souvisejících s teroristickými akcemi. Podle našeho názoru je však mnohem více alarmující stále znatelnější posun „středoevropského“ klimatu. Důsledky známe všichni. Přívalové deště a s nimi související povodně, časté větrné počasí a také četnější lesní požáry způsobené dlouho trvajícími suchy. Ke klimatickým změnám je nutno ještě přičíst některé aspekty týkající se technického rozvoje, kdy například tranzit nebezpečných látek přes naši republiku vzrostl za posledních deset let několikanásobně.

Právě z těchto a dalších důvodů bylo nutno rozšířit program o témata související s ochranou obyvatelstva - právě pro případ vzniku výše popsaných mimořádných událostí. Ačkoliv uvedené druhy nebezpečí našťastí nepatří ke každodennímu a bezprostřednímu ohrožení obyvatelstva, v případě jejich vzniku by se určitě dotkly podstatně většího množství obyvatel než například požár domácnosti. Tématika ochrany obyvatelstva vyžaduje tedy náležitou pozornost i v oblasti preventivní, a právě proto byla v přiměřené míře (s ohledem na schopnosti dětí) začleněna do již fungujícího systému.

Současný název programu je dnes tedy **„Výchova dětí v oblasti požární ochrany a ochrany obyvatelstva“**, přičemž stěžejními dokumenty pro chod programu jsou krajská „Koncepce preventivně výchovné činnosti HZS Moravskoslezského kraje - Vzdělávání žáků základních škol v oblasti požární ochrany a ochrany obyvatelstva“¹⁾ z roku 2005 a nařízení krajského ředitele číslo 43/2005, o zajištění preventivně výchovné činnosti u HZS Moravskoslezského kraje. Na vzniku obou dokumentů se aktivně podílel také náš autorský kolektiv.

Průzkum české školní inspekce zaměřený na zjištění rozsahu znalostí žáků týkajících se dané problematiky hovoří poměrně jasně: „Znalosti žáků jsou katastrofální!“ Tak hodnotila školní inspektorka žáky náhodně vybraných škol. Jak je tomu u dospělých je nasnadě. Uvedenou situaci se snaží řešit prostřednictvím svých speciálně vyškolených instruktorů preventivní program **„Výchova dětí v oblasti požární ochrany a ochrany obyvatelstva“**²⁾.

A právě instruktorům programu bychom chtěli na závěr poděkovat. Dík patří všem, kteří si v tom dobrém slova smyslu „komplikují“ svůj život tím, že se rozhodli do škol nejen chodit, ale ve školách také vzdělávat.

1) Viz internetový odkaz: www.hzsmask.cz

2) Publikace navazuje na publikaci „Výchova dětí v oblasti požární ochrany - příručka pro učitele základních škol“ a na publikaci „Ochrana člověka za mimořádných událostí“ (obě vydané MV - generálním ředitelstvím HZS ČR). Tématika byla začleněna do vzdělávacích programů škol pokynem Ministerstva školství, mládeže a tělovýchovy č.j. 12050/03 - 22 ze dne 4. 3. 2003.

Sami ze své praxe víme, jak se člověk po návratu z takové efektivní hodiny (nikoliv pouze efektní) cítí. Vaše únava bude vždy spolehlivým měřítkem kvality vaší práce, budiž vám však povzbuzením, že také vašim přispěním přibýlo v naší republice několik dalších bezpečnějších domácností.

Nemyslíme si, že pro bezpečnost řadového občana a jeho výchovu již bylo učiněno vše. Důkazem toho je i to, že čtete tyto řádky nově vzniklé publikace. Zařadili jste se do skupiny profesionálů, kteří svým způsobem „nerespektují“ obligátní a někdy až takřka sterilní dělení hasičů na „mokrý“ a „suchý“, na „dobráky“ a „profíky“ a naučili se chápat termíny „hasičský záchranný sbor“ a „integrovaný záchranný systém“ v tom pravém slova smyslu.

autoři publikace

TEORETICKÁ ČÁST PUBLIKACE

V této části publikace naleznete základní soubor informací nejen o problematice práce s dětmi v oblasti požární ochrany a ochrany obyvatelstva, který slouží jako teoretické podklady pro aplikaci preventivně výchovné činnosti na školách, která je podrobně popsána v následujících metodických částech. Pokusíme se všechny informace podat pokud možno „stravitelnou“ formou. Nejedná se tedy o přesné definice a případné „nepřesnosti“ vznikly záměrným zjednodušením problematiky.

Teoretická část obsahuje, kromě základních informací z požární ochrany i vybraná témata pedagogické psychologie, která s prací s dětmi v preventivně výchovné činnosti souvisejí - dle našeho názoru jsou psychologické vstupy samozřejmou a nezbytnou součástí moderní preventivně vzdělávací literatury. Doufáme také, že mnohé informace vám budou ku pomoci i ve vašem soukromém životě.

HOŘENÍ

Hoření je proces, při kterém mezi sebou vzájemně reagují hořlavá látka a oxidační prostředek (nejčastěji vzdušný kyslík) za vývinu tepla, světla a zplodin hoření. Již z této „poučky“ je snadné si odvodit, jaké jsou nejčastější průvodní znaky hoření, tedy ty, které nás na případné nežádoucí hoření upozorňují. V souvislosti s hořením se užívá pojmů, které mohou budít zdání velké příbuznosti, ale jsou zcela odlišné. Jsou to oheň a požár. Tyto pojmy by se daly definovat asi takto:

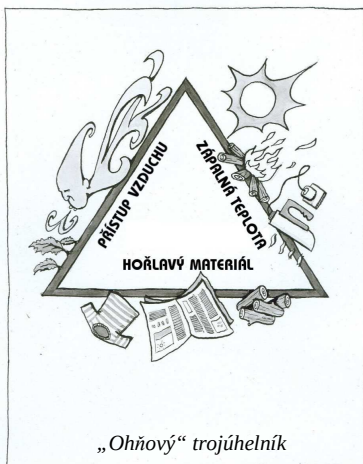
Oheň je lidmi řízené a na určitý prostor ohraničené hoření.

Požár je nekontrolovatelné a nežádoucí hoření, při kterém hrozí nebezpečí poškození zdraví a majetku, jakož i hoření při kterém již k újmě na zdraví a majetku došlo. Toto hoření není předem ohraničené na určitý prostor. Existuje samozřejmě přesná definice požáru v právním předpisu.

Základní předpoklady hoření a podmínky pro hoření

Hořlavé látky

K tomu, aby vůbec mohlo dojít k hoření, což je v zásadě oxidačně redukční reakce, je nutná přítomnost určitých látek - hořlavé látky a oxidačního prostředku. K těmto látkovým komponentům je potřeba přidat i dostatečnou



teplotu, zjednodušeně zápalnou teplotu. Při výkladu v metodické části se setkáte s termínem „Ohňový trojúhelník“. Je tvořen právě těmito třemi složkami a slouží nám k jednoduchému vyložení principu hoření pro děti. Vyčleněním kterékoli z těchto složek se zabrání vzniku hoření, tak jako nelze sestavit trojúhelník pouze ze dvou stran.

Čím je vlastně určeno, která látka je hořlavá? Je samozřejmě nutné znát její fyzikální a chemické vlastnosti. V zásadě existuje závislost mezi stavbou a složením látky a její hořlavostí.

Fyzikální vlastnosti hořlavých látek

Důležité jsou pro nás zejména dvě vlastnosti - stupeň dělitelnosti a směsný poměr s oxidačním činidlem. No a také samozřejmě skupenství. Co je to stupeň dělitelnosti? Laicky řečeno jde o to, chceme-li zapálit velký, neporušený kus hořlavé látky nebo jeho menší části.

Představte si například hořčík. Pevný kus hořčíku nelze zapálit tak malým plamenem, jakým hoří zápalka. Pokud by již stejný kov byl např. ve formě drátu, zapaluje se stejným plamínkem podstatně rychleji a ve formě pilin nebo prachu jde již přímo o explozivní hoření. Pokud bychom nechtěli zacházet tak daleko, nabízí se ještě jeden příklad. Motorová nafta rozprášená do spalovacího prostoru dieselového motoru hoří také explozivně, to se učí v autoškolě, volně rozlité nafta pouze klidně hoří. Oba příklady napovídají, že zde sehrává roli výše jmenovaný stupeň promísení látky s oxidačním činidlem, třeba vzdušným kyslíkem, a také velikost povrchu látky.

Uveďme si opět příklad: Jaký povrch má krychle o hraně 1 m? Ale jistě! 6 metrů čtverečných. Rozdělíme-li tuto krychli na malé krychličky o hraně jedné desetiny milimetru (1 bilion krychliček), bude plocha všech povrchů rovna 60 000 čtverečních metrů! A to už vůbec nehovoříme o tom, že může být povrch těchto malinkých částíček nepravidelný. Celá problematika je natolik složitá, že se neodvažujeme vstupovat do těchto vod více než po kotníky a domníváme se, že i to nám bude dostačovat.

Chemické vlastnosti hořlavých látek

Je také mnoho chemických vlastností látek, které ovlivňují rychlost šíření požáru. Není třeba je všechny jmenovat. Jako příklad si můžeme uvést dvě důležité vlastnosti, které mají vliv na teplotu hoření a vznícení - těmi jsou chemická stabilita hořlavé látky a obsah kyslíku v molekulárním složení hořlavé látky.

Dělení hořlavých látek

Hořlavé látky se pro potřeby požární ochrany dělí do tří skupin hořlavosti:

1. **Látky nehořlavé** - tyto působením vysokých teplot za normálních podmínek nedoutnají, nehoří ani neuhelnatí (kámen, cihla, beton, ocel).
2. **Látky nesnadno hořlavé** - působením vysokých teplot za normálních podmínek doutnají, nesnadno hoří a uhelnatí a po odstranění tepelného zdroje samy uhasínají (PVC, heraklit).
3. **Látky hořlavé** - působením vysokých teplot hoří a hoří i po odstranění zdroje tepla (dřevo, benzín, seno).

Jakkoli by se mohlo zdát, že látky nehořlavé nejsou nebezpečné, nezapomínejte, že působením vysokých teplot mohou významně měnit své chemické i fyzikální vlastnosti. Jako příklad si uveďme třeba ocel. Ocelové konstrukce jsou osvědčenými stavebními prvky výrobních hal, stadionů, ocelokolen a jiných objektů. Jejich nosnost je díky pevnosti materiálu a konstrukci velmi vysoká. Působením vysokých teplot se však nosnost konstrukce snižuje natolik, že často dochází k jejímu zřícení.

Poznámka: Dřevěný trám ohořelý téměř ze dvou třetin si stále zachovává podstatnou část své nosnosti, kdežto ocelová konstrukce při stejných tepelných podmínkách již dávno pozbyla bezpečnou nosnost. Také nehořlavý beton se projevuje jako velmi nebezpečný, neboť silným zahráním a případným náhlým ochlazením při styku s vodou dochází k vystřelování jeho částí do prostoru.

Nezanedbatelné je i plíživé nebezpečí vyplývající z hoření nebo doutnání především nesnadno hořlavých látek. Vzniká zde velké množství látek toxických.

Třídy požárů

Samotná hořlavost látek je ovšem nejzásadnější vlastností z hlediska požární ochrany. Proto je zavedena klasifikace hořlavých látek do tříd požárů, která zohledňuje především skupenství látek:

A. Požáry pevných látek, zejména organického původu, jejich hoření je zpravidla provázeno žhnutím - papír, dřevo, textil.

B. Požáry kapalin nebo látek přecházejících do kapalného skupenství - benzín, nafta, barvy, dehet, tuky, parafín.

C. Požáry plynů - acetylén, vodík, metan, propan aj.

D. Požáry kovů - hliník, hořčík aj. a jejich slitiny.

Možná si pokládáte otázku, jak lze tyto informace využít v běžném životě. Uvědomme si, že se vlastně s tímto tříděním požárů dostáváme do styku zejména při manipulaci s hasicími přístroji, ale i jinde. Pokud se podíváte na nálepku na hasicím přístroji, naleznete zde právě toto označení. Je proto nadmíru dobré mít alespoň minimální představu, abychom nebyli zaskočení. Sem by se daly také zařadit požáry elektrických zařízení, označované třídou **E**. Dnes se můžeme setkat i s požáry třídy **F** - jedná se o požáry jedlých tuků (fritovacích olejů) například v kuchyních.

Požárně technické charakteristiky látek

Pod tímto termínem se neskrývá nic jiného, než vlastnosti hořlavých látek. Znalost těchto vlastností nám umožní učinit si představu o tom, co všechno může ovlivnit jejich hoření. K nejdůležitějším patří tyto:

- teplota vzplanutí,
- teplota hoření,
- oblast výbušnosti a meze výbušnosti.

To jsou tři pro nás asi nejdůležitější vlastnosti, na které se podíváme blíže.

Teplota vzplanutí

Tato vlastnost je důležitá zejména u hořlavých kapalin. Všechny kapaliny uvolňují páry, které se shromažďují nad hladinou a v okolí. Je to v podstatě taková nejnižší teplota, při které se z kapaliny uvolní tolik par, že se nad hladinou vytvoří zapalitelná směs ze vzduchem. Přiblížíme-li plamen, směs

vzplane, ale po jeho oddálení opět uhasne, protože tvorba par je podstatně pomalejší, než rychlost hoření. Teplota vzplanutí je natolik závislá na vnějších podmínkách, že ji lze přesně určit pouze v laboratorním prostředí. Přesto si můžeme pro ilustraci uvést teplotu vzplanutí některých vybraných látek.

Aceton	180 °C
Benzín motorový	20 °C
Olej řepkový	163 °C

Metanol	8 °C
Nafta	56 °C
Olej slunečnicový	227 °C

Dle teploty vzplanutí se hořlavé látky dělí do tříd nebezpečnosti:

- I. třída nebezpečnosti - do 21 °C včetně,
- II. třída nebezpečnosti - od 22 °C do 55 °C včetně,
- III. třída nebezpečnosti - od 56 °C do 100 °C včetně,
- IV. třída nebezpečnosti - více než 100 °C.

S označením třídy nebezpečnosti se můžeme setkat na obalech barev, ředidel, čistících prostředků apod. běžně používaných v každé domácnosti.

Teplota hoření

Definice teploty hoření je stejná jako u teploty vzplanutí pouze s tím rozdílem, že pokud oddálíme zápalný zdroj, látka nadále vytváří dostatek par a stále hoří. Uveďme si opět příklad:

Víme, že benzín je vysoce hořlavý a k jeho zapálení stačí opravdu málo. Je třeba si uvědomit, že to co hoří, není samotná kapalina, ale její výpary. Protože se benzín za normální pokojové teploty odpařuje poměrně intenzivně, lze předpokládat, že v poměrně krátké době vznikne velké množství zápalné směsi. Pokud přiblížíme plamen, docílíme takového zvýšení odpařování, že produkce par převyšuje rychlost hoření.



Laicky řečeno. Proto vidíme-li v hollywoodské filmové produkci scénu, kdy dva soupeři stojí po kotníky v rozlitém benzínu a za chlapských průpovídek drží jeden z nich zapalovač v ruce, musí nám být jasné, že by spotřeba takových hrdinů byla ve skutečném životě velmi vysoká. Konkrétně páry benzínu hoří natolik rychle, že se nám to jeví jako výbuch.

Teplota vznícení

Teplota vznícení je nejnižší teplota, při které se za definovaných zkušebních podmínek hořlavá látka ve směsi se vzduchem sama bez vnějšího zdroje zapálení vznítí. Jako vznícení se označuje začátek chemické reakce směsi plynu nebo páry se vzduchem projevující se otevřeným plamenem nebo výbuchem. Při stanovení teploty vznícení je vznícení vyvoláno pouze působením tepla okolního prostředí, nikoli otevřeným plamenem nebo jiskrou.

Teplota vznícení vybraných látek udávaná ve stupních Celsia:

Aceton	537 °C
Dřevo	270 °C
Koks	400 °C
PVC	370 °C
Papír	180 °C

Benzín	470 °C
Petrolej	380 °C
Seno	233 °C
Nafta	250 °C
Plexisklo	460 °C

Oblast výbušnosti a meze výbušnosti

Tyto vlastnosti jsou velmi důležité, protože nám pomohou určit nebezpečí výbuchu u jednotlivých látek.

Oblastí výbušnosti se označuje oblast koncentrací směsi plynu, páry nebo prachu se vzduchem, ve které směs při zapálení zdrojem vznícení vybuchuje. Přitom se hoření samo šíří velkou rychlostí, aniž by se po zapálení musely přidávat další energie a vzduch. Mezní koncentrace (v objemových procentech nebo v g/m³ vzduchu při normálním tlaku) oblasti výbušnosti se označují jako dolní (nejnižší koncentrace hořlavého plynu) a horní (nejvyšší koncentrace hořlavého plynu) mez výbušnosti.

Dolní mez výbušnosti je minimální koncentrace látek, kdy už může dojít k výbuchu. Horní mez výbušnosti je maximální koncentrace hořlavých látek, kdy ještě může dojít k výbuchu. Čím dále jsou tyto hranice od sebe, tím

je látka nebezpečnější. Pro názornost uvedme acetylén, jehož rozsah výbušnosti je od 1,5 do 81 %, takže je velmi nebezpečný (oproti tomu propan pouze 2,1 - 9,1 %).

Poznámka: Někdy i velmi malá, lidskými smysly nepostřehnutelná, koncentrace stačí k iniciaci výbuchu. Prevencí jsou včasné kontroly a revize tlakových lahví, plynových sporáků atd.



Oxidační činidlo

Oxidační prostředky jsou látky nebo jejich směsi, které dodávají hořlavému souboru kyslík potřebný pro hoření. Nejčastějším oxidačním prostředkem je vzdušný kyslík. U některých látek (jako jsou výbušniny) jsou používány i jiné oxidační prostředky.

Pro stručnost uvedme, že při valné většině požárů v uzavřeném prostoru dochází se snižováním přísunu kyslíku k postupnému uhasínání. Pokud tedy zapálíme dostatek hořlavých látek v místnosti bez dveří a oken, dojde postupným vyhoříváním ke spotřebě kyslíku obsaženého ve vzduchu v místnosti. Pokud nedojde k přísunu čerstvého vzduchu (např. otevřením oken nebo dveří), oheň následkem nedostatku kyslíku samouhasíná, i když je zde stále dostatek hořlavé látky.

Jevy doprovázející hoření

Jak jsme si řekli již v předešlých kapitolách, hoření je doprovázeno třemi základními jevy: uvolňováním tepelné energie, světelné energie a vznikem zplodin hoření. Pokud pochopíme některé jednoduché souvislosti, zjistíme, že nám to usnadní pozdější výklad ve třídě.

Teplo

Nejznámější negativní účinek tepla vznikajícího při hoření je přímý kontakt s plamenem. Při požáru dochází i k jiným negativním projevům tepla.

Teplo, šířící se prouděním, může mimo jiné založit další ložiska požáru. Ostatně prouděním se požár šíří poměrně často. Známe také teplo sálavé, které vyzařuje z větší části do okolí a z menší zpět na povrch hořící látky. To nejen velmi ztěžuje práci hasičů, ale také to může způsobit přenos požáru zahříváním okolních materiálů. Ve výkladu žákům lze také na tomto vysvětlit, proč není člověk schopen zvládnout uhasit svépomocí i takový požár, který se jeví jako malý. Bez dostatečné výstroje bohužel nemůže podniknou takřka nic.

Další možností, jak se může teplo šířit, je jeho vedení materiálem. Známým příkladem je dobré vedení tepla hliníkem nebo jinými kovy. Pokud si uvědomíme, že kovové konstrukce mohou procházet z místnosti do místnosti, snadno pochopíme, že i takto se může rozšířit požár, a to dokonce přes stěnu. Kromě toho dobré tepelné vodiče ztěžují zásah hasičů. S vedením tepla se setkáte při výkladu, když budete s žáky nacvičovat únik z místnosti ohrožené požárem (horká kovová klika dveří, horké dveře).

Světelné záření

Světelné záření se projevuje jako plamen. Barva plamene může někdy zasahujícím hasičům napovědět, jaké látky právě hoří.

Zplodiny hoření

Zplodiny hoření jsou často uváděny jako nejvýznamnější negativní prvek u požáru. Ačkoli by se mohlo zdát, že nejnebezpečnější je samotné hoření, lze s jistotou říci, že zplodiny hoření si vybírají u požárů zdaleka největší daň na životech a zdraví. Je samozřejmé, že množství a toxicita zplodin hoření se liší dle chemického složení hořlavé látky. Mezi velmi nebezpečné producenty jedovatých plynů se řadí např. plasty (PVC), molitan, polystyren, peří, tedy materiály, které se běžně vyskytují v našich domácnostech. Jako zplodiny hoření se označují všechny plynné (ale i pevné a kapalné) produkty hoření. Vzhledem k teplotám nad 500 °C ³⁾, které jsou u požáru běžné, se vyskytují v podobě spalin i látky za normální teploty pevné nebo kapalné. Mezi velmi důležité a zároveň velmi nebezpečné látky ve spalinách se řadí například:

3) Teplota v uzavřené místnosti, kde hoří, může za ideálních podmínek ve velmi krátkém čase dosáhnout 500 stupňů Celsia (v případě hořící bavlněné záclony - 1,87 kg - to může být už za tři minuty, v případě např. hořící židle to jsou přibližně 4 minuty). Už však pouhý horký vzduch může být velmi nebezpečný. Vdechnutí horkého vzduchu už o teplotě kolem 50 °C může mít za následek vážné snížení krevního tlaku, selhání oběhového systému a edém plic (nahromadění vody v plicích a následný otok), který může skončit smrtí následkem udušení.

Oxid uhelnatý (CO)

Vzniká při nedokonalém hoření zejména v uzavřených místnostech, tedy všude tam, kde není dostatečný přísun kyslíku. Je jedovatý a velmi výbušný. Je lehčí než vzduch. Váže se na hemoglobin mnohem aktivněji (200 krát) než kyslík a tvoří se karboxyhemoglobin. Tím je kyslíku znemožněno vázat se na červené krvinky, a proto dochází u postižených k projevům nedostatečného okysličení mozku a následné smrti. Již koncentrace CO nad 1 % může způsobit bezvědomí a smrt bez jakýchkoli příznaků nevolnosti.

V běžném životě nejsou výjimkou případy otravy oxidem uhelnatým například při nedokonalém hoření v kamnech atd. První pomocí je vynešení postiženého na čerstvý vzduch a přivolání lékařské pomoci. Komplikací při otravě oxidem uhelnatým bývá jeho setrvačnost působení na lidský organismus. Někdy se účinky otravy projeví až za tři týdny.

Oxid uhličitý (CO₂)

Oxid uhličitý je nehořlavý plyn bez barvy a zápachu, je těžší než vzduch. Ačkoliv se používá jako hasební látka (stabilní hasicí zařízení se používá k hašení koncentrace nad 27 % CO₂ ve vzduchu), je i jedním z produktů hoření. Je konečným produktem hoření látek bohatých na uhlík, přičemž ho vzniká více při dokonalém hoření než při žhnutí.

Za běžných podmínek obsahuje vzduch kolem 0,03 % CO₂ a jako produkt látkové výměny je odstraňován z plic člověka dýcháním. Při asi 5 % koncentraci ve vzduchu dochází ke zrychlenému dýchání doprovázenému bolestmi hlavy, závratěmi, pocením a rozrušením. Při koncentraci 10 až 12 % CO₂ může dojít během několika minut ke smrti následkem ochrnutí dýchacího centra mozku. Na zvýšenou koncentraci CO₂ tělo reaguje zrychlením dýchání, a tím se do organismu dostává i větší množství ostatních produktů hoření.

Postiženého vyneseme na čerstvý vzduch, necháme inhalovat kyslík a dopravíme jej co nejrychleji k lékaři.



Oxid siřičitý (SO_2)

Je to ostře páchnoucí jedovatý bezbarvý plyn. Je nebezpečný tvorbou kyseliny siřičité v dýchacích cestách.

Chlorovodík (HCl)

Je bezbarvý plyn se silně dráždivými účinky pro dýchací cesty a oči. Je těžší než vzduch. Vyvolává otok horních cest dýchacích. Hrozí zástava dechu a smrt udušením. Rozpouští se ve vodě za vzniku kyseliny chlorovodíkové. Uvolňuje se při hoření některých plastů, kdy např. z 1 kg PVC se uvolní až 400 litrů chlorovodíku.

Kyanovodík (HCN)

Je to velmi jedovatý bezbarvý plyn lehčí než vzduch. Blokuje výměnu kyslíku a oxidu uhličitého při dýchání v tkáních. Vstřebává se plicemi i kůží. Vzniká při hoření polyamidů (silon, nylon), umakartu, lepidel, laků atd. Stačí opravdu velmi malé množství hořícího materiálu ke vzniku smrtelně nebezpečné koncentrace.

Fosgen (COCl_2)

Fosgen je bezbarvý plyn bez chuti, ale s nepříjemným zápachem po shnilém seně. Vzniká např. při hoření chladících kapalin obsahujících freon. Má silné dráždivé účinky, přičemž jeho jedovatost se naplno projeví až několik hodin po expozici. Jeho zápach je znatelný při koncentraci 6 ppm (0,0006 objemových procent), přičemž ještě předtím dráždí oční sliznice a nutí ke kašli. Smrtelná koncentrace je 25 ppm. Fosgen snadno reaguje s vodou, přičemž vzniká i kyselina chlorovodíková. Protože plíce jsou vždy vlhké, vytváří se při vdechnutí v plicních sklípcích silně žíravá kyselina chlorovodíková.

Nitrozní plyny (NO_x)

Mezi nejnebezpečnější nitrozní plyny patří oxid dusnatý (NO) a oxid dusičitý (NO_2), přičemž oxid dusnatý se při styku s kyslíkem a vzdušnou vlhkostí mění na oxid dusičitý. NO_2 je žlutohnědý až červenohnědý plyn s dráždivými účinky pro dýchací cesty. Oxid dusičitý vzniká při hoření umělých hnojiv, při požárech v kancelářích (pravítka, filmy...) atd.

Organismus reaguje na přítomnost NO_2 dráždivým kašlem, edémem

plic s následnou smrtí udušením. Bezprostředně po nadýchání se projeví pouze mírné příznaky a teprve po několika hodinách se projeví vlastní otrava.

Všechny oxidy dusíku se rozpouštějí ve vodě za vzniku dusičnatých kyselin. Tyto kyseliny reagují v lidském těle s alkalickými sloučeninami a vznikají nitráty a nitridy, které napadají krevní částice, což vede ke kolapsu organismu a celkovému komatu. Příznakem je kolísání krevního tlaku, bolest hlavy a mdloby. Postiženého vyneseme na čerstvý vzduch a provádíme inhalaci kyslíku.

Ultrajedy

Ultrajedy jsou chemické sloučeniny, které již v mikrogramových množstvích mohou v organismu vyvolat vážné změny vedoucí k neléčitelným nemocím a v miligramových množstvích usmrcují. Během hoření, zejména sloučenin s obsahem chlóru, vznikají v malém, přesto však nebezpečném, množství ultrajedy jako PCDBF (polychlordibenzfuran) a TCDBO (polychlordibenzparadioxin). Tyto sloučeniny se váží na saze a s nimi mohou vniknout do organismu zasahujících hasičů a civilních osob pohybujících se v zakouřeném prostředí.

Nebezpečné mohou být zejména požáry skladů PVC, kdy emitované množství ultrajedů se může pohybovat od 100 mg do 1 g. Ovšem i při bytovém požáru mohou vznikat významná množství ultrajedů.

Zplodiny pyrolýzy

Jsou to nebezpečné meziprodukty, které při dokonalém hoření nevznikají. Patří sem například kyselina kyanovodíková a její deriváty, která vzniká při hoření látek obsahujících bílkoviny jako vlna, peří atd. Dále pak kyanidy, vznikající také při hoření některých plastů, jako jsou polyuretany, polyamidy atd. Těchto meziproduktů je ovšem velmi mnoho.

POŽÁR A ELEMENTÁRNÍ TEORIE HAŠENÍ

Požár jsme si již definovali v úvodu - je nežádoucí, nekontrolovaný a působí újmu na zdraví, životech i majetku. Volný rozvoj požáru můžeme rozdělit do čtyř fází požáru:

První fáze - od vzniku požáru do počátku intenzivního hoření. I když statisticky trvá tato fáze pouhých 3 až 10 minut, je logické, že naděje na úspěšný zásah jsou veliké ⁴⁾. To přímo souvisí i s včasným a bezchybným telefonickým nahlášením požáru, které budete také s žáky probírat.

Druhá fáze - od počátku intenzivního hoření až do chvíle, kdy požár zachvátí všechny hořlavé materiály. Zásah už je velmi komplikovaný.

Třetí fáze - od konce druhé fáze do chvíle, kdy se začne intenzita požáru snižovat. Nyní je již zásah prakticky nepřilíš efektivní.

Čtvrtá fáze - končí postupným vyhasnutím požáru.

Nepsaným pravidlem hasičů je, že jen zásah zahájený v první, maximálně začátkem druhé fáze, může přinést naději na výraznější úspěch.

Poznámka: Velkou roli v tom, kdy bude hasiči zahájeno hašení či zásah u jiné mimořádné události, hraje rozmístění všech stanic HZS ČR v rámci nám dobře známého plošného pokrytí. Místo dislokace požární jednotky je v 60 % případů vzdáleno méně než 5 km od místa události, přičemž průměrná vzdálenost v kilometrech se z dlouhodobého hlediska pohybuje kolem 7 km. Kolem 20 % událostí je pak vzdáleno 6 - 10 km od místa dislokace jednotek PO a 15 % je vzdáleno v rozmezí 11 - 20 km. V 5 % případů se jedná o vzdálenosti vyšší než 20 km. Vezmeme-li v úvahu, že 23 tun těžký požární speciál se pohybuje rychlostí 60 km/hod, odpovídají výše uvedené údaje přibližně minutám.

Požár má také své základní parametry a není jich málo. Pro zajímavost můžeme uvést například tzv. lineární rychlost šíření požáru. Uvádí se v metrech za jednotku času a je normována pro potřeby hasičů pro vybrané druhy objektů. Například:

Kanceláře	0,6 m/min	Obytné místnosti	0,7 m/min
Hlediště kin, divadel	1,5 m/min	Lesy	1,3 m/min
Sklady hořlavých kapalin	2,5 m/min		

4) Ve starší hasičské literatuře bylo dokonce uváděno, že: „Na požár, je-li zpozorován do jedné minuty, stačí sklenice vody, na požár, je-li zpozorován do dvou minut, stačí ještě mnohdy konev vody a na likvidaci ohniska požáru, je-li zpozorováno do pěti minut, je již potřeba tisíc litrů vody“.

Z tohoto výběru můžeme posoudit, za jak dlouho se asi rozšíří požár v pokoji panelového domu. Šíření požáru je samozřejmě závislé také na mnoha jiných okolnostech.

Teorie hašení

Během vašeho výkladu se setkáte s tématem hasicích přístrojů. K tomu, abychom mohli vysvětlit, jak vlastně takový hasicí přístroj funguje, je zapotřebí pochopit, jaký je princip hasebních účinků jednotlivých hasebních látek v náplních hasicích přístrojů. Nebudeme se opět zaobírat obšrným odborným výkladem, pouze si nastíníme základní fakta tak, abychom dokázali zodpovědět i případné otázky našich zvědavějších žáků.



V první řadě si musíme uvědomit, že žádné hasivo není univerzální. Jinak řečeno to znamená, že ne na každou látku lze použít libovolné hasivo. Při nesprávném výběru či nesprávném použití může být hašení málo účinné, zdlouhavé, pro člověka nebezpečné a můžeme napáchat mnohem více škod než požár samotný. Z praxe jsou známy případy, kdy nesprávně použité hasivo vedlo k explozím (především při hašení lehkých kovů vodou), k úrazům elektrickým proudem, omrzlinám apod.

Pokud vezmeme v úvahu fakt, že je hoření charakteristické zejména velkou produkcí tepla, nabízí se nám dvě možnosti, jak hoření přerušit. Jednou z nich je snižování rychlosti tvorby tepla a druhou je účinné odvádění tepla z oblasti hoření. Můžeme toho dosáhnout několika způsoby: **ochlazováním hořlavé látky, izolací, chemickým zpomalováním procesu hoření, ředěním reagujících látek.**

Samozřejmě u některých hasebních látek se kombinují účinky dva i více, ale vždy je jeden převažující. Jako příklad si uveďme hašení hořlavé kapaliny pěnou. Vrstva pěny nanesená na hladinu kapaliny oddělí hladinu od pásma hoření a od přístupu vzduchu. Výsledkem je efekt dusivý. Je ovšem také pravda, že pěna se skládá z vody, a proto je ve hře ještě efekt chlazení, ale ten není zdaleka tak rozhodující. Proto se pěna řadí mezi látky s efektem izolačním. Bude na místě si ve zkratce popsat, jak jednotlivé způsoby hašení fungují.

Způsob hašení založený na ochlazování

Jeho podstatou je ochlazování látky pod teplotu hoření, a to tak, že ochlazujeme hořlavé látky v pásnu hoření (pásno hoření - prostor, ve kterém probíhá vlastní hoření, ohraničený povrchem plamene a povrchem hořící látky). Jako nejznámější a nejpoužívanější hasební látka tohoto typu je voda.

Způsob hašení založený na izolaci

Zjednodušeně řečeno, podstatou je izolace pásma hoření od hořlavé látky, oxidačního prostředí (například vzdušný kyslík) nebo od pásma přípravy hoření (oblast, kde se vlivem vysoké teploty, šířící se z oblasti hoření, tvoří podmínky k rozšíření požáru). Hoření se přerušuje z důvodu nepřítomnosti jedné z reagujících látek v pásnu hoření.

- Izolace přístupu vzduchu se používá při požárech v uzavřených místnostech. Již pokles obsahu kyslíku ve vzduchu na 16 - 12 % způsobuje zastavení hoření.
- Izolace pásma hoření od hořlavé látky se používá při hašení hořlavých kapalin a plynů. Zřídka na hašení pevných látek.

Způsob hašení založený na chemickém zpomalování hoření (inhibici)

Hlavní účinek hašení spočívá v efektu záporně katalytickém (zpomalování reakce hoření). Podstata tohoto způsobu hašení spočívá ve vhánění hasební látky do pásma hoření, přičemž dochází k chemickému rozkladu této látky. Produkty rozkladu reagují s meziprodukty reakce hoření, a tím dochází ke zpomalování řetězových reakcí hoření až k úplnému přerušení hoření.

Způsob hašení založený na ředění reagujících látek

Snížením koncentrace kyslíku v určité oblasti dosáhneme přerušení hoření. Snížení obsahu kyslíku může být provedeno přimísením nehořlavého netečného (inertního) plynu do prostoru (například oxidem uhličitým, dusíkem, ale také vodní parou).

Hasební látky

Hasební látky lze rozdělit asi takto:

- voda
- inertní (netečné) plyny
- halony
- pěna
- prášky

Voda

Nejpoužívanější hasební prostředek. Snadno dosažitelná a relativně stále ještě levná. Hasební účinek spočívá ve velké schopnosti vázat teplo, a proto je její účinek zejména ochlazující. Dalším hasebním efektem vody je efekt dusivý. Spočívá ve vytlačování vzduchu párou, vzniklou odpařováním. Při odpaření jednoho litru vody se udává tvorba 1 700 litrů páry. Je proto třeba neustále myslet na nebezpečí opaření párou. Také zde hrozí i jiné nebezpečí. Pokud se dostane voda do kontaktu s hořícím olejem (třeba fritovacím) dochází vzhledem k vysoké teplotě oleje také k okamžitému odpaření vody. Každá kapka tudíž zvětší svůj objem 1700x. Dochází tím k vyvržení hořícího oleje z nádoby a také k jeho rozstříkování. Následky si lze snadno domyslet.

Vodou lze hasit především pevné látky (třída A) a některé hořlavé kapaliny (zejména vodou ředitelné). Používá se také na ochranu požárem ohrožených objektů chlazením.

Účinnost hašení je velmi závislá na formě a množství, v jakém je voda na hořící látku aplikována. Jedním z nejdůležitějších aspektů je tzv. **tříštění proudů** vody. Zjednodušeně by se dalo říci, že čím větší povrch hasební látky, tím větší chladicí efekt. Roztříštěním proudu vody na velké množství kapek docílíme obrovského zvětšení povrchu, ale to už jsme opět ve fyzice či geometrii. Jednou z výhod tohoto způsobu hašení je také větší šetrnost zásahu a úspora vody. Nevýhodou je malý dosah proudu a slabá pronikavost do žhnoucích látek.

Pokud hasíme proudem tzv. plným - kompaktním, využíváme zejména možnosti většího odstupu od požáru a také tlaku vody. Jako příklad si uveďme lesní požáry, kde vysoká teplota korunového požáru neumožňuje jinou strategii pozemního hašení vodou, než z dostatečné vzdálenosti. Ve fázi, kdy je požár lesa naopak podzemní, tedy kdy prohořívá lesní hrabanka, využívá se tlaku vody k odkrývání povrchu žhnoucí hrabanky. Nevýhodou tohoto způsobu využití vody je její velká spotřeba.

Voda se nesmí používat na hašení:

- požárů lehkých kovů - hořčík, sodík,
- požárů karbidu vápníku,
- elektrických zařízení pod napětím,
- hořících sazí, roztavených kovů a žhnoucího uhlí.

Nebezpečí hrozí například při hašení vysoce zahřátých látek, kdy dochází k rozkladu vody za vzniku výbušného vodíku.

Jednou z významných pomůcek při hašení vodou je tzv. smáčedlo. Jedná se v podstatě o saponát, jehož účinek spočívá v narušování povrchového napětí vody a zlepšování její přilnavosti k povrchu hořících látek. Tohoto efektu se využívá zejména při hašení prachů, bavlny, korku atd. Pro lepší představu si zkuste vzpomenout, co udělá voda nalitá třeba na hromádku prachu. Tvoří kuličky. Tato tvorba kuliček je způsobena právě povrchovým napětím vody. Použitím smáčedla se zabrání také plýtvání hasební látkou. *Hasicí přístroj: vodní se smáčedlem.*

Pěna

Zcela laicky řečeno se jedná o směs vzduchu, vody a nějakého saponátu, která se různými způsoby napěňuje. Dělí se na lehkou, střední a těžkou. Různé druhy pěny se používají na různé druhy hořlavých látek. Používá se zejména na hašení hořlavých kapalin (třída B). Vytváří na hladině kapaliny celistvou vrstvu a tím izoluje látku od okolí (hlavně od přístupu vzduchu). Efekt je izolační. Nezanedbatelný je také efekt chlazení, a to zejména u těžké pěny, kde je nejvyšší obsah vody. Zákaz použití pěny platí pro stejné druhy požárů, jako tomu bylo u vody. *Hasicí přístroj: pěnový.*

Inertní plyny

Mají efekt dusivý. V podstatě nahrazují vzduch v místě požáru a díky jejich chemické netečnosti dochází k ukončení hoření. Toho se využívá zejména v uzavřených prostorech. Jako nejvýznamnější inertní plyn lze jednoznačně uvést CO₂ (oxid uhličitý). Je elektricky nevodivý a nezanechává zbytky po odpaření. Využívá se především na hašení elektrických zařízení pod napětím a požárů hořlavých kapalin a plynů, ale i potravin, archivů apod. (třída B, C, E). *Hasicí přístroj: sněhový - CO₂.*

Prášky

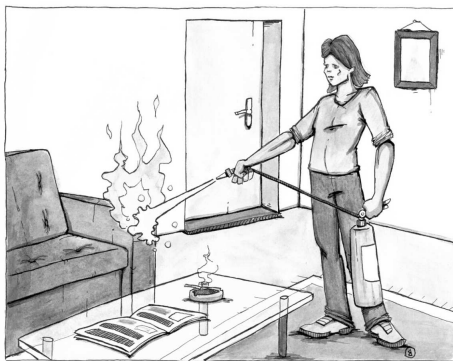
Jsou univerzální a hasí požáry třídy A, B, C a D (speciální prášek).
Hasicí přístroj: práškový.

Halony

Jsou velmi účinné. Od jejich používání se však ustupuje, protože poškozují ozónovou vrstvu Země a při rozkladu za vysokých teplot mohou tvořit vysoce toxické látky. V současné době se vyrábějí jiné látky s podobnými hasebními účinky. *Hasicí přístroj: halonový.*

Pyrocom

Jedná se o hasební látku s výrazným chladícím efektem. Podstatou hasebního účinku látky je schopnost prudce snížit teplotu plamene a následně celého místa požáru, a tím v průběhu několika sekund prakticky vyloučit tepelnou složku klasického „ohňového trojúhelníku“. Vyrábí se také ve formě hasicího spreje.



HASICÍ PŘÍSTROJE

Ve vztahu k civilním osobám (a dětem především) je nutno mít vždy na paměti, že hasicí přístroje slouží k uhašení vznikajících požárů, a to nejlépe dospělými osobami. Osobně si nemyslíme, že by žáci druhého cyklu již měli používat přenosné hasicí přístroje (dále jen PHP). Spíše se jedná o věkovou skupinu dětí, která je již výhledově sice podobným činnostem blízko, ale zatím by měla pouze získat přiměřené množství podkladových informací.

Pokud tedy hovoříme o likvidaci požáru laikem, myslíme tím především malé požáry typu připálené stravy na sporáku, hořících větviček a ozdob vánočních stromčků a adventních věnců a také drobná zahoření v podobě odpadkových košů či elektrospotřebičů. „Uhasitelný“ (malý požár v počátečním stádiu) lze pro naše potřeby blíže specifikovat přibližně tak, že:

- podmínky na místě požáru nám hašení umožňují (minimum zakouření, nízká teplota, známé prostředí, atd.),
- hoří malé množství běžných hořlavých látek, jako např. materiály používané k výrobě běžného bytového zařízení,
- hoří pouze v jedné místnosti a v malém rozsahu (požáry, kde je již požár rozšířen do více místností, i v podobě malých ohnisek, přenecháme vždy hasičům),
- hoří pouze části bytového zařízení, nikoli zařízení celé místnosti,

Poznámka: Jako příklad si lze uvést hořící koberec, záclonu, odpadkový koš nebo nějaký elektrospotřebič běžně používaný v domácnosti;

- během použití PHP vidíme zřetelně jeho účinky - požár se během našeho zásahu přestává šířit,
- požár je zvládnutelný pomocí jednoho nebo dvou hasicích přístrojů či jiných improvizovaných hasebních prostředků,
- požár se nechová „nepřirozeně“, tj. po použití hasební látky se nezačíná více rozhořovat, nevystřeluje žhavé úlomky, neprská atd.

Ostatní požáry je nanejvýš vhodné přenechat přivolaným hasičům. Existuje samozřejmě také možnost hašení požáru pomocí nástěnného hydrantu umístěného v domě (možnost hašení požáru středního rozsahu) nebo pomocí improvizovaných hasebních prostředků (hrnec s vodou, zahradní hadice), ale i tato činnost je pro děti pouze výhledová.

Podle způsobu přemísťování rozeznáváme hasicí přístroje přenosné (ruční), pojízdné (na podvozku) a přívěsné (za motorové vozidlo).

Podle umístění výtláčného prostředku rozeznáváme hasicí přístroje pod stálým tlakem a s tlakovou patronou.

Uvedení hasicího přístroje pod stálým tlakem do činnosti je velice jednoduché. Stačí vytrhnout zajišťovací kolík a po stisknutí páky ventilu je hasicí přístroj okamžitě funkční. Důležité je vždy si uvědomit, že náplň PHP nám vystačí přibližně na 1 minutu hašení (dle druhu PHP), a proto je záhodno s médiem šetřit. Tyto hasicí přístroje jsou většinou osazeny manometrem, který nám trvale ukazuje, zda-li je v hasicím přístroji potřebný provozní tlak.

Spuštění hasicího přístroje s tlakovou patronou je trochu složitější. Po vytržení zajišťovací pojistky udeříme na nárazníkovou armaturu a vyčkáme (5 - 10 vteřin), než dojde k přemístění výtláčného plynu z tlakové patrony do nádoby hasicího přístroje. Poté je hasicí přístroj připraven k hašení.

Poznámka: Hasicí přístroje, které se uvádějí do činnosti otočením dnem vzhůru a úderem o podložku, se v dnešní době objevují velice zřídka (dožívající starší typy).

Všechny hasicí přístroje musí být minimálně 1x ročně kontrolovány oprávněným kontrolorem, který na požádání předloží platný průkaz, vydaný výrobcem hasicího přístroje nebo jím zmocněným subjektem.

Již výše jsme se zmiňovali o různých principech účinku hasebních látek. Můžete se také setkat se zkratkami PHP - přenosný hasicí přístroj a RHP - ruční hasicí přístroj, obojí znamená, že je můžete přenášet v rukách, ale třeba u sněhových hasicích přístrojů, které jsou vlastně ocelovou tlakovou nádobou, musí ty ruce být už docela silné a také chráněné. Podle použité náplně - tedy hasiva - rozeznáváme několik druhů hasicích přístrojů:

Vodní hasicí přístroje

Jsou vhodné na hašení pevných látek. Nesmí se používat na elektrická zařízení pod napětím, na požáry látek o velmi vysoké teplotě, špatně hasí hořlavé kapaliny ropného původu atd. Jejich náplní není chemicky čistá voda, ale voda s různými příměsemi pro zlepšení smáčivosti nebo mrazuvzdornosti. Voda je dobrým hasivem díky své schopnosti látku rychle ochlazovat pod teplotu hoření. Určeno pro třídu požáru A. Přístroje jsou vybaveny kontrolním manometrem. Používá se především v prostředí, ve kterém dochází při zpracování dřeva, papíru, v zemědělství, ve skladech, ve školních budovách.

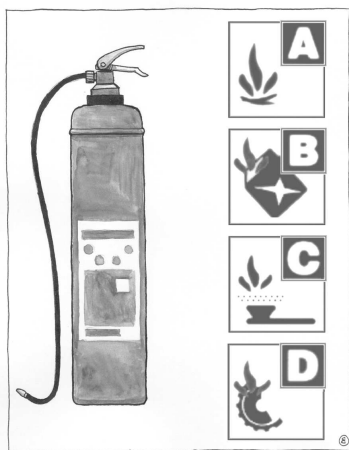
Pěnové hasicí přístroje

Při svém použití vytvářejí na povrchu hořících látek vrstvu pěny, která zabraňuje přístupu kyslíku a tím vlastně hasí. Jejich hasební účinek je izolační s vedlejším účinkem ochlazovacím. Používají se především na požáry hořlavých kapalin (benzín, nafta, oleje), a protože pěna je tvořena také vodou, platí pro pěnové hasicí přístroje podobná omezení jako pro vodní. Hůř hasí hořlavé kapaliny ředitelné vodou, jako je líh a aceton. Jsou určeny pro třídu požárů B.

Sněhové hasicí přístroje

Sněhové hasicí přístroje se odborně označují jako přístroje s náplní CO_2 . Pojmenování sněhový vzniklo díky tomu, že CO_2 uvolňovaný z hasicího přístroje vytváří na povrchu látek bílou krystalickou hmotu podobnou sněhu, tzv. suchý sníh.

Podle současné ČSN EN3 je možné na území České republiky koupit pouze dva typy přenosných hasicích přístrojů s náplní CO_2 (sněhové), a to o obsahu náplně 2 kg CO_2 a 5 kg CO_2 . Náplní těchto přístrojů je zkapalněný oxid uhličitý (CO_2), který musí být naplněn do silnostěnné vysokotlaké láhve, což se znatelně projevuje na celkové hmotnosti přístroje. Použití hasicího přístroje je velice snadné. Přístroj je určen především na hašení požárů třídy B, C a vzhledem ke své nevodivosti také na zařízení pod napětím elektrického proudu do 1000 V. Hlavním hasebním účinkem tohoto hasicího přístroje je účinek dusivý, tj. vytěsnění vzdušného kyslíku z oblasti požáru. Hasební medium (CO_2) hořící materiál a jeho okolí nijak nepoškozuje, po použití se odpaří (vhodné i na potraviny).



Hasicí přístroj není vhodný na hašení volně ložených sypkých materiálů a prachu. Hasivo z hasicího přístroje je vytlačováno značným tlakem a mohlo by dojít, podobně jako u přístrojů práškových, k jejich rozfoukání nebo ke vzniku výbušné směsi se vzduchem. Pozor na prudké ochlazení přístroje při spuštění.

Práškové hasicí přístroje

Práškové hasicí přístroje hasí na základě chemických vlastností hasebního prášku, který ovlivňuje hoření - hoření je totiž fyzikálně chemická reakce, která se dá např. vyjádřit pomocí chemických vzorců. Hasební prášky jsou velice účinné hasivo s téměř univerzálním použitím, ale nejsou vhodné na hašení sypkých hmot. V nabídce výrobců hasicích přístrojů je několik typů přenosných práškových přístrojů, lišících se především množstvím náplně. Hasicí přístroje o obsahu 1 kg a 2 kg jsou určeny především pro motorová vozidla - osobní a nákladní, kde do značné míry nahrazují dřívější halonové přístroje, které byly staženy z důvodu ochrany ozónové vrstvy Země. Nejčastěji jsou hasicí přístroje plněny univerzálním práškem ABC, který je použitelný na všechny třídy požáru, včetně zařízení pod napětím elektrického proudu s výjimkou třídy požáru D (hořlavé kovy). Uvedené typy jsou pod stálým tlakem výtláčného prostředku, jehož hodnotu nám trvale ukazuje manometr umístěný ve ventilu. Při hašení je hasivo z nádoby přístroje vytlačováno značným tlakem, a proto přístroj není vhodný na hašení sypkých materiálů (piliny, hořlavé prachy atd.), aby nedošlo k rozvíření, příp. vzniku výbušné směsi se vzduchem.

Halonové hasicí přístroje

Tyto hasicí přístroje hasí na stejném principu jako práškové a po hašení se chovají stejně jako CO_2 - odpaří se beze zbytku. Hlavní nedostatek halonů je skutečnost, že patří do skupiny látek nazývaných freony, které poškozují ozónovou vrstvu. Dnes se s nimi již moc nesetkáme. Jsou nahrazovány například halotronovými hasicími přístroji.

Hasicí přístroje s náplní Pyrocom

Jsou to spreje velikosti většího laku na vlasy naplněné látkou Pyrocom, jejíž účinky byly popsány v předchozí kapitole.

Obsluha všech typů hasicích přístrojů je jednoduchá a není třeba se jí bát. Dnes už se žádný nově vyráběný typ hasicího přístroje nemusí převracet „vzhůru nohama“, jak to bylo u některých starších typů. Podle výrobce má každý vyráběný typ jiný mechanismus spouštění, ale POZOR!!! Většina „spouští“ hasicích přístrojů je ještě zajištěna pojistkou (vložený ocelový drát, plastový kroužek), která se musí před spuštěním odstranit.

Třídy požáru dle ČSN EN2



Třída A - hoření pevných látek hořících plamenem nebo žhnutím (např. dřevo, uhlí, textil, papír, sláma, seno, plasty).



Třída B - hoření kapalných látek a látek, které do kapalného skupenství přecházejí (např. benzín, nafta, oleje, barvy a laky, ředidla, éter, aceton, vosky, tuky, asphalt, pryskyřice, mazadla).



Třída C - hoření plyných látek hořících plamenem (např. propan - butan, zemní plyn, svítiplyn, acetylen, metan, vodík).



Třída D - hoření lehkých alkalických kovů (např. hořčík a jeho slitiny s hliníkem).



Třída F - hoření jedlých olejů a tuků (rostlinné nebo živočišné oleje a tuky) ve fritézách a jiných kuchyňských zařízeních.

Nástěnné hydranty

Setkat se můžeme rovněž s tzv. nástěnnými hydranty. Jsou to výtokové regulovatelné armatury připojené na rozvodné potrubí tlakové vody uvnitř budov. Svým vybavením se blíží tomu, co používají profesionální hasiči. Najdeme je ve většině veřejných budov (umístění stanovují předpisy - například na chodbách panelových domů v každém druhém patře).

Na rozdíl od hydrantů podzemních a nadzemních jsou připraveny takřka k okamžitému použití civilními osobami. Lze je použít i na požáry, v jejichž případě už by bylo použití PHP nedostačující. Obsahem hydrantových skříněk je uzavíratelný výpustný ventil, jedna hadice průměru 52 mm (nebo

také 25 mm na cívce) obvykle v délce 20 m a uzavíratelná proudnice. Vše je osazeno typovými „příspojky“, takže u průměru 52 mm je možno kombinovat obsah více hydrantů dohromady (zejména prodloužit hadici).

Nástěnné hydranty jsou periodicky kontrolovány podobně jako PHP a po kontrole jsou vždy zaplombovány, aby jejich obsah zůstal neporušen.

Hašení hořící osoby pomocí přenosného hasicího přístroje

Kvalitně zpracované téma, týkající se hašení hořící osoby pomocí PHP, není v obdobně tématicky zaměřené literatuře možno nalézt. Proto přinášíme zkušenosti získané ze zahraničních materiálů.

Při použití PHP platí všeobecná podmínka, a to že je nutno hořící osobu hasit vždy od hlavy k patám, přičemž je doporučována cca dvoumetrová vzdálenost trysky přístroje od hořící osoby.

Uvedme si rozdílnosti při použití různých PHP:

1. Vodní

Využívat vždy tzv. měkký proud (ventil PHP není otevřen naplno, čímž vzniká rozprášený proud - lze rozpráshit i prstem ruky). Plným proudem haste z větší vzdálenosti (cca 3 metry), jelikož bližší hašení by mohlo být (v důsledku zasažení popáleninových ran) velmi bolestivé.

2. Pěnový

Opět využívat vždy tzv. měkký proud. Škodlivé účinky při zasažení popáleninových ran penou nejsou známy.

3. Práškový

Hašení má být prováděno v krátkých intervalech. Znečištění popáleninových ran práškem lze odstranit při ošetření. Prášek lze poměrně snadno odstranit také z očí a z nosu.

4. Sněhový

Použitelný pro tento účel pouze v nouzi. Jeho účinek je však při rozsáhlejšího hoření osob stále lepší, než při použití hasicích roušek (dek a kabátů). Haste ze vzdálenosti cca 1,5 metru, přičemž nesmí být zasažen obličej zachraňované osoby. Ani tělo osoby nesmí být zasaženo přímo, proto haste vždy mírně stranou od hořící osoby a neustále s hubicí přístroje pohybujte. Na holé části těla nesmí působit CO₂ déle než 2 sekundy, jinak hrozí vznik omrzlin

(teplota hasebního média při dopadu na oblečení nebo kůži je přibližně minus 40 stupňů avšak rychle stoupá). Sněhovým přístrojem nelze rovněž hasit ležící osoby a osoby v malých prostorech (automobil), jelikož by mohlo dojít k jejich udušení CO₂.

ZÁSAH

Převzetí zprávy o události, zásah jednotek požární ochrany

Telefonáty na linku tísňového volání se přijímají na operačním a informačním středisku (na okresní úrovni OPIS, na krajské úrovni KOPIS). Zde se rovněž vyhodnocuje situace, odtud se vysílají jednotky a poskytuje se odtud i veškerá informační i materiální podpora pro zasahující jednotky (technika, prostředky i dostatek sil na jakýkoli druh zásahu). Operační a informační středisko je v úzkém spojení se zdravotnickou záchrannou službou (ZZS), policií a dalšími složkami integrovaného záchranného systému ⁵⁾.

Poznámka:

- 1. Území ČR je rozděleno do 14 krajů. Tomuto uspořádání se plně přizpůsobil Hasičský záchranný sbor a Zdravotnická záchranná služba. Policie ČR se tomuto členění blíží. Dále se teritoria krajů dělí na celkem 76 okresů a u HZS krajů je ještě další členění na teritoria požárních stanic.*
- 2. Systém tísňového volání v mobilních sítích je v současné době řešen takto:*
 - číslo 150 je svedeno na 14 KOPIS HZS krajů,*
 - číslo 155 je postupně sváděno na 14 krajských operačních středisek zdravotnické záchranné služby krajů,*
 - číslo 158 je zatím svedeno na 8 operačních středisek krajských správ PČR,*
 - číslo 112 je svedeno na 14 KOPIS HZS krajů do tzv. telefonních center tísňového volání (TCTV 112).*
- 3. V loňském roce 2006 přijali operační a informační střediska Hasičského záchranného sboru ČR celkem 5 870 067 tísňových hovorů na linky 112 a 150 (tedy v průměru 16 082 volání denně), což je o 243 100 volání více než v předchozím roce 2005. Omyly nebo přímo zlomyslná volání (úmyslné zneužití linky, hra dětí, nemoc nebo aktivity opilců) tvořily až 80 % ze všech volání na linku 112, což je závažný problém. Složky integrovaného záchranného systému, které vyjedou kvůli planému poplachu zbytečně, mohou chybět jinde. Pachatel, který zneužívá tísňové linky, ji může blokovat jinému člověku, který pomoc v nouzi skutečně potřebuje. Navíc jsou zbytečně proplácány finanční prostředky.*

Pro vyhlášení poplachu jsou důležité zejména tři informace, které by se měl příslušník jednotky požární ochrany od volajícího dozvědět:

1. Co se stalo - druh události a základní informace o situaci na místě události. Například dopravní nehoda, dva zranění, jedno vozidlo hoří.

5) Viz zákon č. 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému a o změně některých zákonů, ve znění pozdějších předpisů.

2. Kde se to stalo - co nepřesnější adresa události. Pokud nelze udat přesnou adresu, je třeba vycházet z charakteristických orientačních bodů v okolí a krajině. Například dopravní nehoda 3 km po výpadovce za Opavou, směr Bruntál, v táhlé levotočivé zatáčce. Všichni hasiči znají svůj hasební obvod natolik dokonale a detailně, že mnohdy znají i jednotlivé stromy, mosty, sloupy, zastávky autobusu a jiné orientační body. Důležité je sdělit také město nebo oblast.

3. Kdo volá - jméno a příjmení, adresa, telefon volajícího.

Jakmile operační a informační středisko převezme zprávu, je vyhlášen poplach sloužící směně. Od této doby stanovuje vyhláška č. 247/2001 Sb., o organizaci a činnosti jednotek požární ochrany, ve znění vyhlášky č. 226/2005 Sb., 2 minuty do výjezdu profesionálních jednotek, což je však ve většině případů limit nejzazší. V průměru hasiči vyjíždějí k události do 1 až 1,5 minuty. Profesionální jednotky požární ochrany slouží v ČR čtyřicet hodin denně po celý rok, svátky nevyjímaje. Neustále je zde připravena jednotka schopná provést kvalifikovaný a účinný zásah téměř jakékoli náročnosti.

Základní přínosy technologie linky 112

1. Technologie telefonních center tísňového volání 112 propojuje základní složky integrovaného záchranného systému: Hasičský záchranný sbor ČR, Policii ČR a zdravotnickou záchrannou službu. To umožňuje rychlé vyhodnocení vzniklé situace a okamžitou reakci záchranných složek.
2. Operátoři linky 112 mohou mj. identifikovat adresu volajícího z pevné sítě, polohu mobilního telefonu při tísňovém volání, zjistit identifikační kód mobilního přístroje nebo určit mobilního operátora volajícího.
3. Telefonní centra tísňového volání 112 jsou v rámci celé republiky navzájem hlasově i datově propojena. TCTV 112 jsou vzájemně zastupitelná, tj. v případě přetížení nebo výpadku centra v jednom kraji jsou hovory na linku 112 automaticky přesměrovány na další telefonní centra tísňového volání 112, aniž by to volající poznal na rychlosti nebo kvalitě odbavení. Je zde tak garance, že se občan vždy dovolá.
4. Na 112 se lze dovolat bez SIM karty, bez kreditu, a pokud je na místě signál alespoň jednoho mobilního operátora.
5. Operátoři obsluhující linku 112 jsou schopni odbavovat tísňové hovory nejen v češtině, ale i angličtině a němčině, v případě potřeby mají k dispozici softwarovou podporu i v dalších světových jazycích.

Jaké jsou úkoly občanů při zásahu požárních jednotek?

- Především včasné a správné nahlášení události.
- Poskytnutí co nejkomplexnějších informací, zejména není-li ohrožen život osob, zvířat atd.
- Poskytnutí všech potřebných ústupků ve prospěch včasného a účinného zásahu.
- Neohrožovat svým jednáním život svůj nebo jiných.
- Poskytnutí materiální a osobní pomoci z vlastní iniciativy nebo vyzve-li jej k tomu velitel zásahu.
- Nepřekážet zasahujícím jednotkám a nekomplikovat zásah.
- Nehrát si na hrdinu a nepřeceňovat své síly.

V hodinách výuky se dotknete několika základních pravidel, která by měl běžný občan ve vlastním zájmu dodržovat. Tato pravidla nejsou pouhou teoretickou představou, jak by něco mohlo fungovat, ale jsou reálnými a v praxi ověřenými pomocníky při záchraně životů a majetku. Jedna ze základních věcí, které by měl občan ovládat, je znalost tísňových telefonních čísel.

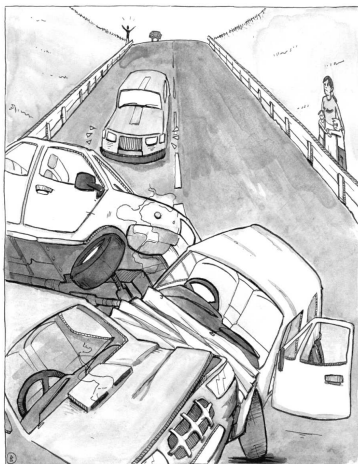
Poznámka: Jednotné evropské číslo tísňového volání 112 v ČR funguje a i nadále bude fungovat souběžně s národními čísly tísňového volání. Na jeho linkách pracují operátoři ovládající nejrozšířenější světové jazyky. Proto se s nimi v případě potřeby domluví i zahraniční návštěvníci naší republiky. V praxi je tedy možno se na čísle 112 dovolat pomoci všech základních složek IZS.

Dále je to schopnost nahlásit vše potřebné pro zásah, ale to již zde bylo řečeno. Podstatnou pomocí občana je přehled o všech hlavních uzávěrech ve svém domě - voda, plyn, elektrické rozvaděče a jističe. Také je velmi důležité vědět, kde se v domě či před ním nachází hydrant a jak jej použít. Totéž se týká i hasicích přístrojů.

Při samotném zásahu by se osoby z postiženého domu nebo bytu měly soustředit na jednom, předem smluveném místě. Velmi to ulehčí práci hasičů, pokud mají přehled o tom, kolik postižených chybí.

V případě, že se někomu nepodaří uniknout z hořícího domu či bytu, měl by se řídit pravidly uvedenými v metodické části (utěsnit dveře, pohybovat se v pokleku nebo po čtyřech, před otevřením zkusit dveře a kliku, nejsou-li horké, přesunout se k oknu a přivolat pomoc, neschovávat se, vyvěsit z okna jakoukoli část oděvu, prostěradlo atd.).

Dopravní nehody



Zásah u dopravní nehody se stal nedílnou součástí hasičské profese. Bohužel nelze než konstatovat, že počet těchto zásahů stále roste. V roce 2001 se počet zásahů u dopravních nehod vyhoupl poprvé v historii nad počet zásahů u požáru⁶⁾. Jak tedy vypadá takový zásah z pohledu hasiče?

V první řadě je nutno říci, že každá dopravní nehoda je natolik specifická, že je naprostou nezbytností rozhodnost, vycvičenost a chladná hlava. Často rozhodují minuty, někdy i vteřiny. Každý zásah u dopravní nehody je poměrně

rizikový a vyžaduje maximální opatrnost a dodržování pravidel bezpečnosti práce. Zdaleka ovšem vozidla nehoří a neexplodují tak často, jako „bouráky“ ze zahraničních seriálů. Toto patří spíše do říše laciných efektů. Přesto je nebezpečí u nehody více než dost. Nebudeme je jmenovat všechny, jen si některá připomeneme. Hrozí například zavalení zasahujícího nestabilním vozidlem, exploze a náhlé vznícení vozidla, poleptání elektrolytem z akumulátoru, pořezání, sražení projíždějícím vozidlem. Hasiči při zásahu dodržují zpravidla tento postup:

- příjezd, zajištění a průzkum vozidla - prvořadá je bezpečnost zasahující jednotky a zjištění, zda není ohroženo zdraví a život osob,
- stabilizace vozidla a odpojení akumulátoru,
- záchranné a vyprošťovací práce,
- osobní ochrana a ochrana raněné osoby,
- základní předlékařská péče - v případě nepřítomnosti ZZS,

6) Za posledních deset let se na našich dálnicích a silnicích stalo 1 951 467 nehod, při nichž bylo 13 368 lidí usmrceno, 59 791 osob bylo těžce zraněno a dalších 294 564 bylo zraněno lehce. Odhad hmotné škody dosáhl téměř 69 miliard Kč (přesně 68,7 mld. Kč). Nebezpečnost na našich komunikacích podtrhuje i ta skutečnost, že v průměru každé necelé 3 minuty (přesně 2,7 minut) byla Policii ČR nahlášena nehoda, každých 17 minut byl při nehodě lehce zraněn člověk a každých 100 minut těžce. V průměru každou 6,6 hodinu zemřel při nehodě člověk. Každou hodinu pak byla způsobena hmotná škoda přesahující jeden milión Kč.

- zajištění vozidla proti úniku provozních kapalin,
- v případě, že vozidlo tvoří překážku silničního provozu, je třeba jej odstavit na bezpečné místo,
- zajištění bezpečnosti povrchu vozovky.

Také občan, který se ocitne na místě nehody, má své úkoly. Pokud jsme tedy svědky dopravní nehody, je nutno událost neprodleně ohlásit. Vzhledem k velmi úzké spolupráci všech základních složek IZS je použití jakéhokoli čísla tísňového volání správné. Záleží pouze na tom, jak posoudíte situaci. Do chvíle, než se záchranáři dostaví na místo nehody, je povinností každého občana poskytnutí nejnutnější předlékařské pomoci. To vše samozřejmě za dodržení všech pravidel vlastní bezpečnosti.

Existují samozřejmě výjimky, ale uvědomme si, že poskytnutí pomoci je povinností nejenom morální, ale je na to také pamatováno v zákonech. Po příjezdu záchranných vozidel, můžeme poskytnout základní informace. Poté už je naší největší pomocí nepřekážet při práci zasahujícím hasičům, popřípadě jsme-li o to požádáni, přispěchat naopak ku pomoci. Pokud právě projíždíme kolem dopravní nehody, je třeba nezdržovat a nepřekážet při práci pomalou jízdou a okukováním.

Jednou ze specifických dopravních nehod je nehoda na dálnici. Vzhledem k velmi vysokým rychlostem, které jsou na dálnicích a silnicích pro motorová vozidla běžné, dochází často ke kolizím a následkem toho k řetězovým haváriím. Pokud se dostaneme do takovéto situace, musíme **neprodleně vozidlo opustit** a držet se v bezpečné vzdálenosti. Mnoho lidí bývá zraněno právě proto, že zůstávají i při lehkých řetězových haváriích ve svých automobilech. Totéž platí i při nenadálých situacích při průjezdu tunelem. Odstavené vozidlo je nutno co nejlépe označit, například výstražnými světly a vyhledat úkryt ve stěně tunelu. Odtud se dá zpravidla i přivolat pomoc.

Požáry lesa

Velmi specifickými požáry jsou lesní požáry. Vzhledem k tomu, že každoročně požáry ve volné přírodě a krajině napáchají mnohamilionové škody a také proto, že nemálo jich vznikne rukou právě dětí, bylo toto téma zařazeno i do publikace. Lesy pro nás skýtají nemalý zdroj materiálů a mají svou estetickou funkci. Nejdůležitější funkcí je však schopnost lesů tvořit kyslík a zadržovat vodu v krajině. Z těchto důvodů a také proto, že lesů je již tragicky

málo, se člověk rozhodl chránit je před požáry.

Jaká jsou tedy základní pravidla chování v lese a přírodním prostředí? V prvé řadě jsou dána řadou právních předpisů. Připomenout si můžeme omezení platící pro rozdělování ohňů v přírodě.

- Zákaz rozdělování ohně v lese a 50 m od okraje lesního pozemku (vyjma míst ve vyhrazeném tábořišti). Je nutno zachovat nezbytnou opatrnost v malé vzdálenosti od stohů slámy, dozrávajících obilí, strniště a sena, ve vysoké trávě atd.
- Izolovat místo pro rozdělování ohně od hořlavých látek.
- Nepřetržitě střežit oheň osobou starší 18 let a ohniště opustit až po úplném vyhasnutí ohně, jeho zalití vodou nebo zasypaní zeminou.

V metodické části je uvedeno základní desatero, jak se chovat v lese ve vztahu k požární ochraně.

Nebezpečné látky a ekologické havárie

Jedním z nových a velmi složitých úkolů jednotek požární ochrany je likvidace ekologických havárií a zásah s výskytem nebezpečné látky. Vzhledem k velmi rychlému vývoji chemického průmyslu se jedná o oblast činnosti jednotek, která se mění téměř každý den a vyžaduje nejen neustálé zdokonalování znalostí a výcviku, ale také vyžaduje i velmi nákladnou techniku. Hasiči jsou připraveni likvidovat únik takřka jakékoli nebezpečné látky a výrazně omezit její šíření do okolí. Problematika zásahů na nebezpečné látky je natolik složitá, že nemá význam pouštět se do hlubšího bádání. Každý z nás se v běžném životě setkává s velkým množstvím nebezpečných látek nebo látek, které mohou být škodlivé zdraví a životnímu prostředí. Jedná se například o náterové hmoty, ředidla, úklidové prostředky atd. Co bychom měli tedy vědět? Podle předpisů je výrobce nebo dovozce povinen označit výrobek tak, aby bylo zřejmé, o jaký typ látky se jedná a jaká hrozí případná nebezpečí. Zejména jsou důležité takzvané R - věty a S - věty. Co to vlastně znamenají?

R - věty označují rizikovost pro člověka a životní prostředí a dělí se na jednoduché a kombinované. S - věty jsou standardní pokyny pro bezpečné nakládání. Složitě? Pokusíme se to objasnit na příkladu.

Jednoduché R - věty

- R 20 - zdraví škodlivý při vdechování.
- R 21 - zdraví škodlivý při styku s kůží.

Kombinované R - věty

- R 20/21 - zdraví škodlivé při vdechování a styku s kůží.

S - věty

- S 1 - uchovávejte pod uzamčením.
- S 2 - uchovávejte mimo dosah dětí.
- S1/2 - uchovávejte uzamčené a mimo dosah dětí.

Z toho vyplývá, že z těchto vět se dočteme vše potřebné pro bezpečné nakládání s těmito látkami. Ověřte si to v nejbližší drogerii nebo u vás doma v úklidové komoře. Nelze než doporučit, abyste se těchto pokynů drželi.

Každá nádoba s látkou, která hrozí nějakým nebezpečím, je dále označena výstražnými symboly. Jedná se o oranžový čtverec se symbolem. Také vozidla přepravující nebezpečné látky musí být vybavena tabulkou s číselnými údaji, charakterizujícími přepravovanou látku. V případě havárie zasahující jednotka dle těchto údajů rychle určí, o jakou látku jde a jaký zvolit postup k jejímu zneškodnění.

Výčet dalších oblastí činnosti jednotek požární ochrany by byl natolik obsáhlý, že by vydal na další knihu. Pro přehled si uveďme ty nejběžnější: požár, autonehoda, živelní pohroma, čerpání vody, únik nebezpečných látek a ekologická havárie, likvidace obtížného hmyzu, různé typy technických pomocí, záchrana z hloubek a výšek, záchrana na vodní hladině, odchyt zvířat, pomoc ZZS, zásahy s radiačním rizikem atd.

OCHRANA OBYVATELSTVA

Téma ochrany obyvatelstva se stalo nedílnou součástí programu, a proto si pojd'me přiblížit základní a nosná pravidla, která jsou zahrnuta také do metodické části této publikace.

Za základní způsob varování obyvatelstva je považováno vyhlášení varovného signálu a za základní prostředek poplachové rotační (motorové) sirény, elektronické sirény a další zařízení s vlastnostmi elektronických sirén (např. obecní rozhlas). Obecně tyto prvky označujeme jako koncové prvky varování.

Včasné a správné provedení varování a prvotního tísňového informování je jednou ze základních podmínek úspěšné realizace opatření na ochranu obyvatelstva a zahájení komunikace orgánů krizového řízení s obyvatelstvem v ohrožení. Pro zabezpečení tohoto úkolu je na území ČR budován a provozován Jednotný systém varování a vyrozumění (JSVV).

Pro předávání varovné informace koncovým prvkem varování se využívají předem stanovená akustická znamení - signál, po jehož přijetí jsou realizována ochranná opatření a činnosti. Po zaznění varovného signálu je realizováno verbální tísňové informování obyvatelstva. Varovná informace má charakter akustický (zvukový), verbální (mluvený) nebo optický (obrazový). Pro jejich šíření se využívají:

- koncové prvky varování - základní prostředek pro zabezpečení varování obyvatelstva v rámci provozovaného „Jednotného systému varování a vyrozumění“ na území jednotlivých krajů,
- rozhlasové a televizní vysílání - umožňuje plošnou informovanost a varování obyvatelstva a je smluvně zajištěno s Českým rozhlasem a Českou televizí, případně regionálními rozhlasovými stanicemi,
- mobilní vyhlášovací prostředky (VRZ na služebních vozidlech HZS, Policie ČR a Městské policie),
- telefonní zprávy a textové zprávy SMS na mobilní telefony,
- přímé varování občanů příslušníky složek IZS, případně dalšími pověřenými osobami.

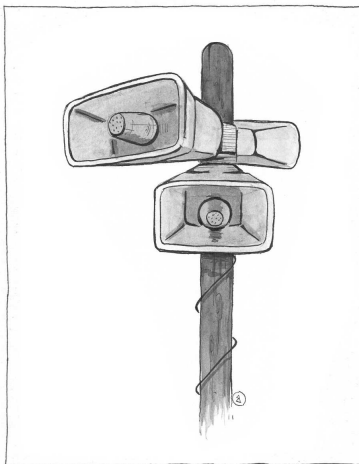
K informování o ukončení ohrožení bude využit obdobný způsob jako při jejich vyhlásování.

Zvuk sirény - Varovný signál

Sirény jsou spolehlivým prostředkem varování všech obyvatel před nebezpečím a mohou být použity podle potřeby jen místně na ohroženém územích, a vyžaduje-li to situace, i na území celého kraje, případně státu.

Obyvatelstvo je v případě hrozby nebo vzniku mimořádné události varováno především prostřednictvím varovného signálu „**Všeobecná výstraha**“. Tento signál je vyhlašován kolísavým tónem sirény po dobu 140 vteřin a může zaznít třikrát po sobě v cca tříminutových intervalech.

Obyvatelstvo je následně informováno např. rozhlasem, televizí, místním rozhlasem, tzv. mluvícími sirénami, vozidly složek integrovaného záchranného systému nebo jiným způsobem o tom, co se stalo a co se má v takovém případě dělat.



Kromě varovného signálu „Všeobecná výstraha“ existuje v České republice ještě signál „**Požární poplach**“. Tento signál je vyhlašován přerušovaným tónem sirény po dobu 1 minuty (25 vteřin trvalý tón, 10 vteřin přestávka, 25 vteřin trvalý tón) a není varovným signálem. Vyhlašuje se za účelem svolání jednotek požární ochrany. Signál „Požární poplach“ vyhlašovaný elektronickou sirénou napodobuje hlas trubky troubící tón „HÓ-ŘÍ“ po dobu jedné minuty.

Ověřování provozuschopnosti systému varování a vyrozumění se provádí zpravidla každou první středu v měsíci ve 12 hodin akustickou zkouškou koncových prvků varování zkušebním tónem (nepřerušovaný tón sirény po dobu 140 vteřin). O této skutečnosti se obyvatelé dozví z hromadných informačních prostředků.

Co dělat, když uslyšíme „Varovný signál“

Dále uvedené pokyny v této kapitole platí jen tehdy, pokud zjevně nejde o povodeň nebo zemětřesení.

1. Okamžitě se ukrýt

Při kolísavém tónu sirény je třeba se **neprodleně ukrýt všude tam, kde to bude jen trochu možné**, tedy co nejbližší místa, kde se nacházíme. Není vhodné se ukrývat ve sklepech ani suterénních místnostech. K účinné ochraně plně postačí jakákoliv zděná budova, ve které je nutno uzavřít dveře a okna.

Při cestě automobilem se doporučuje automobil okamžitě zaparkovat a vyhledat úkryt v nejbližší budově.

2. Zavřít dveře a okna

Po ukrytí v budově je třeba zavřít dveře a okna. Siréna může s velkou pravděpodobností signalizovat únik toxických látek, plynů, radiačních zplodin a jedů. Uzavřením prostoru se sníží pravděpodobnost vlastního zamoření.

3. Zapnout rádio nebo televizi

Informace o tom, co se stalo, proč byla spuštěna siréna a varováno obyvatelstvo a co dělat dále, jsou poskytovány v mimořádných zpravodajstvích hromadných sdělovacích prostředků. V případě výpadku elektrického proudu je vhodné využít radiopřijímače na baterie. Tyto informace jsou sdělovány i obecním rozhlasem, popř. elektronickými sirénami.

Evakuace - když musíme opustit byt

Může nastat situace, kdy v důsledku ohrožení mimořádnou událostí musí obyvatelé opustit své domovy a přemístit se na jiné bezpečné místo. V takovém případě hovoříme o „**evakuaci obyvatelstva**“, která je poněkud odlišná od evakuace spojené s krátkodobým hrozícím nebezpečím (ať v případě požáru nebo jiné mimořádné události), kdy nás hasiči evakuují do stanoveného bezpečného prostoru a po vesměs krátké době se opět můžeme vrátit domů nebo do školy.

Evakuace, jako jeden ze základních způsobů ochrany obyvatelstva, je souhrnem opatření zabezpečujících především přemístění osob, ale i hospodářského zvířectva a věcných prostředků z ohroženého prostoru na jiné bezpečné území.

Evakuace obyvatelstva je mimořádné opatření a podléhá jí v zásadě všechny osoby z daného území. Je obvykle dlouhodobá s více jak 48

hodinovým pobytem mimo domov. V tomto případě organizátoři evakuace realizují opatření plánovaná k zabezpečení evakuovaných osob, jako ubytování, stravování, zdravotnické zabezpečení a jiné - mluvíme o nouzovém přežití obyvatelstva v tzv. provizorních podmínkách se zajištěnými základními potřebami pro přežití.

Evakuace je nejčastěji organizována na základě rozhodnutí územně příslušných povodňových orgánů nebo příslušného krizového orgánu při vzniku přirozené povodně. V takovém případě je třeba uvažovat o evakuaci osob z ohrožených oblastí. Při odchodu z bytu nebo rodinného domku je nutné dodržovat stanovené zásady pro opuštění bytu:

- vzít s sebou připravené evakuační zavazadlo a dostavit se do určeného evakuačního střediska,
- ujistit se, zda i sousedé vědí o evakuaci a zda nepotřebují při její přípravě pomoc,
- dodržovat pokyny správních úřadů, měst a obcí, které organizují nebo zajišťují evakuaci.

V případě, že je k evakuaci použito vlastní vozidlo, je nutné dodržovat pokyny složek integrovaného záchranného systému, které organizují evakuaci.

Před opuštěním bytu obyvatelé (rodiče) nesmí zapomenout:

- uhasit otevřený oheň v topidlech,
- vypnout elektrické spotřebiče (kromě ledniček a mrazniček),
- uzavřít přívod vody a plynu,
- ověřit, zda i sousedé vědí, že mají opustit byt,
- vložit sobě i dětem do kapsy oděvu cedulku nebo lístek se jménem a adresou,
- vzít sebou kočky a psy,
- připravit si a vzít si s sebou evakuační zavazadlo pro celou rodinu,
- přesunout se do prostoru shromaždiště.

Evakuační zavazadlo

Evakuační zavazadlo se připravuje pro případ opuštění bytu v důsledku vzniku mimořádné události a nařízené evakuace. Jako evakuační zavazadlo poslouží např. batoh, cestovní taška nebo kufr. Zavazadlo musí být **označeno jménem a adresou** a obsahuje zejména:

- základní trvanlivé potraviny, nejlépe v konzervách, dobře zabalený chléb a pitnou vodu - vše na dva až tři dny,
- předměty denní potřeby, jídelní miska a příbor,
- osobní doklady, peníze, pojistné smlouvy a cennosti (ale např. i archiv rodinných fotografií a filmů),
- léky, které užívají, toaletní a hygienické potřeby,
- náhradní oděv, prádlo a obuv, pláštěnka, spací pytel nebo přikrývku, multifunkční kapesní nůž, zápalky, mobilní telefon, nabíječku, hry, knihu a jiné drobnosti,
- vhodné je i přenosné rádio s bateriemi a svítlna.

Základní zásady nouzového přežití

Opatření nouzového přežití se využívají při řešení mimořádných událostí a krizových situací, organizuje se pro obyvatelstvo, které muselo opustit svá obydlí a zahrnuje:

1. *Nouzové ubytování* - Prioritně se využívají objekty se stacionárním lůžkovým, stravovacím a hygienickým vybavením nebo zařízení s hygienickým vybavením a s prostory pro umístění lůžek. Pouze výjimečně se používají mobilní zařízení - maringotky, stany, přístřešky.
2. *Nouzové zásobování základními potravinami* - Zajištění pouze základních potravin a stravování s využitím stálých nebo mobilních stravovacích zařízení. Předpokládá se určitá redukce množství a složení stravy, výběru jídel.
3. *Nouzové zdroje pitné vody* - Zahrnuje jímací objekty nebo jejich skupiny v pohotovostním stavu včetně příslušných zařízení.
4. *Nouzové zásobování pitnou vodou* - Zabezpečení nezbytného množství vody v požadované jakosti, kdy je stávající systém zásobování vodou zcela

nebo částečně nefunkční. Zpravidla se zajišťuje pro první dva dny 5 litrů na osobu a den, pro třetí a další dny 10 až 15 litrů na osobu a den.

5. *Nouzové základní služby obyvatelstvu* - Rozumí se zajištění hlavně zdravotnické, sociální, hygienické, dopravní, technické, pohřební, poštovní a spojové služby, prádelny a čistírny, různé typy opravárenských služeb.
6. *Nouzové dodávky energií* - Zajištění energií pro důležité provozy a objekty potřebné k zabezpečení činnosti postiženého území, k tomu se využívá nouzové propojení energetických sítí, pojízdne a přenosné zdroje energií, zabezpečení dodávek především tuhých paliv.
7. *Organizování humanitární pomoci* - Je využívána výhradně k uspokojování základních životních potřeb postižených obyvatel, je doplňkovým zdrojem pro poskytování prostředků obyvatelstvu k zachování jeho života a zdraví po vzniku mimořádné události nebo krizové situace. K zajištění humanitární pomoci se hlavně využívají neziskové organizace, které se touto pomocí zabývají.

Zásady ochrany při úniku nebezpečné látky

Zkušenosti z různých mimořádných událostí ukazují, že neznalost hlavních a rozhodujících zásad chování obyvatelstva může podstatně zvýšit její ničivé následky. Charakteristickým rysem havárie s únikem nebezpečných látek je skutečnost, že přichází náhle a neočekávaně, a že nás postihuje zcela nepřipravené. Přitom k úniku nebezpečných chemických látek může dojít jednak působením člověka, u havárií způsobených přímo ve výrobě, při skladování nebo dopravní nehodě v důsledku přepravy nebezpečné látky, ale i vlivem přírodních účinků, především povodní, silného větru, sesuvů půdy a v poslední době i při teroristických útocích.

Nejvýznamnějšími nebezpečnými chemickými látkami z hlediska jejich četnosti jsou jednoznačně chlor a čpavek, které se vyskytují ve všech větších městech, kde se používají ve vodárnách, zimních stadionech, v zařízeních pro zpracování masa, mlékárnách, nemocnicích apod.

V případě havárie je důležité se **nepřibližovat k místu havárie a vyhledat vhodný úkryt**. V místě havárie je koncentrace nebezpečné chemické látky vždy nejvyšší a každé přiblížení k místu havárie bez ochrany dýchacích cest má za následek ohrožení zdraví. Vyhledat vhodný úkryt znamená **urychleně se ukrýt v nejbližším domě**, ve vyšších patrech na závětrné straně budovy a pokusit se místnosti utěsnit. Většina nebezpečných chemických látek

je těžší než vzduch, a proto se snadno dostávají do sklepních a přízemních místností. Z toho důvodu je zásadně nesprávné hledat úkryt právě tam. Pokud jsou obyvatelé právě doma, doporučuje se nikam nevycházet. Utěsněním oken v místnosti, ale i navlhčenými závěsy a záclonami, lze podstatně zamezit průniku nebezpečné látky do místnosti. Dále je nezbytné vypnout klimatizaci a utěsnit veškeré další větrací otvory.

Při havárii se může stát, že bude nevyhnutelné pobývat určitou dobu v zamořeném prostoru nebo jím projít. V tomto případě je nezbytně nutné **chránit dýchací cesty a povrch těla** pomocí prostředků individuální ochrany nebo takzvaných improvizovaných prostředků ochrany (viz další kapitola).

Pokud bylo provedeno varování obyvatelstva sirénami, vždy je potřeba sledovat regionální vysílání rozhlasu, televize, ale i obecních rozhlasů, ze kterých se lze dozvědět informace o tom, co se stalo a další konkrétní postupy činnosti na ohroženém území. Je třeba jednat vždy klidně a s rozvahou. Není žádoucí podléhat panice a zbytečně telefonovat z důvodů předcházení přetížení telefonních sítí. Obyvatelé by se měli vyvarovat větší fyzické námahy, čímž se zamezí zvýšení příjmu škodlivé látky do organismu.

Opustit byt lze pouze na pokyn velitele zasahujících složek integrovaného záchranného systému. Je nutno také poskytnout pomoc starým a nemocným lidem, lidem neschopným pohybu a přesvědčit se, jsou-li sousedé informováni, že mají opustit byt.

Prostředky improvizované ochrany osob

Pokud se člověk dostane do situace, že je nucen určitou dobu pobývat v prostoru ohroženém nebezpečnou látkou nebo tímto prostorem projít při evakuaci, je v takovém případě nutné, použít improvizované prostředky pro ochranu dýchacích cest a celého povrchu těla. Jako prostředky improvizované ochrany jsou vhodné veškeré oděvní součásti a jiné prostředky, dostupné v každé domácnosti.

- K ochraně dýchacích cest se používá navlhčená rouška ⁷⁾ (flanelová látka, složený kapesník, ručník, utěrka) přiložením na nos a ústa.

7) Navlhčení tkaniny v pitné vodě, jako provizorní opatření je vhodné především proto, že řada nebezpečných chemických látek je alespoň částečně rozpustná ve vodě. Při úniku nebezpečné látky kyselé povahy je žádoucí tkaninu navlhčit v roztoku pitné vody a zažívací sody v poměru 2 lžíce sody a 1 lžíce vody. V případě úniku amoniaku se použije roztok kyseliny citrónové v poměru 1 lžíce na 1 litr vody.

Upevňuje se v zátylku šálou či šátkem.

- Hlavu lze chránit čepicí, kloboukem, šálou či kuklou tak, aby vlasy byly úplně zakryty a zvolená pokrývka hlavy chránila též čelo, uši a krk.
- Oči je vhodné chránit brýlemi - lyžařskými, plaveckými či motoristickými, ale větrací průduchy je nutno přelepit lepicí páskou. Pokud nejsou tyto brýle k dispozici, chrání se oči přetažením průhledného igelitového sáčku přes hlavu a jeho stažením tkanicí či gumou v úrovni lícních kostí - nikoli přes vnější dýchací cesty (nos a ústa)!
- Povrch těla lze chránit kombinézou, kalhotami, pláštěnkou do deště, šustákovou sportovní soupravou - oděv je nutné dostatečně utěsnit u krku, rukávů a nohavic.
- Nohy je vhodné chránit nejlépe vysokými botami nebo holínkami a ruce zakrytím gumovými nebo koženými rukavicemi.

Obecně platí zásada, že každý druh oděvu poskytuje určitou míru ochrany, přičemž větší počet vrstev zvyšuje koeficient této ochrany. Ke všem oděvům je vhodné použít pláštěnku nebo plášť do deště. Při použití improvizovaných prostředků ochrany dbejte následujících zásad:

- celý povrch musí být zakryt, žádné místo nesmí zůstat nepokryté,
- všechny ochranné prostředky je nutno co nejlépe utěsnit,
- k dosažení vyšších ochranných účinků je nutno kombinovat více ochranných prostředků nebo použít oděvu v několika vrstvách.

Při návratu ze zamořeného prostředí je nutno odložit veškerý svrchní oděv do igelitového pytle a zavázat. Pokud je to možné, mělo by následovat pečlivé osprchování, otření a převléknutí do čistého oděvu.

NEBEZPEČÍ V PŘÍRODĚ A VE MĚSTĚ

Nejde o kompletní výčet nebezpečí v přírodě a ve městě, se kterými se můžeme setkat. Pro potřeby této publikace uvádíme jen ta, jejichž zpracování v obdobně tématicky zaměřených publikacích postrádáme.

Zralost a únosnost ledu

Zdravý led - průhledný nebo zbarvený podle barvy vody, bez bublinek a hladký. Podle lomu nebo průhledu zjistíme jeho tloušťku.

Zdravý led je bezpečný již při tloušťce 5 cm a mrazech pod mínus 10 °C. Při takové teplotě led narůstá. Na prudce tekoucích vodách je růst ledu pomalejší.

Pórovitý led - led, který obvykle narůstá tam, kde ve vodě působí chemické nebo organické látky, kde kvasí bahno nebo kde jsou ve vodě splašky. Takový led je plný bublinek. Přesto, že je silný a průhledný, je křehký a při oteplení je nebezpečný.

Praskání ledu - je způsobeno vymrzáním hladiny. Led je přimrzlý ke břehu, zamrzají přítoky a spodní prameny a hladina klesá. Led sedá na hladinu a praská. Při tomto jevu proboření nehrozí.

Bouřky

Za bouřky je lépe přerušit některé činnosti a vyhledat spolehlivý úkryt. Obzvláště nebezpečný je v tomto případě pobyt ve volné přírodě. Také není bezpečné telefonovat, pracovat s elektrickými a plynovými spotřebiči atd. Ačkoliv za bouřky většinou dobře „fouká“, není vhodné ani pouštění draků.

Dobrou ochranu před bleskem poskytují budovy. Nejbezpečnější jsou velké budovy s ocelovou či železobetonovou konstrukcí, respektive veškeré stavby dobře chráněné hromosvodem, případně i velká prostorná stavení bez hromosvodu. Zcela nevhodným úkrytem jsou malá stavení bez hromosvodu, například kůlny, ale i velká stavení s porušenou statikou (např. polorozpadlé kostely), neboť úder blesku může způsobit další narušení zdiva a hrozí zřícení. Uvnitř budov se zdržujte raději na suchém místě a dále od kamen, vodovodu, elektrospotřebičů, zásuvek a telefonu. Je vhodné zavřít okna a vypnout televizor, PC a další přístroje, jejichž součástí je obrazovka.

Zastihne-li bouře někoho venku bez možnosti úkrytu v blízké budově, neměl by zůstávat na kopcích a holých pláních a schovávat se pod osamělými stromy či pod převisy nízkých skal. Poměrně bezpečnými místy jsou husté lesy

a háje, úzká údolí, úpatí vysokých skalních stěn, jeskyně, městské ulice. Na rozlehlé holé pláni, je nejlépe přečkat bouři v podřepu s nohama u sebe.

Při jízdě automobilem je nutno zůstat uvnitř, dveře i okna nechat zavřená a není třeba se blesku obávat. Plechová karoserie poskytuje spolehlivou ochranu. V případě silných nárazů větru je třeba dávat spíše pozor na padající stromy či větve.

První pomoc při úrazech bleskem je stejná jako při ostatních úrazech způsobených elektrickým proudem a při popáleninách. Podle stavu zraněného bývá často nezbytné použít umělé dýchání, srdeční masáž, protišoková opatření.

Neznámé předměty

V přírodním prostředí, ale i v městských aglomeracích (zejména na periferiích, v průmyslových zónách, opuštěných provozech, továrnách atd.) se mohou nacházet různé předměty či nádoby neznámého původu a neznámého obsahu. Také v oblastech, kde jsou vojenské výcvikové prostory, zpravidla v terénu, existuje možnost nalezení munice. Ve všech takovýchto případech se žákům doporučuje k místu se nepřibližovat, nádoby neotvírat ani žádným způsobem nepoškozovat a nález oznámit PČR.

NĚKTERÁ TÉMATA PRVNÍ POMOCI A ZDRAVOVĚDY

Úraz elektrickým proudem

Při úrazu elektrickým proudem může dojít k bezvědomí a zástavě dechu. V místě vniknutí elektrického proudu do těla vznikají hluboké popáleniny. Vždy vyhledejte **lékařské ošetření**, i když se zdá, že postižený utrpěl jen malé popálení.

První pomoc

- vypněte proud nebo přerušete kontakt mezi postiženým a elektrickým vodičem,

Poznámka: Nesnažte se postiženého sami odtáhnout, mohli byste být zasaženi elektrickým proudem. Vodič odstraňte např. dřevěnou násadou smetáku.

- zjistěte, zda postižený dýchá, pokud ne, zahajte ihned umělé dýchání,
- pokud došlo k srdeční zástavě, provádějte srdeční masáž,
- začne-li postižený sám dýchat, uložte jej do stabilizované polohy a zavolejte lékaře,
- do příchodu lékaře setrvejte u nemocného a kontrolujte jeho životní funkce.

Popáleniny a opaření

Těžké poškození kůže a hlouběji uložených tkání vyvolané termickými vlivy. Vedle místního poškození může velmi rychle dojít k poruchám regulace a funkce jiných orgánů a orgánových soustav - rozvoj popáleninové nemoci.

Příčiny popálení

- zářivá energie (slunce, atomové záření, rentgen),
- horké tekutiny (voda, potraviny),
- působení plamene (oheň, oblouk),
- mechanické tření (lano),
- horká pevná tělesa (žehlička).

Rozsah a stupeň závažnosti

- **první stupeň** - zčervenání, puchýře, bolest,
- **druhý stupeň A** - zčervenání, bolest (povrchové kožní léze), zhojení bez jizev,
- **druhý stupeň B** - puchýře, bolest, anemická kůže (hluboké kožní léze), jizvy,
- **třetí stupeň** - nekróza, šedá, bílá nebo černá kůže, nejsou bolesti.

Zásady hodnocení stavu popáleného

Teplná škodlivina o teplotě kolem 60 °C musí působit asi 60 s, aby vznikla popálenina II. stupně. Při působení škodliviny o teplotě 100 °C stačí pouze 5 s a vznikne hluboká popálenina III. stupně.

První pomoc

- odstranit zdroj tepla, odstranění volného oděvu, osprchování,
- poskytnutí technické první pomoci: uhasit hořící oděv vodou, pokrývkou hozenou na postiženého, odstranit hořlavé látky z okolí,

Poznámka: Při hašení ohně pokrývkou, kabátem apod. nepoužívat látky z umělých hmot, které se taví a působí další popáleniny.

- z popálené plochy se zásadně nestrhává přichycený oděv a neodstraňují přiškvažené pevné látky - je však nutno sejmout těsné předměty - hodinky, prstýnek, náramek apod., dříve než mohou zaškrtit otékající část těla,
- popálené plochy se pokud možno nedotýkat, přes místo lze jemně přetáhnout čistý textil - kapesník, rána se nezasypává ani se do ní nevtráží oleje a masti,
- co nejdříve je potřeba ponořit



popálenou plochu do čisté studené vody (pitná voda) a pokud je to možné, přidržovat popálenou plochu pod proudící vodou (např. pod sprchou), chladit dokud se nezmírní bolest,

- není-li možné popálenou plochu ponořit a polévat, přikládá se na ni nebo se obaluje vlhkým čistým kusem tkaniny, namočeným ve studené vodě, lze na ni také přiložit plastový sáček s obsahem ledu nebo zmrzliny,
- neochlazují se pouze příliš rozsáhlé popáleniny se strženými puchýři a popáleniny III. stupně, tyto popáleniny se překryjí nebo jen zabalí do čistého kusu tkaniny,

Poznámka: Po chlazení kryjte popálenou plochu čistým, nejlépe vyžehleným a bílým kapesníkem, ručníkem, prostěradlem apod. Přes toto krytí, zvláště trvá-li bolest, můžete přiložit igelitový sáček naplněný studenou vodou, ledem apod. Popáleniny II. a III. stupně se velice snadno infikují.

- postiženému je potřeba poskytnout všechna protišoková opatření - zajistit klidné prostředí při pokojové teplotě, přikrýt ho zlehka tak, aby udržel své tělesné teplo, uklidňovat, dopřát zaujetí takové polohy, která mu přináší největší úlevu,
- podávají se tekutiny, je-li po ruce sůl, přidává se do 1 litru vody zarovnaná čajová lžice soli, voda se nesmí nepodávat pouze postiženým, kteří nejsou při plném vědomí nebo zvracejí nebo mají popálenou ústní sliznici či dýchací cesty,

Poznámka: V prvních 4 - 8 hodinách je popálený člověk ohrožen především šokem z velké ztráty tekutin.

- Je nutno zajistit zdravotnickou pomoc všem postiženým, u nichž je popálená plocha větší než dlaň jejich ruky.

Otravy zplodinami hoření a vybranými látkami

Obecné příznaky otrav se vyznačují vždy potížemi s dýcháním, celkovou slabostí a někdy i halucinacemi. Popíšme si nyní některé příznaky spojené s inhalací toxických zplodin ⁸⁾ běžně se vyskytujících u požárů:

8) Všechny plyny a páry, které po vdechnutí způsobují poškození dýchacích cest nebo celého organismu, nazýváme dráždivými plyny. Nejčastěji dochází k inhalaci chloru, fosgenu, amoniaku, oxidu siřičitého, oxidů dusíku a oxidu uhelnatého při různých nehodách. K akutnímu ohrožení života po inhalaci dráždivých plynů dochází následkem otoku plic, který se může tvořit okamžitě, nebo po 24 až 36 hodinách.

- bolest hlavy - oxid uhelnatý, oxidy dusíku, chlorované uhlovodíky,
 - rozšíření zornic - chlorované uhlovodíky,
 - zápach z úst - kyanovodík,
 - načervenalé zbarvení kůže - oxid uhelnatý,
 - bezvědomí - oxid uhelnatý,
 - pomalý nebo nepravidelný tep - kyanovodík,
 - zvracení - formaldehyd, sirovodík, chlor,
 - krev ve zvratkách - chlorovodík, chlor, páry kyseliny dusičné.
1. „Nadýchanou“ osobu (osoby) je vždy nutno vyvést nebo přenést ze zakouřeného prostředí co nejrychleji na čerstvý vzduch a bezpečné místo. Při známkách dušení se transport osoby (osob) provádí vždy v leže nebo v polosedě. Samostatný pohyb zasažených osob se nedoporučuje.
 2. Co nejdříve přivolejte odbornou pomoc.
 3. Vždy zůstaňte v blízkosti postiženého, zajistěte protišoková opatření (nepodávat tekutiny) a kontrolujte jeho stav. Je nezbytné soustavně kontrolovat základní životní funkce (dýchání a srdeční činnost). Zejména při poruchách vědomí je nezbytné neustále zjišťovat, zda postižený dostatečně dýchá následujícími způsoby:
 - naklonit hlavu k ústům a nosu postiženého tak, abychom cítili dech na svém uchu,
 - sledovat barvu postiženého, jsou-li rty, nehtová lůžka, jazyk, uši a špička nosu růžové nebo bledé,
 - lehce přiložit dlaň jedné ruky na hrudník a druhé na nadbřišek - pohyby by měly být patrné a hmatné.

Poznámka: Při poruchách vědomí se zvracením je postižený uložen do stabilizované polohy.
 4. Při zástavě dechu proveďte:
 - uvolnění dýchacích cest při bezvědomí,
 - umělé dýchání z úst do úst, dokud nezačne postižená osoba samostatně dýchat.

SKUPINOVÉ A INDIVIDUÁLNÍ ROZDÍLY MEZI DĚTMI

Skupinové rozdíly

Individuální rozdíly se kombinují se skupinovými, jimiž jsou ve škole především rozdíly mezi chlapci a dívkami a dále rozdíly podle věkových stupňů.

Rozdíly v získávání a fixaci nových znalostí (k učení) mezi chlapci a dívkami, jsou podle zkušeností z praxe zvláště v postoji k plnění povinností a k dodržování norem chování. U dívek jsou tyto postoje zpravidla kladnější. Jsou hodnoceny jako pilnější, svědomitější, „více se snaží“, „méně zlobí“. Na druhém stupni základní školy se však tento rozdíl zmenšuje a u značné části dívek dochází k oslabení uvedených příznivých znaků.

Zvláštnosti učení podle věku žáků, popřípadě podle jejich zralosti je možné stručně shrnout hlavně v těchto bodech:

- mladší děti potřebují k učení ve zvýšené míře vlastní činnost, nestačí jim pouhé sdělování informací, učení je nutné podpořit mnohem větším množstvím názorných pomůcek, podporného obrázkového materiálu apod.,
- u mladších dětí je efektivní převážně učení formou hry, s využitím bezděčného zapamatování,
- v mladším věku jsou zájmy nediferencované, dítě je zpočátku upoutáno čímkoli novým; ve vývoji dochází k diferenciaci, žák se zajímá o některou oblast nebo problematiku hlouběji a vytrvaleji, k jiným je jeho motivace slabší; u některých jedinců však klesá motivace ke školním činnostem ve všech formách, eventuálně spolu s nezájmem o jakékoli zájmové možnosti.

Děti mladšího školního věku

Na úrovni mladšího školního věku je práce s dětmi především nespecifická. Kognitivní (poznávací) procesy ještě nedovolují řešit (zpracovat) konkrétní operace, a proto také většina školních úkolů probíhá formou hry a poukazováním na správné způsoby chování a jednání. Hry jednoduché se postupně mění v soupeření s dodržováním jistých pravidel, jejichž upevňování je nezbytné pro další osobnostní růst dítěte.

Děti staršího školního věku

V průběhu tohoto věkového období dochází ke zrychlenému biologickému, psychickému i sociálnímu zrání. Počínající puberta představuje snad nejdynamičtější, komplexní proměnu v životě jedince, která nějakým způsobem modifikuje všechny složky osobnosti. Toto bouřlivé období rychlých proměn je doprovázeno otázkami: Kdo jsem já, jak mě vidí druzí, co ode mne očekávají, otázkami po smyslu života apod. Vztahy k rodičům, učitelům (dospělým), vrstevníkům, ale i k sobě samým dostávají novou dimenzi a začínají především zkoumáním sebe sama. Ze šťastného extroverta se může stát zamyšlený, zasněný, těkající, nejasně toužící, trpící a přesto novým vnitřním obzorem okouzlený, fascinovaný introvert.

Na dospělé se snadno přenesou city odporu a vzpoury. Každý, komu je již přes čtyřicet, je pro pubescenta, nezíská-li nějak jeho sympatie, starý, zkostnatělý, nemožně zaostalý. Pubescentní vzpoura je normální stádium a má svůj vývojový smysl. Uspadňuje vymanění z dětské citové závislosti (a pozdější vytvoření nového, zralejšího citového vztahu), je zkouškou vlastních sil.

Individuální péči zasluhuje každé dítě, tedy i průměrné, nenápadné, neodlišující se od ostatních ničím zvláštním. Je to zdůvodněno jak etickým hlediskem, tak skutečností, že z dětí v určitém období nenápadných se leckdy vyvinou děti problémové, neprospívající a neukázněné, nebo naopak vynikající jedinci.

Individuální rozdíly

Žáci jedné třídy se navzájem liší v mnoha aspektech učení a osobnosti. Jestliže se instruktor dokáže orientovat v jejich individuálních rozdílech, umožní mu to lépe se žáky pracovat a také s nimi lépe komunikovat, vycházet, vytvářet ve třídě příznivé emoční klima. V následujícím textu jsou stručně shrnuty hlavní poznatky o individuálních a skupinových rozdílech mezi dětmi.

Vnímání a motivace

Důležitým individuálním rozdílem mezi žáky jsou jejich zvláštnosti ve vnímání i v dalších poznávacích procesech. Např. individuální rozdíly v motivaci žáků se výrazně projevují již v tom, co je pro různé žáky odměnou. Instruktor by měl ovlivňovat žáky odměnami, ale problém je v tom, že co je pro jednoho lákavou odměnou, pro jiného nemá význam. ***Důležitým předpokladem***

výchovného působení je dobře poznávat, co dětem dělá radost a přináší jim uspokojení, co je jim odměnou.

Strach z neúspěchu se překrývá s tím, co se jinak označuje jako vysoký stupeň úzkostnosti (chápané jako rys osobnosti), silné trémy. Úzkostné osoby podávají zhoršený výkon v úlohách s časovým limitem. Naproti tomu u žáků s nízkou úzkostností její mírné zvýšení (např. právě časovým limitem) zlepšuje výkon. Vysoká úzkostnost dětí se zmenšuje např. již tím, že žák dostává pečlivé instrukce (co a jak si má osvojit, jak to má prokázat), pomůcky k zapamatování a má možnost dostatečného procvičení. Dospělý pomůže úzkostnému dítěti i sdělením, že výkon hodně závisí na tom, co si žák myslí o svém stavu a o svých možnostech („jsem nervózní“ - naproti tomu „mohu to zvládnout“).

Děti s různými typy postižení a obtíží

Při své práci s dětmi se samozřejmě setkáme se žáky s různými typy postižení a zdravotních obtíží, kteří jsou individuálně integrováni v běžných třídách nebo vřazení do specializovaných tříd, speciálních škol a podobně. Četnost různých forem postižení je různá a každý instruktor by měl před zahájením práce s dětmi včas získat potřebné informace od třídních vyučujících, zaměřené na výskyt takovýchto dětí, aby byl adekvátně připraven na všechny okolnosti, které mohou případně nastat. Pokusíme se proto seznámit vás s těmi formami obtíží, se kterými se můžete setkávat nejčastěji a jejichž typ postižení potřebuje individuální přístupy a často i specifické přizpůsobení programu práce s třídním kolektivem.

1. ADHD, ADD

Jde o označení pro celou řadu projevů dítěte na bázi strukturálních změn centrální nervové soustavy, jež se odchyľují od běžné normy, a jeví se jako nezvyklé, nápadné a zvláštní (nápadnosti a poruchy v dynamice psychických procesů, hyperaktivita až hypoaktivita, nesoustředěnost, malá vytrvalost, impulzivita, překotnost, výkyvy nálad a duševní výkonnosti, tělesná neobratnost, poruchy vnímání aj.). Dříve užívaným synonymem je též výraz „lehká dětská encefalopatie“ (LDE) nebo „lehká mozková dysfunkce“ (LMD).

Jak tedy pracovat s dětmi s poruchami pozornosti a hyperaktivitou? Zde je několik praktických rad:

- Sestavit jasný rozvrh činností a předem stanovit pro každého

srozumitelná a krátká pravidla chování v průběhu výuky.

- Zasedací pořádek organizovat tak, aby hyperaktivní dítě sedělo dohromady s ostatními blízko aktivity, ne však u okna a ne s dítětem se stejnou poruchou.
- Každá prudkost, vzrušení, by měla být zmírněna.
- Při nepřiměřeném chování žáka instruktor nezvyšuje hlas, reaguje tiše, klidně, chápavě a zúčastněně.
- Dovolte dětem jako pomůcku k zapamatování si svých povinností vystavit si nakreslené obrázky nebo si zapsat různé body.
- Pokud je to možné, je třeba odstranit z dosahu vše nežádoucí, co by mohlo odvádět pozornost.
- Při vysvětlování instruktor používá přímé, krátké a výstižné věty.
- Stůjte klidně a zůstaňte neteční, když se dítě začne chovat neklidně. Napomínat nebo vést diskuze je v této chvíli nesmyslné a nejlepší je počkat, až se dítě uklidní, potom se teprve bavit o tom, co se stalo.
- Dítě je dočasně pod silným vnitřním tlakem, proto se musí bez přestání kývat (houpat nohama), vyrušovat, hluchet a mluvit. Nemá jinou volbu! Dejte dítěti příležitost fyzické aktivity (pohyb).
- Pracujte, jak je to možné, v co nejmenších skupinách.
- Počítejte s delším pracovním časem pro hyperaktivní nebo naopak hypoaktivní děti!
- Důležité úkoly nenechávejte nakonec.
- Nechejte raději udělat dítě jednu část práce správně, než celou práci chybně. Chyby ihned opravte, aby se již neopakovaly.
- Odměňte pohotovost, ne jenom výsledek !
- Zesílit důležitý pokyn můžete pomocí uchopení ramene dítěte nebo vizuálního kontaktu.
- Chraňte dítě, aby se nestalo třídním kašparem, obětním beránkem atp.
- Nechť jsou vaše příkazy a instrukce jasné a jednoduché.
- Když dítě poruší pravidlo, nereagujte s posměchem nebo rozčileně. I když tato chyba nemůže být prominuta, uvědomte si, že je to jeden z příznaků jeho poruchy. Zeptejte se klidně dítěte, jaké pravidlo bylo

porušeno. Je-li to nutné, formulujte ho ještě jednou.

- Jako trest nesmí platit žádné opatření, které dítěti „zablokuje“ životně důležité potřeby“, přestávky a možnosti pohybu musí být dodržovány.
- Dítě potřebuje být neustále povzbuzováno. Při hodnocení prací označte barevně správné části a ohodnoťte je. Při zpětném hodnocení se koncentruje pozornost dítěte více na pozitivní aspekty práce.
- Vyměňte si se žákem několikrát „přátelské slovo“. Dítě by mělo pocítit, že se o ně upřímně zajímáte.
- Navrhněte, aby dítě ve třídě převzalo nějakou malou zodpovědnost, kterou dobře zná a která mu dělá radost. Nechejte je pocítit, že jeho příspěvek pro třídu je důležitý.
- Nešetřete povzbuzením, pochvalou a oceněním, zaříd'te věci tak, aby je dítě mohlo udělat dobře a vy je za to mohli pochválit (často je schopné dělat soustředěně pouze věci, které ho zajímají).
- Nedopust'te, aby se dítě naučilo něčemu nesprávně. Obtížně se potom přeučuje.
- Je vhodné zabránit vzniku pocitů méněcennosti a chránit dítě před trapnými a opakovanými zážitky neúspěchu v soutěžích a pod.

2. Mentální retardace

Jde postižení vývoje rozumových schopností, které vede i k omezení dítěte v jeho sociálním prostředí. Ve školách s upraveným vzdělávacím programem je možnost setkávat se nejčastěji s lehkým stupněm mentální retardace, která se stává zjevnou až na vyšších vývojových úrovních, kdy začne být od dítěte očekáváno řešení složitějších úkolů a situací. Bývá postižena především schopnost logického usuzování, myšlení bývá stereotypní a málo pružné, přitom mechanická paměť může být na relativně solidní úrovni.

Při dostatečné sociální opoře dosahují tito lidé v období dospívání téměř úplné samostatnosti, potřebují pak jen menší míru pomoci nebo rady pouze v nových, složitějších životních situacích. Zejména v období dospívání, kdy se uvolňuje pouto od rodiny a sílí vliv vrstevníků, mohou však být tyto děti při své často větší důvěřivosti a sugestibilitě snáze využívány nebo i zneužívány ze strany ostatních dětí či dospělých.

3. Epilepsie

Epilepsie je poměrně častým neurologickým onemocněním, kterým trpí cca. 4 % dětí. Projevuje se opakovaným záchvatovými projevy, často (ne však vždy) provázenými ztrátou vědomí. Pro zmírnění nebo eliminaci těchto stavů slouží odpovídající medikace. Asi pětina dětí s epilepsií současně trpí i mentální retardací, objevují se poruchy řeči, chování, pozornosti a hyperaktivity nebo naopak dominuje útlum a hypoaktivita. Děti s epilepsií často podávají ve škole nižší výkony, než by odpovídalo jejich rozumovým schopnostem.

4. Poruchy chování

Poruchy chování jsou u dětí definovány jako opakující se disociální, agresivní a vzdorovité chování, které porušuje společenské normy a očekávání přiměřená věku dítěte (krádeže, rvačky, krutost vůči lidem i zvířatům, opakované lži, záškoláctví, útoky z domova). Porucha chování bývá projevem:

- volání o pomoc v aktuální tíživé situaci (týrání, šikana apod.),
- citové deprivace v rodině nebo ústavním prostředí, kdy se děti cítí odmítány a vylučovány ze svého okolí,
- disharmonického vývoje osobnosti - těmto dětem chybí schopnost navázat vřelejší vztahy k jiným lidem, neprožívají lásku ani pocit viny, bývají impulzivní se silnými agresivními tendencemi,
- závažné psychické poruchy s patologickými rysy.



Ve své práci se můžeme setkávat rovněž s dětmi s různým typem tělesného handicapu, dětmi zrakově a sluchově postiženými. Zde je vždy na místě konzultace s třídním pedagogem z důvodu prokonzultování nutnosti stanovení speciálních přístupů. Zejména ve speciálních školách pro děti s tímto typem postižení se zřejmě neobejdeme bez spoluúčasti erudovaného pedagoga.

ÚLOHA MOTIVACE V PRÁCI S DĚTMI

Osobnost a motivace

Důležitou oblastí osobnosti je motivace. U lidí můžeme smyslně hovořit o obecném rysu motivace (jeden člověk může být silně motivován k úspěchu v povolání, jiný silně motivován k tomu, aby dobře vycházel s druhými a tak dále), zatímco současně můžeme hovořit o měnících se motivačních stavech („Jsem silně motivován zvládnout svou práci dnes, ale necítil jsem se tak zapálen včera.“). Mnohé obecné zásady motivování dětí v procesu výuky se zabývají motivací jako stránkou osobnosti, stránkou, která se na mnoha místech dotýká vyhlídek dítěte na úspěch nebo na selhání ve školním prostředí.

Většina teorií motivace začíná základními motivy přežití, s nimiž se rodíme. Ty jsou často nazývány pudy. Zahrnují pohnutku vyhledávat potravu při hladu, teplo při pocitu chladu, fyzické bezpečí při ohrožení, nápoj při žízni. Představujeme si, že hlad, žízeň atd. v nás vyvolávají napětí, kterého se pokoušíme zbavit vhodným činem. Pokud bychom neprožívali napětí jako nepříjemné, tak bychom samozřejmě zůstali tam, kde zrovna jsme, a zemřeli bychom. Kojenci, u nichž je vlastní aktivita, a tím i jejich nezávislost omezena tělesnou nezralostí, užívají pláče nebo křiku k získání pozornosti druhých, kteří za ně vykonají činy odstraňující prožívané napětí.

V našich složitých a uměle vytvářených prostředích jsou však tyto pudy, sloužící k přežití, po uplynutí kojeneckého věku zřídka silnými určujícími vlivy v chování, neboť s nimi spjaté potřeby jsou naplňovány se samozřejmou snadností. Existuje ale větší počet rozmanitých vnějších pobídek ovlivňujících motivaci a různé možnosti, jak záměrně formovat, vychovávat motivaci k činnostem ve škole. Můžeme je utřídit do několika skupin:

A. Novost situace nebo činnosti

Žáka kteréhokoli věku upoutává vše, co je pro něho nové. Je to projev zvědavosti, poznávací potřeby. Zvědavost žáků bývá upoutána názorným prezentováním tématu, ale také slovním vyjádřením rozporu, problému, odlišnosti od žákovy dosavadní zkušenosti, od jeho očekávání. Nejrozumnější situace mohou předložit obsah prezentovaného tématu jako poutavou hádanku, popřípadě mohou v žákovi vzbudit údiv, úžas, zážitek, což může opět vést k silně motivovanému zapojení se do činnosti. Na druhé straně má příznivý motivační účinek i to, když dítě v novém problému nalézá zároveň něco známého a pochopitelného. Přílišná složitost nebo úplná novost může

vzbuzovat strach, kdežto známé prvky dávají naději na zvládnutí problému.

B. Činnost žáka a uspokojení z ní

Na motivaci působí příznivě, není-li žák odsouzen k pasivní roli diváka a posluchače, ale má možnost vlastní výraznější aktivity. Působí přitom radost z činnosti a její potřeba. V tomto smyslu je potřebné navazovat na hry a zakomponovávat hrové momenty se silným motivačním účinkem.

C. Úspěch v činnosti

Dobrý výsledek je odměnou. Je pro dítě (i pro jeho okolí) dokladem toho, že překonal překážky a obtíže, že prokázal pozitivní vlastnosti - schopnosti a dovednosti, vůli a charakter, někdy i fyzické vlastnosti. Tím se uspokojuje potřeba dobrého výkonu, popřípadě vyniknutí a společenského uznání, i jiné motivační momenty, jako je „úsilí o získání dovedností nebo znalostí“, což je jeden z nejmocnějších činitelů v motivaci k aktivnímu zapojení se do činnosti. Úspěch také zvyšuje sebehodnocení, sebevědomí, žákovu jistotu. Příliš snadný úspěch netěší tak, jako úspěch v náročné činnosti. Aby žák prožíval svůj dobrý výsledek jako úspěch, předpokládá to, že byla i jistá možnost neúspěchu, jistá míra obtíží, překážek. Příliš snadné úkoly činí činnost málo zajímavou. Obtížný úkol a rovněž i dílčí neúspěch může motivovat ke zvýšenému úsilí, pokud ovšem má dítě naději, že se mu v dalším průběhu činnost zdaří. Naproti tomu těžké a opakované neúspěchy frustrují, často vedou ke ztrátě jistoty a k vážnému narušení motivace.

D. Sociální momenty

Sociální momenty se kombinují se všemi uvedenými činiteli při formování motivace. Dítě je při formování svých zájmů značně ovlivněno tím, co kladně hodnotí a považují za zajímavé ty osoby, se kterými má kladné vztahy: Někdo z rodičů nebo jiných členů rodiny, z oblíbených učitelů, známých, literárních hrdinů nebo skupina kamarádů. Motivace k určitému oboru se snáze formuje, když mladý člověk má před očima tzv. živý model, tedy příklad člověka, který je žákovi sympatický.

Motivace, zájem o určitou činnost, se prohlubuje v činnosti, v ní žák získává funkční libost i uspokojení z výsledků, z úspěchu a jeho společenského hodnocení, má příležitost ke společné činnosti a k upevnění sociálních vztahů,

poznává nové aspekty v průběhu učení, zvláště v průběhu aktivních učebních činností v příznivých osobních vztazích, v příznivém emočním klimatu. Na motivaci působí rušivě již samo nasycení: Nadměrné zabývání se např. jediným tématem, bez přestávek a bez vystřídání jinými činnostmi. Dále zde působí velké a opakované žákovy neúspěchy, ať již jsou výsledkem chyb a nedostatků dítěte nebo vnějších podmínek. Rušivě mohou působit nedostatky v osobních vztazích a v emočním klimatu (vztahy přednášejícího a žáků, vztahy uvnitř třídy, zesměšňování dítěte aj.) nebo nedostatky v metodě prezentace tématu.



Při užití vhodných metod a v souvislosti s celkovým vývojem osobnosti se může měnit struktura motivace k jakékoliv školní činnosti, žák má nadále zájem o danou tematiku, ale již působí silněji jiné dílčí motivy než dříve, např. ustupuje význam odměn a dílčích pochval, zato sílí působení specifické zvědavosti i potřeby nabízené a realizované činnosti.

DĚTSKÁ ASERTIVITA

Budeme-li mít dost odvahy k otevřenosti a ochotě riskovat ztrátu autority v očích dítěte podle tzv. „zaručených pravidel“ výchovy, budeme potom skutečné autority, které stojí za to občas v něčem následovat. Asertivita je k tomu jedním z opěrných bodů.

Úvodem je třeba asertivně prohlásit, že vždy nelze stanovit předem hotové návody ve smyslu: „Takto to udělejme a dobře se nám povede“. Asertivitu nelze chápat jako techniku, která umožňuje získat nějakých žádoucích výhod, případně účinnou obranu před požadavky dětského kolektivu. Spíše je třeba ji považovat za vnitřní postoj, při kterém respektujeme své i dětské hodnoty, potřeby, city. Jak uvidíme, vůči dětem má tento postoj své zvláštnosti, které respektují vývojové období dítěte. Neuplatňujeme tedy bezduché asertivní „techniky“ a „taktiky“ bez ohledu na toho, koho máme před sebou.

Pojem „asertivita“

Asertivita neboli asertivní jednání se zpravidla definuje jako jednání, které není ani pasivní (pasivně jednající člověk ustupuje, jednání je neúčinné, vzdává se toho, oč mu jde) ani agresivní (agresivní útok vyvolá buď protiútok nebo pasivitu, upírá právo na myšlenky a pocity druhým a výsledek jednání je výrazně ohrožen).

Ten, kdo se prosazuje asertivním způsobem, nemanipuluje s druhými lidmi, šetří jejich důstojnost, nesnaží se je přelstít ani převálcovat. Cílem asertivního jednání je tedy zajistit vzájemnou otevřenou komunikaci. Asertivita znamená, že chci být otevřený k tomu, co mi říká můj vnitřní hlas, mé svědomí, umím to sdělit druhému a počítám s tím, že partner má zase svůj vnitřní postoj, názor a potřeby, které smí sdělit mně. Je otázkou mého a partnerova rozhodnutí, zda si vyhovíme. Mohu asertivně trvat na svém, ale nemohu partnera nutit, aby mi vyhověl. Pak by šlo o vydírání, manipulaci nebo hrubé násilí.

Ukažme si tyto postoje na příkladech: Jako otci mi např. vadí nepořádek v pokoji mého dospívajícího syna. Mohu říci: „Rád bych, aby sis tu uklidil. Ano, vím, že je to tvůj pokoj a uklízet se ti nechce. Pojďme se dohodnout, že budeš mít vždy alespoň středem pokoje průchozí stezku a že tvé věci se nebudou povalovat mimo tvůj pokoj. Souhlasíš? Já ti mohu slíbit, že k tobě nebudu vodit své a máminy návštěvy.“

Velmi důležité je umět ocenit, co se mi na druhém líbí, v čem ho

obdivuji, umět mu říci, že ho mám v oblibě. (Zároveň za to nic nečekejme, to by byla zlá manipulace. Chvalme a mějme rádi bezpodmínečně!). Měli bychom umět říci druhému, co od něho potřebujeme, požádat ho o laskavost, spolupráci. Ale také umět odmítnout to, čím mě proti mé vůli omezuje, ačkoliv by nemusel. Naučme se požádat druhého, aby změnil vůči mně své chování. Také bychom měli umět přijmout kritiku jako něco, co mi může pomoci, co stojí za zamyšlení. Dospívající jistě ocení, když na jeho podrážděný výpad zareagujete např.: „Jsem rád, že mi to říkáš, i když se to moc dobře neposlouchá. Rád si s tebou vyjasním pohled na věc a pokud dělám chybu, změním to.“

Důležitá je schopnost vyjádřit svůj pocit a nezaměňovat ho s hodnocením a manipulací dítěte žádoucím směrem: „Mám takový pocit (?), žeš mi něco slíbil. Tohle má být podle tebe splnění toho slibu?“ místo nekomplikovaného „zlobím se na tebe, protože jsi neudělala, co jsme si řekli.“

Jsou děti asertivní?

Děti jsou přirozeně asertivní, tj. umějí bez velkých rozpaků žádat, odmítat a nemanipulují, dokud je to my, dospělí, nenaučíme. Zdravě vedené dítě si udržuje vědomí vlastních potřeb a cílů, od nejzákladnějších spojených s bezpečím a citovým zázemím i přiměřeným materiálním zajištěním, až po duchovní potřeby spojené s vlastním rozvojem, seberealizací.

Působením dospělých a učením v sociálních situacích se dítě postupně učí své cíle skrývat, potřeby nebrat vážně, případně žádné nemít a hlavně - nevyjadřovat je. K tomu je úspěšně dovedeme opakovanými výroky typu:

- „Tohle se přece nedělá...“ (tj. Protože to děláš, jsi neodpovědný hlupák.)
- „O všechno se vždy rozděl!“ (tj. Nemáš právo mít nic svého, nestojíš za to.)
- „Tohle snad nemyslíš vážně!“ (tj. Nevěř svým pocitům a myšlenkám, jsou nesprávné.)
- „Mlč, když mluví dospělí!“ (tj. Tvůj názor nemá žádnou váhu, počkej, až budeš velký.)
- „Neptej se už, bolí mě z tebe hlava!“ (tj. Můžeš za moje trable. Mlč a buď „hodný chlapec“.)

Desatero výchovných predsudků dospělých

(aneb jak úspěšně potlačit asertivitu)

- Představa, že zásadní je, co dítěti říkám a vedlejší, jak to říkám.
- Představa, že dospělý musí udržet vždy a za každou cenu svou autoritu.
- Představa, že pokud mě dítě nebo dospívající neposlechne nyní, neposlechne už ani příště.
- Představa, že dítě nemá právo znát důvody mých rozhodnutí, přání či zákazů.
- Představa, že dítě přece musí mít vždy čas, a je vždy svěží a pozorné k plnění mých pokynů.
- Představa, že dítě nebo dospívající musí rozumět tomu, jak myslím to, co říkám.
- Představa, že když mluvím, dítě mi musí vždy naslouchat.
- Představa, že co bylo v mládí dobré pro mě, musí být dobré i pro dítě.
- Představa, že dítě musí dělat „správné“ věci, a to právě tehdy, kdy je to z mého hlediska rozumné.
- Představa, že to, co očekávám od dítěte, nemá nic společného s tím, jak se sám před dítětem chovám a čím se ve svém nitru řídím.

Jak vést děti k asertivnímu jednání

1. Od útlého dětství respektujeme dítě jako svébytnou osobnost. Dítě má právo jít s naší počáteční podporou svou životní cestou, aniž by bylo povinno splňovat naše představy.
2. Poskytujeme dítěti častou pochvalu za žádoucí chování a ne, že pouze zlostně reagujeme na jeho chování nežádoucí.
3. Učíme dítě samostatnému rozhodování ve věcech přiměřených věku. Přiměřeně asertivní dospělý člověk dokáže unést odpovědnost za to, co si myslí, co chce a jak se chová. To vše může, ale také nemusí sdělovat druhým.
4. Naučíme dítě nebát se chybování. Každý má právo na objevování světa i sebeobjevování. Nikdy nevíme, kdy je to „správně“. Neberme dítěti odvahu hledat cestu, která vyhovuje jeho (nikoliv naší) přirozenosti.

5. Naučme dítě vyjadřovat agresivní pocity slovně. Pokud se dítě (nebo spíše jeho rodiče) nebojí vyjádřit nesouhlas, zlost a další záporné pocity nahlas a včas, ušetří sobě i druhým mnoho lítosti a vzteku. Dodejme k tomu sobě i dětem odvahu.
6. Učme dítě vyjadřovat svá práva a stát za nimi. Možná spíše pro nás, dospělé je problémem neupadnout ve věci vlastních práv do pasivního mlčení, nebo arogantního vyžadování a křiku, který použijeme ze strachu před neúspěšnou komunikací.
7. V komunikaci s dítětem i dospívajícím buďme upřímní, konkrétní, nekritizujme dítě, ale nežádoucí chování, učme dítě respektovat práva druhých lidí.
8. Trvejme na učiněném rozhodnutí, dítě velmi potřebuje slyšet rázné „ne“. Dítě potřebuje ke zdravému duševnímu vývoji jistotu a vedle věku přiměřené svobody i pevné hranice pravidel a určitých požadavků. Tento

pocit mu dá v dospívání odvahu pomalu opouštět a pak i opustit základní rodinu.



Jsou situace, kdy není vhodné s dítětem vyjednávat, namísto je jasný příkaz sloužící k ochraně jeho bezpečí a zdraví.

Bezohlednost k dítěti vede obvykle k otevřené agresi („Dostaneš facku a ono ti to dojde!“), nepřímým formám agrese („Počkej, však ty...“) nebo k zoufalství a vzdání se všech aktivit.

ZÁKLADY KOMUNIKACE V PEDAGOGICKÉ PRAXI

Jen jednou máte šanci zapůsobit prvním dojmem!

Když se poprvé setkáte s třídním kolektivem, vše co máte na sobě a vše, co děláte a řeknete (nebo neuděláte a neřeknete), poskytuje důležitou informaci o vašich postojích a přístupu k dětem. Všichni víme, jak důležitý je první dojem. Jakmile je vyvolán, často s námi zůstane po celou dobu. Špatné první dojmy často znamenají konec možnosti být u dětí oblíben.

První dojem zpravidla vzniká už během prvních 3 sekund setkání

Z tohoto důvodu je nutné předem získat co nejvíce poznatků a vědomostí o dětech, abychom se mohli „naprogramovat“ a vytvořit u třídy představu, kterou chceme od začátku zapůsobit.

Bariéry (překážky) efektivní komunikace

Jen těžko budeme v komunikaci s dětmi úspěšní, pokud nebudeme předem počítat s překážkami (bariérami), které mohou narušit naše úsilí a brzdit schopnost komunikovat. Řadu těchto bariér si až na výjimky (vyrušení třetí osobu, obecná hladina hluku apod.) vytváříme sami:

- obava a strach z neúspěchu (okamžitě se projeví v našem hlase, aniž bychom to mohli ovlivnit),
- rodinné a pracovní problémy, další starosti,
- přízvuk, rychlost mluvy (nutné přizpůsobit vnímání dětí),
- emoce a pocity (zlost, deprese, špatná nálada),
- fyzické nepohodlí (hlad, žízeň, ztuhlost z dlouhého sezení),
- přerušování hovoru partnera („skákání“ do řeči, neschopnost naslouchat),
- snění, nepozornost (myšlení zabíhavé, „duchem nepřítomen“),
- zabíhání od tématu díky vlastní neznalosti projednávané problematiky,
- odborná hantýrka nebo slang (klient nerozumí některým odborným nebo našim výrazům pro určitou činnost apod.).

***Slang a hantýrka jsou jako cizí jazyk,
ti, kteří jej neovládají se mohou cítit jako outsideři.***

Jak nesprávně komunikovat

Práce s dětmi je postavena prvořadě na komunikaci. Komunikace a šířeji vůbec styl chování (i ten má komunikační hodnotu) ovlivňují celkovou účinnost práce s žáky více, než některé další složky profesní vybavenosti. To je jedno východisko. A druhé, když je někdo dospělý, neznamená to automaticky, že dobře komunikuje. V komunikaci je tedy mnoho komunikačních obtíží a oč více se do ní s dětmi pouštíme, o to hůře si tyto chyby připouštíme. Každý by si tedy měl co chvíli nastavovat nějaké komunikační zrcadlo. Jedno takové vám chceme nabídnout.

Následující „inventář“ obsahuje některé základní popisné charakteristiky komunikace a chování, které mohou komplikovat práci s dětmi, ale i vztahy mezi lidmi zejména v profesních vztazích. Jejich poznání je základem možné změny.

Je jasné, že spoustu těchto věcí děláme více či méně běžně, více či méně často, více či méně intenzivně. Komunikační chyby děláme všichni a je to lidské. Kdybychom se stali dokonalými, patrně bychom se blížili druhovému zániku, proto komunikační nedostatky patří k našemu životu stejně jako komunikační úspěchy i jako permanentní výzva „něco s tím dělat“.

Může se vám zdát, že některé popsané prvky nemusí být znakem nedobré komunikace. Skutečně to tak může být (např. níže popsaný bojový postoj těla může být v situaci setkání s určitým druhem agrese užitečný, ale naopak, ve většině jiných běžných situací může komunikaci škodit. ***Kamaráda může naše ironie na jeho adresu potěšit coby vtipný výrok, žáka však rozladit nebo i natrvalo odradit.***

Jak nekomunikovat neverbálně

- nedívat se partnerovi do očí, příp. vůbec se na něj nedívat a naopak hledět do očí takřka nepřetržitě,
- tvářit se „asymetricky“ (úšklebky atd.), nechat běžet negativní mimiku (mračení),
- odvracet hlavu nebo nepotvrzovat neverbální naslouchání (např. pokyvy hlavou),
- přistupovat příliš blízko k partnerovi nebo tlačit jej svou blízkostí jinam,
- vykázat partnerovi prostor pro něj nevýhodný (např. nechat jej stát

- uprostřed místnosti),
- dýchat zblízka „ovoněným“ dechem (česnek, rum, sardinky),
- dělat „různá gesta“ (např. t'ukání na čelo...),
- zaujímat bojové pozice (ruce v bok, oči zpodvíček, rozkročené nohy),
- stavět před sebe bariéry z věcí,
- nevěnovat partnerovi zjevně pozornost,
- stát výše než partner nebo naopak usednout a nechat jej stát.

Jak nekomunikovat zvuky a zvukovou složkou řeči

- když mluví někdo jiný, funět, vzdychat, hekat, lomozit tužkou atd.,
- naslouchat, aniž bychom přitom zvukem („hm“) dali najevo, že skutečně nasloucháme (pokud naslouchání nepotvrzujeme jinak, např. hlavou, očima ap.),
- špatně artikulovat, polykat konce slov, mluvit v nevhodném tempu a rytmu,
- mluvit v nevhodné hlasitosti, zvyšovat hlas,
- nechat ve zvuku našeho hlasu řádit trému (chvění, zajíkání, brepty), ironii, pohrdání, podezření, příp. vztek až agresi.

Jak nekomunikovat organizací řeči, volbou slov a pod.

- mlčet tam, kde je potřebný opak,
- nezdravit, neopětovat pozdrav,
- opakovat se a rozvláčně řečnit,
- zapomínat, co jsem slíbil, že řeknu,
- volit nesrozumitelná slova a volit složité větné konstrukce,
- skákat partnerovi do řeči,
- vynechávat někoho v dialogu, neoslovovat jej (jiné ano), nedávat mu slovo.

Jak nekomunikovat obsahem řeči

- dořikávat za partnera jeho myšlenky,
- upozorňovat na závislost („Dokud tady budu já, tak musíš...“),
- připisovat role a činy („Ty máš být chytřejší, tak proč jsi je nechal...“),
- připisovat odpovědnosti („Kdyby nebylo tebe...“),
- značkovat („Jsi nemešlo...“) a ztrapňovat partnera,
- oslovovat někoho způsobem, který se mu nelíbí,
- neposkytovat zpětné vazby (typu „rozumím“ atd.),
- bagatelizovat obsah výroků partnera,
- shazovat sebe samého, neustále si na něco stěžovat,
- velmi často používat v řeči striktní příkazovou formu, neužívat „prosím“ atd.

Jak nekomunikovat dalším chováním

- nebrat člověka na vědomí, ignorovat jej,
- nezastat se člověka tam, kde je to bez problémů možné nebo potřebné,
- zneužívat jeho důvěry, nedodržovat to, co s ním bylo dohodnuto, podvádět,
- často „buzerovat“, nenechat v klidu, ačkoliv to není nezbytně nutné,
- přetěžovat člověka v případě, že věci, situace atd. nezvládá a potom mu to pěkně „spočítat“,
- záměrně komplikovat člověku jeho činnosti,
- mít dvojí metr, preferovat někoho tak, aby to bylo zjevně na úkor někoho dalšího.

Nečisté komunikační praktiky

Sami jsme se nenaučili sdělit druhému, co cítíme, co očekáváme, co chceme. Bojíme se (obvykle od raného mládí), že budeme odmítnuti, nepochopeni nebo dokonce zesměšněni. Je pro nás těžko únosná představa, že

by nám dítě nemuselo vyhovět, že by mohlo nesouhlasit, nutit nás do konfliktu. Svá přání proto vyjadřujeme nepřímou, pomocí nečistých manipulačních taktik. Svou úzkost z možného odmítnutí, pocit méněcennosti z neúspěchu přesouváme mimo sebe, na žáka. Manipulujeme tedy k pocitu viny („Víš vůbec, kolik nás tohle všechno stojí času?“), úzkosti („Co by tomu řekli tvoji rodiče nebo učitelé?“), méněcennosti („Copak se takhle chová rozumný kluk?“). Vydíráme vlastní bezmocností („Přece bys nechtěl, abych kvůli tobě musel...“), užíváme síly tam, kde došly argumenty („Na tohle sahat nebudeš a basta!“) a hrozíme ztrátou vztahu („Nebudu tě mít rád, když to uděláš!“).

Je toho víc než dost. Lze ovšem být v komunikaci šikovným, či dokonce mistrem. Ve hře je schopnost umět se vnímat, rozeznat a popsat, jak se chová, i statečnost přiznat si své chování. Pomoci vám ostatně může i někdo, kdo vás zná a je schopen se vůči vám postavit do pozice „objektivního kritika“, tedy ten, kdo vám nechce ublížit, ale naopak se nebojí na základě dobré znalosti vás samých říci, co si opravdu myslí.

JAK UPOUTAT, ZAMĚŘIT A UDRŽET POZORNOST ŽÁKŮ

Upoutat a udržet zájem a pozornost žáků nebývá vždy snadné. Udržet pozornost žáka zaměřenou na určitý úkol potom představuje zvlášť náročný problém, který vyžaduje, aby jej učitel zkoušel řešit nejrůznějšími metodami.

Způsoby, jak upoutat pozornost žáků

1. Dávejte žákům nejrůznější signály (zhasněte světlo, zablikejte, zazvoňte na zvonek, zvedněte ruku na znamení, aby děti také zvedly ruku a utišily se, zahrajte nějaký takt na piano nebo kytaru atd.).
2. Měňte hlas - střídějte hlasité mluvení s mluvením klidným nebo šeptáním. Zkuste nejprve udělit hlasitý pokyn: „Pozor!“, vzápětí na několik vteřin ztichnout a potom dále udělovat pokyny normálním hlasem.
3. Navazujte se žáky oční kontakt. Jestliže k žákům promlouváte, zejména při udělování pokynů, měli byste k nim stát čelem. Někdy žáci pracují ve skupinkách. Pro žáky, kteří sedí zády k vám a nevidí na vás, si musíte vymyslet nějaký signál, na který si tyto žáci obrátí židle a posadí se k vám čelem.
4. Vytvořte ve třídě atmosféru vzrušení a očekávání následující hodiny (či dokonce nadšení).
5. Vyvolávejte mezi žáky diskuzi a zájem o jednotlivá témata, proto jim položte na úvod hodiny nějakou zajímavou, spekulativní otázku.
6. Občas zkuste předstírat „hloupost“ a využít svého hereckého nadání.
7. Pracujte s různými záhadami. Přineste do třídy v krabici, tašce nebo povlaku na polštář nějaký předmět vztahující se k dané látce. Je to výborný způsob, jak u žáků vyvolat dohady, které mohou vést k vynikající diskuzi nebo slohového cvičení.
8. Před udělením dalších pokynů si zajistěte ticho.

Jak zaměřit pozornost žáků

1. Při udělování pokynů a výkladu využijte multisenzorických metod.
2. Používejte vizuální pomůcky. Při výkladu napište klíčová slova nebo umístěte obrázky na tabuli nebo zpětný projektor.

3. Využívejte barev. Pro zvýraznění pište na tabuli barevnými křídami, na zpětném projektoru barevnými fixy. Barevně odlišujte klíčová slova a věty, postupy řešení apod.
4. Vyznačte rukama nebo orámujte barevným rámečkem vizuální materiál, na který se mají žáci zaměřit.
5. Na písemný materiál, na nějž se žáci mají soustředit, ukažte prstem, perem nebo ukazovátkem.
6. Používejte baterku. Zhasněte světla ve třídě a zaměřte pozornost žáků tím, že si na jednotlivé předměty nebo jedince baterkou posvítíte.
7. Co nejčastěji do výuky začleňujte názorné a praktické ukázky.
8. Abyste žáky do vyučování aktivně zapojili, co nejčastěji jim vysvětlujte účel a důležitost jednotlivých úkolů.
9. Snažte se být žákům neustále na očích.
10. Snažte se, aby se váš hlas dobře nesl a aby vás všichni žáci slyšeli. Počítejte s rušivými zvuky v okolí třídy, například s hučícím topením či ruchem z ulice (tzv. bariérami efektivní komunikace).

Jak pomoci rozptýleným a nepozorným žákům

1. Posad'te si žáka co nejbliž'e k sobě.
2. Navazujte se žákem přímý oční kontakt.
3. Odstraňte žákovi z rukou a lavice předměty rozptylující pozornost.
4. Zajistěte, aby žák seděl mezi pozornými, dobře soustředěnými dětmi.
5. Využívejte fyzický kontakt (např. žákovi zlehka položte ruku na rameno nebo záda).
6. Využívejte pozitivního zpevnění a postupů či stimulů pro usměrnění chování (např. uděluje skupinám u jednotlivých lavic body za pozornost a vzorné plnění úkolu, využívejte individuální tabulky, smlouvy a karty, kam můžete zapisovat získané body, své iniciály či nalepovat nálepky atd.).
7. Pokud žák dává pozor, pochvalte ho: „Líbí se mi, jak Adam sleduje tabuli.“
8. Abyste rozptýlenému žákovi pomohli zaměřit pozornost, používejte osobně domluvené signály a připomínky, které jste si se žákem dohodli předem.

Poznámka: Když si instruktor ukáže na oči, znamená to „podívej se“. Jestliže ukáže na ucho, znamená to „poslouchej“. Když si ukáže (poklepe) na bradu, znamená to „dívej se mi do obličeje a dávej pozor“.

Jak udržet aktivní zapojení žáků do výuky

1. Dbejte stále na to, aby vyučování bylo srozumitelné.
2. Látku vykládejte živě a energicky.
3. Průtahům zabraňujte pečlivou přípravou na hodinu.
4. Používejte obrázky, gesta, různé pomůcky a vysoce zajímavé materiály.
5. Maximálnímu zapojení žáků do hodiny a udržení jejich pozornosti napomůžete, jestliže je necháte pracovat ve dvojicích nebo skupinách. Kooperativní učení je vynikající metodou, jak u žáků udržovat zaujetí pro věc a aktivní účast na hodině. Tato vyučovací dovednost je dnes pro vyučování naprosto nezbytná!
6. Dávejte žákům složitější otázky, na které nelze jednoznačně odpovědět, které vyžadují logické uvažování a podněcují kritické myšlení a diskuzi.
7. Zadejte žákům, aby si během výkladu psali stručné poznámky.
8. Používejte metodu vynechaných slov. Žáci obdrží texty s chybějícími klíčovými slovy, která mají během výkladu do textu doplnit. Potom si žáci klíčové body v textu barevně vyznačí.
9. Žáky vyvolávejte rovnoměrně. Mnozí učitelé totiž některé žáky bezděčně opomíjejí. Skutečnost, že žáky sedící na určitých místech ve třídě přehlíží nebo že více vyvolávají chlapce než dívky, si učitel zpravidla neuvědomuje. Někteří učitelé mívají sklon vyvolávat ty žáky, kteří jim vždy poskytnou informaci, jíž chtějí slyšet. Jiní učitelé zase záměrně vyvolávají žáky, kteří podle nich nejsou připraveni nebo odpověď neznají. Výzkumy, sledující přístup učitelů k žákům s odlišným pohlavím nebo příslušníkům etnických menšin, takové systematické odlišnosti ve vyvolávání prokazují.

Žáci bývají velmi všímaví, rychle vypořádají zvyky a systém svého učitele a vypočítají si, jaká je šance, že budou ve třídě vyvoláni. Ti, kteří své vyvolání tuší, pak budou více dávat pozor. Existují metody, které zajišťují, aby byli žáci vyvoláváni rovnoměrněji. Učitelé si možná budou chtít vyzkoušet následující:

- Připravte si balíček karet se jmény jednotlivých žáků. Při vyvolávání náhodně vytahujte z balíčku karty se jménem a pak je zase vracejte zpátky.
 - Jména žáků můžete napsat např. na dřívka od mražených krémů a ty pak při vyvolávání náhodně vytahovat.
 - Abyste mohli zkontrolovat vlastní sklony a vyzorovat, na jaké žáky reagujete nejvíce, natočte průběh vlastní hodiny příležitostně na video nebo nahrajte na magnetofonovou kazetu. Na základě této zpětné vazby se pak můžete více snažit reagovat na žáky, které jste možná dříve ignorovali.
 - Položte žákům na lavici kontrolní kartu. Vysvětlete jim, že se snažíte zajistit, aby byli vyvolávání spravedlivě. Požádejte je, aby na kartu udělali čárku pokaždé, když jsou na hodině vyvoláni. Tuto kontrolu lze uskutečnit v rámci jednoho dne, v průběhu několika dnů či týdne. Výsledky mohou učitelé hodně napovědět a děti na tom všeobecně rády spolupracují. Žáci rovněž považují metody založené na náhodě za spravedlivé.
10. Na odpověď žáků vyčkejte alespoň 5 vteřin. Mnozí žáci potřebují na zpracování otázky, uspořádání myšlenek a jejich vyjádření delší dobu. Zkuste otázky znovu formulovat, dávat otázky směřující ke kořenu věci a na odpověď déle čekat. Žákům, kteří na otázku zatím nedokáží odpovědět, řekněte, že se k nim po chvíli vrátíte, a potom tak učiňte.
11. Uzavřete se žákem speciální dohodu. K dětem, jež ostatní považují za slabé žáky, kteří nikdy neznají odpověď, přistupujte s citem. Abyste jim pomohli zvýšit sebeúctu, nebojte se s nimi v soukromí uzavřít určitou dohodu. Můžete jim navrhnout následující postup: Pokud žák zvedne ruku se zaťatou pěstí, nebude vyvolán. Jestliže zvedne ruku s otevřenou dlaní, bude se ho učitel každopádně snažit vyvolat.
- Poznámka: Tento postup velmi účinně mění pohled ostatních na ty žáky, kteří se přihlásí jen zřídka. Spolužáci totiž o dohodě o zaťaté pěstí nevědí a všimají si pouze toho, že daný žák odpověď asi zná a snaží se na hodině také něčím přispět.*
12. Aby žáci zaujetí a pozornost neztráceli, snažte se je do hodiny aktivně zapojit. Vyzkoušejte následující postupy:
- Spontánní vymýšlení nových nápadů. Přimějte žáky, aby vymýšleli nápady, které se vztahují k danému tématu. Učitel všechny nápady či příspěvky zapisuje na tabuli, velký arch papíru nebo zpětný projektor.

- Učitel žákům sdělí: „Obráťte se k partnerovi (nebo spolužákovi sedícímu na druhé straně, za vámi) a v několika minutách prodiskutujte následující problém.“ Nebo: „Společně se spolužákem sepište všechno, co vás napadne v souvislosti s...“
- Rychlé psaní. Dejte žákům omezenou dobu na to, aby napsali odpověď na vaši otázku nebo pobídku. Žák potom musí spolužákovi, skupině nebo třídě přečíst, co napsal.

ŘEČ TĚLA

Řeč těla je pro nás důležitá zejména z toho hlediska, že významně ovlivňuje náš úspěch či neúspěch v jakémkoli společenském střetu, a to osobním nebo profesním. Většina sdělovaných informací je předávána pomocí složité směsi vzezření, držení těla, vystupování, gestikulace, pohledů a mimických výrazů.

To co říkáme, často vede k úspěchu či neúspěchu daleko méně než to, jak to říkáme.

První dojem

Jak dlouho trvá udělat první dojem? Hodinu, den, měsíc nebo celý život? Naneštěstí pro každého, kdo si myslí, že může vytvářet dojem týdny nebo dokonce roky, svědčí průkazná fakta o tom, že první dojem si člověk vytvoří již během prvních **120 vteřin**. První dojmy jsou rozhodující v každodenním životě a jsou klíčové pro vytvoření trvalých společenských vztahů a harmonie v našem okolí. Během této krátké doby je nedostatek času pro působení pomocí mluveného slova. Prakticky všechny informace jsou navzájem předávány pomocí řeči těla a je prokázáno, že vytvoříme-li si jednou nějaký úsudek o jiné osobě, ať už příznivý nebo nepříznivý, jen těžko jej měníme - spíše než bychom měnili názor, překroučíme případnou novou informaci takovým způsobem, aby podporovala naše původní přesvědčení. Napravit špatný první dojem potom může znamenat dlouhý, trvalý a možná marný boj.

„Bublina“ osobního prostoru

Okolo každého z nás se rozprostírá skutečná, ale neviditelná „prostorová bublina“. Vnější okraj bubliny se nepřetržitě rozšiřuje nebo smršťuje v závislosti na našem vztahu k těm, kdo chtějí vstoupit do našeho teritoria.

Rozlišujeme čtyři hlavní rozměry neboli **zóny** osobního prostoru: **intimní, osobní, společenskou a veřejnou**. Ty je možno dále rozdělit na **užší a širší zóny**. Každá z nich představuje velikost „bubliny“, kterou se pokoušíme si udržet během různých setkání. Manipulací s těmito vzdálenostmi můžeme dosáhnout rychlejšího utváření výrazných a přátelských vztahů a prohlubovat jejich intenzitu. Stejně tak tím můžeme snadněji prosadit svoji autoritu, rychleji informovat o svém postavení a účinněji prosadit svoji osobnost vůči druhým.

1. Vzdálenost intimní

a) užší zóna - odstup 15 cm nebo méně (vyhrazena pro sex, objímání, útěchu a ochranu, případně pro tanec; do této zóny má svolení vstoupit např. lékař),

b) širší zóna - odstup 15 - 45 cm (umožňujeme přístup příbuzným, manželům, dětem, rodičům a blízkým přátelům).

Doporučení: Dbejte na to, abyste nikdy nenarušili intimní zónu dětí, jelikož tím vyvoláte silný pocit nátlaku a pravděpodobně i ohrožení..

2. Vzdálenost osobní

a) užší zóna - odstup 45 - 80 cm (vyhrazena pro blízké přátelé a příbuzné, aniž by vyvolali znepokojení),

b) širší zóna - odstup 80 - 100 cm (je používána k „udržení si lidí od těla“; vyhrazena pro rozhovor s kamarády, obchodními partnery apod.).

Doporučení: Pokud nás děti příliš neznají a tuto zónu narušíme, může být běžnou reakcí snaha o zachování odstupu a opatrné „ucouvnutí“.

3. Vzdálenost společenská

a) užší zóna - odstup 1 - 2 m (vyhrazena pro setkání s cizími lidmi a pro neosobní jednání),

b) širší zóna - odstup 2 - 3,5 m (na tuto vzdálenost zpravidla ke svým žákům hovoří učitelé, je vhodná při důležité, ale zcela neosobní komunikaci).

4. Vzdálenost veřejná

- odstup více jak 3,5 metru - používána při jednání s cizími lidmi, zvyšuje prestiž a autoritu těch, kdo si tuto vzdálenost dokážou udržet.

Skrytá síla stisku ruky

Každý z nás již pravděpodobně zažil stisk „leklé ryby“ a téměř jistě si také vytvořil na dotyčného člověka negativní názor od okamžiku, kdy si s ním ruku podal ruku. Někteří z nás již také doslova trpěli v rukou mužů železného stisku, považujících za znamení slabosti každé podání ruky, které nepřivodí zhmoždění alespoň několika záprstních kůstek.

Správným podání ruky, které je zpravidla prvním fyzickým kontaktem, můžete již během prvních pěti vteřin posílit již vytvořený dobrý dojem nebo v mnohém napravit počáteční dojem nepříznivý.

Během podání ruky jsou informace předávány několika způsoby:

1. Vzhled ruky (dlaně, prsty, nehty).
2. Hmatový vjem stisku (měkkost, jemnost nebo tvrdost).
3. Stupeň suchosti nebo vlhkosti ruky.
4. Použitá síla stisku.
5. Délka trvání kontaktu (průměr 5 - 6 vteřin).
6. Styl uchopení - dominantní styl, spojenecký styl a podřízený styl a další modifikace např. rukavice, uchopení za zápěstí apod.

Doporučení: Za všech okolností udržujte svou dlaň suchou, používejte střední sílu stisku, držte ruku druhého asi okolo 5 vteřin.

Jak správně „číst“ druhé

Extroverze - introverze

Signály řeči těla nám mohou pomoci stanovit, zda je člověk otevřený a extrovertní nebo příliš vážný a introvertní. Z jeho chování to nemusí být vždy zcela zřejmé, protože i introverti občas ztratí zábrany a extroverti se naopak zase někdy stáhnou do ulity,

- extroverti obvykle používají více přemrštěnou gestikulaci a snaží se ovládnout větší prostor než introverti,
- extroverti používají více přímého zrakového kontaktu, dívají se na druhé déle a častěji než introverti,
- extroverti mají sklon odvracet pohled doleva, kdežto introverti doprava.

Jak poznat nervozitu

Rozrušení lidé se prozrazují řadou nepatrných, ale nezaměnitelných signálů řeči těla - často dělají drobné šouravé pohyby nohama, hrají si se svým perem, tužkou, pohrávají si se svými vlasy, sbírají neviditelná smítka nebo se potahují za ucho.

Jak poznat klam

Mnozí lidé se domnívají, že lháře lze snadno odhalit - avšak mýlí se. Protože se lháři podvědomě obávají, že pohyby rukou nějak prozradí podvod, mají sklon k menší gestikulaci, dotýkají se více v oblasti obličeje (mnou si ucho), škrábou se na krku, dotýkají se očí,

- muži se dotýkají nosu a potom odvrátí pohled směrem dolů,
- ženy si jemně mnou kůži těsně pod okem a pak obvykle odvrátí pohled vzhůru.

Seznámení se s tímto stručným pojednáním o tajné řeči těla může vést k úspěchu i neúspěchu. Toto téma je velice rozsáhlé a díky rozsahu této publikace nemohlo být zdaleka řečeno vše - přesto je v těchto základech skryto mnohem více, než se na první pohled zdá.

Ať jde o uplatnění našich osobních půvabů nebo profesionálních schopností, řeč těla hovoří vždy nejhlasitěji ze všech.



STRACH A ÚZKOST

Strach má dvojí tvář

Jedním z přítomných pocitů člověka ve vyhraněných situacích (požár, autonehoda, živelní pohroma atd.) je strach, který je přirozenou zkušeností člověka. Plní ochrannou funkci, je nezbytný k přežití. Strach představuje nutnou fyziologickou a duševní přípravu na nebezpečné a ohrožující situace. Vybízí k opatrnosti, pomáhá realisticky odhadnout nebezpečí. Bez strachu, bez obav by lidstvo nepřežilo. Zároveň strach vyzývá k tomu, aby byl překonán. Sebevědomě a dobrovolně se postavit svému strachu, dát mu tvář, předpokládá důvěru ve vlastní síly. Jestliže se nám podaří strach zpracovat, posilujeme navíc své sebehodnocení.

Se vznikem a vývojem strachu se u dětí v průběhu života utvářejí strategie k jeho překonání. Přitom děti zjišťují, že někdy jsou bezmocně vystaveny nikoli strachu, ale dospělým, kteří nedůvěřují jejich tvořivému přístupu ke strachu. Nesmíme však zapomenout, že existují také strachy, jež omezují vývoj, strachy v pravém smyslu slova. Děti prožívají během svého života mnohé situace, které je vystavují tlaku. Někdy jde o přehnaně ochraňující styl výchovy, jenž dětem neposkytuje volnost, udržuje je ve skutečně tíživé tísní. Ale i opak vzbuzuje v dětech strach: Chybějící fyzický kontakt a opora, lhostejnost, citová prázdnota, na kterou nezřídka v pravém slova smyslu narážejí. Děti se cítí nepřijaty, prosí o projev přízně, což se může dít prostřednictvím nápadně rušivé akce nebo psychosomatických příznaků (jako bolesti hlavy, břicha). Pokud strach dosáhne rozměrů, které neumožňují normální život, ohrožují proces zrání dítěte a problematizují všední výkony, neplní už svou ochrannou funkci. Potom brání ve vývoji, stává se patologickým nebo neurotickým, ztrácí svou funkci zachování života, oslabuje, hrozí a zastrahuje.

Strach sloužící k zachování života je spojen s konstruktivními strategiemi k jeho překonání, které zprostředkují pocit síly - i k tomu má sloužit metodická část této publikace. Naproti tomu chorobný strach vede ke slabosti a zprostředkuje pocit bezmocnosti a vydání napospas.

Úzkost, strach a hrůza

Je strach a úzkost totéž? Strach představuje reakci na skutečné, někdy i zdánlivé nebezpečí. Dítě se domnívá, že je vystaveno určitému nebezpečí, cítí se mu vydáno napospas, myslí si, že je ohroženo objektem, který v něm vyvolává strach. Dítě, které jednou požár nebo autonehodu, může při

dalších setkáních s touto situací mít strach. Ten ovšem v průběhu vývoje může pominout. Dítě je zralejší, cítí se silnější, a tím i méně vystaveno objektu svého strachu. Napětí mezi vlastní slabostí a silou pocíťovaného ohrožení se zmenšuje.

Zatímco strach je často vázán jen na jeden objekt nebo situaci, vyznačuje se úzkost nezřídka nejasnou mnohoznačností, která znečišťuje a působí jako nebezpečný podnět. Úzkost může být navíc trvalá. Je spojena s pocity, jež mají ochromující účinek nebo podněcují k útěku a jsou spojeny se slabostí, nemohoucností a bezmocností. Úzkost jde často ruku v ruce s bezmocností, která vyvolává pocit, že člověk není schopen nebezpečnou situaci konstruktivně zvládnout. Fobie představuje přenesenou úzkost, tj. úzkost, která je spojena s určitou představou a nutí k určitým aktivitám (např. nutí k umytí) nebo naopak k jejich zamezení (např. nepoužívat výtah). Takové vyhýbavé chování může být rozsáhlé.

Poznámka: Vedle různých fobií se může u dětí objevit také školní fobie. Děti se zdráhají chodit do školy. Už jenom pomyslení na ni je spojeno s bolestmi břicha a hlavy, s nevolností a zvracením, s nechutenstvím a poruchami spánku. Jakmile smí dítě zůstat doma, příznaky obvykle zmizí. I tento typ fobie může být přenesenou úzkostí. Nezřídka souvisí s nepříjemnými zážitky ve škole (posmívání, strach z neúspěchu a selhání, šikana, necitlivý přístup pedagoga), ale i s problematickou situací v rodině (např. nedůsledná výchova, konkurenční výchovné postoje rodičů, přehnaně ochraňující a omezující výchova).

Úzkost, strach a fobie z určitých objektů a situací lze tedy získat. Vzniká většinou v situaci, kdy se potká několik prvků: Například náhlý vjem a následný náhlý zážitek.

Strach je pocit

Strachy se projevují tělesně, jsou spojeny s pocity. Ustrašený člověk má vykulené oči (nebo je zavře, zakryje si je), zorničky jsou rozšířené, uši nastražené nebo zacpané. Člověk, který se bojí, má husí kůži nebo návaly pocení, červená v obličeji, srdce mu rychle buší, ruce se mu třesou nebo jsou ledově vlhké. Sřeva a ledviny pracují rychle, přichází průjem nebo zažívací potíže. U každého člověka se strach projevuje svým vlastním způsobem. Ale obecně platí: **Čím neznámější a nejasnější se jeví situace vyvolávající strach, tím hrozivěji jej dítě pocítuje.**

Racionalizací (snahou o rozumové vysvětlení - „Nemusíš přece mít strach!“), ignorováním („Vždyť to není tak hrozné!“), dramatizováním

(„Chudinko malá, takové ošklivé sny!“) dětem nepomůžeme. Pocity strachu nejsou vhodné k tomu, abychom se snažili udržet děti malé a závislé. Děti chtějí být přijímány se všemi svými pocity. Chtějí, aby je dospělí brali vážně i s jejich strachem.

Strach se projevuje prostřednictvím pocitů. Ale ne každý dětský strach se před dospělým projeví. Existují utajené, skryté strachy, které lze rozeznat podle rozmanitých příznaků:

- **Regrese.** Šestileté dítě se po narození sestřičky začalo znovu pomočovat. Mluví dětskou řečí, žvatlá, chce znovu pleny.
- **Žádné projevy zvědavosti a dobrovolná izolace.** Dítě je ve školní družině nápadně tím, že si na nic netroufá, k nikomu jinému se nepřiblíží. Zdá se tiché, pasivní, nenavazuje s nikým kontakt.
- **Pasivita a nadměrná přizpůsobivost.** Dítě je ve škole i ve školní družině takřka nenápadné. Je uzavřené, mluví potichu, má vadné držení těla. Každý úkol splní „na výbornou“. Ví, že doma získá pozornost pouze svými výkony.
- **Netrpělivost, vyrušování, agrese.** Dítě je „třídní šašek“, jenž se svými aktivitami dostává do středu pozornosti. Ze strany rodičů se setkává s výchovným stylem bez omezení, který si vykládá jako lhostejnost vůči své osobě.
- **Nedostatek odstupu.** Dítě jde ochotně ke každé osobě ve své bezprostřední blízkosti, sedne si jí na klín, obejmě ji a dá jí pus. Působí důvěřivě, skoro jako by neznalo strach. Tím se vystavuje zcela bez ochrany komplikovaným situacím.

Utajené, skryté strachy se schovávají za celou řadu příznaků, které nemusejí svědčit pouze o strachu samém. Abychom mohli příznaky přiměřeně interpretovat, je bezpodmínečně nutné přesné pozorování dítěte. Vnější projevy chování samy o sobě nestačí k tomu, abychom je určili jako příznak strachu.

Strachy mohou být zpracovány

Svět beze strachu je pouhá iluze. Výchova, která se chce strachu vyhýbat, formuje děti stejně života neschopné jako ta, jež je prostřednictvím strachu vystavuje tlaku. Děti jsou během svého života konfrontovány s mnohotvárnými zkušenostmi, které s sebou přinášejí citové vlivy a zátěže a zanechávají stopy. Samostatné zpracování a překonání strachu je důležité pro

formování identity vlastního já a vytváření pocitu sebedůvěry. Děti mají své zcela vlastní cesty k překonání strachu: Inscenují svůj strach, dávají mu tvář. Ačkoli je každé zpracování jedinečné a liší se od dítěte k dítěti, mohou ho opatření ze strany dospělých podpořit:

- Dejte dítěti pocit jistoty a bezpečí. Důvěřujte mu, že strach překoná. Čím jistěji se dítě bude cítit, tím více bude důvěřovat vlastním schopnostem, o to tvořivěji bude k dané situaci přistupovat.
- Je třeba brát dětské strachy vážně - ani je nepodceňovat, ani příliš nedramatizovat. Rozumová vysvětlení nepomáhají. Důležité je aktivně dítěti naslouchat, projevit spoluúčast a porozumění. A hlavně neřešit problém za dítě. Při překonávání strachu má dítě spolupracovat. Proto je důležité zeptat se ho: Jak můžeš přispět k překonání svého vlastního strachu? Děti jsou plné nápadů, magie a fantazie. Ty, které nechtějí spolupracovat, možná využívají svůj strach účelově, aby - nevědomě - dosáhly určitého cíle (např. vzbudily pozornost, smířily se s pocitem viny, vyvolaly pocit bezmocnosti).
- Strach přichází rychle, ale někdy odchází pomalu. Nelze jej překonat ze dne na den. Každé dítě má své vlastní tempo, své vlastní postupy. Ne všechny vnější vlivy, včetně temperamentu dítěte, trvale ovlivňují rychlost, s jakou je strach překonán.

Mnoho pedagogů a rodičů pozoruje, že děti jsou, pokud jde o strach, zcela odlišné, že úplně jiným způsobem jednájí v situaci vyvolávající strach, vyvíjejí různé strategie, jak svůj strach překonat. Úzkostlivost a bojácnost jsou bezpochyby podmíněny vlohami, závisejí na temperamentu a tělesné konstituci dítěte. Již u kojenců lze pozorovat, jak rozdílně reagují: Někteří jen vyrovnaně leží, dají se rychle uklidnit a utiшит, dlouho a vydatně spí, usmívají se, působí klidně. Jiní se již brzy zdají váhaví, plaší, snadno se budí, poleká je každý zvuk, každá změna situace je pravidelně vyvede z míry, rychleji reagují strachem.

Ale genetické podmínky a temperament nemusí představovat doživotní osud. I bojácné a nevyrovnané dítě může získat sebevědomí a důvěru, může mít pevně v rukou utváření svého života. Naopak z vyrovnaného, stabilního dítěte se může stát sociálně nejistě, tiché, pasivní stvoření.

Váhavé, nevyrovnané děti to mají nejtěžší, jestliže je neustále srovnáváme. Až příliš často to dělají samy - někdy s výsledkem, který je sklíčuje. Zjišťují, co všechno neumějí, získávají o sobě negativní obraz a ustupují do ústraní. Vzniká začarovaný kruh, který je nijak nepovzbuzuje, daleko spíše se opakuje jako negativně se naplňující předpověď. Rodiče a

pedagogové jsou pak netrpěliví: Nabízíme dětem optimální prostředí, všichni se o dítě starají, všichni se mu maximálně věnují, a přesto je nesmělé, bojácné, působí váhavě, je náladové, objevují se u něj nepravidelnosti v jídle a ve spánku. Narůstá frustrace, šíří se zloba, vznikají pocity selhání. Dítě se cítí utrápené, zdá se mu, že je osud nespravedlivý.

Pochopení, že chování je geneticky podmíněné, může učitele i rodiče dovést k tomu, že se usilovněji a bez předsudků postaví na stranu dítěte, že mu nabídnou „doprovod“ a pomoc, místo aby, někdy nevědomky, pracovali proti němu.

TĚLESNÉ A PSYCHICKÉ TÝRÁNÍ

V pedagogické praxi instruktora preventivního programu nelze vyloučit, že se setká s tzv. **syndromem „CAN“** („CAN“ = Child Abuse and Neglect) - tedy **syndrom týraného, zneužívaného a zanedbávaného dítěte**. K tomu, abychom byli schopni alespoň orientačně rozlišit, kdy a jak k týrání může docházet, slouží právě tato kapitola.

Vlastní konfrontace s týráním dětí je pro většinu „normálních“ lidí těžko pochopitelná a cizí. K našemu přesvědčení patří to, že děti týrají pouze patologické osobnosti, „primitivové“. Jsme přesvědčeni, že to nemůže být náš kamarád, kolega, soused nebo dokonce příbuzný. Opak však může být pravdou!

Tělesné týrání je dle podle Zdravotní komise Rady Evropy definováno jako „tělesné ublížení dítěti anebo jeho nezabránění, příp. nezabránění utrpení dítěte, včetně úmyslného otrávení nebo udušení dítěte, a to tam, kde je určitá znalost či důvodné podezření, že zranění bylo způsobeno anebo, že mu vědomě nebylo zabráněno“.

Psychické týrání zahrnuje „chování, které má vážný negativní vliv na citový vývoj dítěte a vývoj jeho chování“. Psychické týrání může mít formu verbálních útoků na sebevědomí dítěte, opakované ponižování dítěte či jeho zavrhování. Vystavování dítěte násilí nebo vážným konfliktům doma, násilná izolace, omezování dítěte, vyvolávání situace, kdy dítě má skoro stále pocit strachu, což může též působit psychické ublížení.

Formy týrání

Fyzické týrání

Jedná se nejen o vědomé tělesné ubližování dítěti, ale také nezabránění takovému zacházení s dítětem. Představuje vlastně všechny nepřiměřené akty násilí na dítěti. Zahrnuje vedle hrubého útoku na dítě, jehož důsledkem je tělesné zranění, trvalé poškození dítěte nebo dokonce úmrtí dítěte, také pravidelně užívané tělesné trestání dítěte užívané jako převažující výchovný prostředek.

Formy: Nepřiměřené bití rukou (facky) či různými nástroji (vařečka, řemen), kopání do dítěte, údery pěstí (s následkem poranění vnitřních orgánů), popáleniny (např. cigaretou), opáření, bodné rány, vytrhávání vlasů, nepřiměřené tahání za ušní boltce (způsobující trhliny), odmrštění a odhození dítěte, škrcení, dušení, svazování, připoutání, silné třesení (zejména s malým dítětem), odnímání spánku, potravy.

Psychické týrání

Představuje takové chování vůči dítěti, které má negativní dopad na citový vývoj dítěte, vývoj jeho chování, osobnosti a sebehodnocení či negativní dopad na rozvoj interpersonálních vztahů. Psychické týrání v podstatě vždy provází ostatní diagnostické kategorie syndromu CAN - fyzické týrání, sexuální zneužívání, šikanování, navíc se může vyskytovat samo o sobě.

Formy: Časté nadávky, ponižování, zesměšňování, opovrhování, výhrůžky, vyvolávání strachu u dítěte, citové vydírání (např. "Když se nebudeš učit, utrápíš mě", "Když budeš zlobit, zabije mě to"), permanentní srovnávání s úspěšnějším sourozencem, nepřiměřené přetěžování domácími povinnostmi či péčí o sourozence, požadavek nereálných výkonů (ve škole, ve sportu, v hudbě aj.), násilná izolace dítěte od vrstevníků či ostatních osob.



Obsáhlou kategorii tvoří psychické týrání související s předrozvodovou, rozvodovou a porozvodovou situací rodičů, kdy bývá dítě vystaveno dlouhodobé a nepřiměřené zátěži. Tato problematika tzv. syndromu „PAS“ zahrnuje především zatahování dítěte do konfliktů mezi rodiči, zneužívání dítěte jako „svědka“, negativní ovlivňování dítěte proti druhému rodiči, bránění ve styku dítěte s druhým rodičem (resp. nepřipravení dítěte žádoucím způsobem na styk s druhým rodičem).

Sexuální zneužívání

Jedná se o každé nepatřičné vystavení dítěte sexuálnímu kontaktu či chování, které vede především k uspokojování sexuálních potřeb zneuživatelé. Dítě je zákonem plně chráněno před sexuálními kontakty v jakékoliv formě až do svých 15 let. Věková hranice není stanovena tam, kde je zneužíváno závislosti jedné osoby na druhé.

Sexuální zneužívání zahrnuje všechny formy chování se sexuálním podtextem, tedy i ty, kdy dítě na první pohled nestrádá - dítě může některé formy sexuálního zneužívání prožívat jako relativně tělesně příjemné, ale i tehdy má sexuální zneužívání závažný negativní dopad na jeho další psychický

vývoj! Zneužívatelem může být v podstatě kdokoli, avšak mnohem častěji to bývá osoba, kterou dítě dobře zná - osoba příbuzná či rodině dobře známá, méně často pak osoba cizí. Zneuživatel může působit na okolí dobrým dojmem, může zastávat v zaměstnání prestižní místo, mít dobré vystupování.

Formy: Bezkontaktní sexuální zneužívání (obnažování se nebo masturbace před dítětem, pozorování nahého dítěte za účelem vlastního sexuálního uspokojení, vystavení dítěte sledování pornografických materiálů, přinucení dítěte sledovat soulož), kontaktní sexuální zneužívání (osahávání či líbání dítěte na intimních místech, nucení dítěte, aby manipulovalo pohlavními orgány svými či zneuživatele, různé druhy sexu s dítětem včetně znásilnění), komerční sexuální zneužívání (dětská pornografie nebo dětská prostituce).

Zanedbávání

Znamená takový nedostatek péče, který zapříčiňuje vážnou újmu na vývoji dítěte, a to v oblasti tělesné i duševní.

Formy: Tělesné zanedbávání (neuspokojování tělesných potřeb dítěte - nedostatek přiměřeného jídla, pití, přístřeší, oblečení, nedostatečná lékařská péče a zanedbávání prevence, např. povinného očkování), citové zanedbávání (neuspokojování citových potřeb dítěte, nedostatek náklonnosti, lásky), zanedbávání výchovy a vzdělání (neodůvodněná absence ve škole, nepřiměřená dětská práce bránící naplňování vzdělávání), zanedbávání dozoru (ponechání zejména malých dětí bez adekvátního dohledu).

Šikanování

Agrese (fyzická i verbální) vůči jedinci slabšímu fyzicky nebo v závislém postavení.

Formy: Ponižování, zesměšňování nepřiměřenými či nesplnitelnými úkoly, vynuucování „poslušnosti“, přinucení vykonávat práci za „silnějšího“, vydírání, vyžadování finančních či jiných materiálních služeb apod.

Systémové týrání (druhotné ponižování)

Je týrání dítěte tím systémem, který původně vznikl na ochranu dítěte.

Formy: Opakovaná a nadbytečná lékařská vyšetření, ponižování, přetěžování, neadekvátní přístup k dítěti (instituce školské), zanedbávání či špatná péče v

kolektivních zařízeních (jesle, MŠ, dětské domovy), rozhodování o osudu dítěte bez dostatečné objektivní informovanosti o situaci, oddělení dítěte od rodiny tam, kde to není nevyhnutelně nutné (OPD, soudy), nadbytečné přetěžování či trauma způsobené dítěti při kontaktu s policejním a soudním systémem (opakované výpovědi a nedůvěra v to, co dítě říká, obviňování dítěte - „... a ty jsi ho svedla“, přenášení zodpovědnosti na dítě).

Některé nejčastější příčiny týrání

a) temperament dětí

Negativní postoje vyvolávají u některých rodičů děti s tzv. obtížným temperamentem, které charakterizuje zvýšená plačtivost, impulzivní chování, nepravidelnost rytmu spánku a jídla apod. Tyto děti navíc působí dojmem, že svoje chování neovládají záměrně a agresivitu rodiče vědomě provokují. Tento mechanismus je vlastní dětem, které u svých rodičů nedosahují přiměřenou reakci na svoje potřeby a snaží se vyvolání citové interakce s rodičem i za cenu verbálního a fyzického násilí ze strany rodiče.

b) děti handicapované

Tyto děti jsou vystaveny ubližování, včetně týrání a pohlavnímu zneužívání, častěji než jejich vrstevníci. Jedním z důvodů je naprostá závislost postiženého dítěte na svém pečovateli, který je s invalidním dítětem ve stabilním kontaktu, což významně limituje možnosti dítěte ubránit se. Příčinou ubližování postiženému dítěti je obvykle narůstající frustrace z náročné péče a z nenaplněných ambicí na straně rodiče.

c) nereálná očekávání od dítěte

Dalším rizikovým faktorem na straně rodiče jsou jeho nadměrná a nereálná očekávání od svého dítěte. Ambiciózní rodič se nemůže smířit s tím, že se jeho dítě neprojevuje jako „geniální“, či neprojevuje dostatečný zájem o vybraný atraktivní sport. Tito rodiče vidí svoje dítě jako méně inteligentní, záměrně neposlušné, zlobivé a schválně nešikovné.

d) alkohol a návykové látky

V ubližování dětem hraje významnou roli i působení alkoholu a jiných

návykových látek (drog). V rodinách alkoholiků je ubližování dětem přibližně třikrát vyšší než u běžných rodin. Odhaduje se, že je to především tzv. „desinhibiční“ účinek alkoholu, který k týrání přispívá tím, že snižuje ovládací schopnosti agresora a „odbrzdňuje“ chování agresivního rodiče.

e) partnerské vztahy mezi rodiči

Jedním z vnitřních předpokladů uplatnění práva dítěte na bezpečí jsou fungující vztahy mezi jednotlivými členy rodiny, a to ne jenom mezi rodiči a dětmi, ale i mezi manžely a sourozenci navzájem. Výzkumy potvrzují, že v rodinách, kde se dětem ubližuje, jsou vztahy často narušené a charakteristickým rysem je i dlouhodobá přítomnost napětí mezi členy rodiny. Vztah manžela a manželky je méně vřelý a uspokojivější než v „netýrajících“ rodinách a často obsahuje prvky otevřené agrese. Rodičovský styl je založený na autoritářství, s důrazem na trestání, používání donucování a omezování.

Různé formy týrání se však mohou vyskytovat i v případě tzv. „symbiotických rodin“, kde jsou emoční vztahy mezi jednotlivými členy rodiny vysoce intenzivní, silné a pevně spojené. Zdrojem problému bývá vykonstruovaný spor mezi partnery o to, kdo bude „opečovávat“. Prohrávající partner vnímá svoje dítě vyžadující náročnou péči jako ohrožení svých emočních potřeb a vidí v něm konkurenta. Násilí vůči dítěti představuje extrémní snahu dosáhnout maximální pozornosti a péči v rodině. Dítě se stává terčem kritiky, ponižování a nekontrolované agresivity.

f) tzv. transgenerační přenos týrání

Tento model týrání nám pomáhá pochopit opakovaný výskyt týrání v následujících generacích, kterému říkáme transgenerační přenos týrání. Mezi vazbou rodiče s jeho vlastním rodičem a mezi vazbou rodiče a jeho dítěte panuje ve velké většině případů shoda. Způsob, jakým rodič vychovává své dítě, tedy odpovídá způsobu, jakým se k němu choval jeho vlastní rodič. V tomto případě platí, že týrající dospělý si v dětství, kdy byl sám týraný, mohl osvojit násilí jako jedinou formu chování dospělého ke svému dítěti.

Řešení situace

Nelze vyloučit, že se instruktor stane tzv. „kontaktní osobou“, tedy prvním dospělým, na kterého se dítě se svým problémem obrátí, kterému se

svěří a očekává od něj pomoc. Řešení může být značně variabilní, nicméně je nutno za každých okolností respektovat následující zásady:

1. Vždy celou záležitost **řešte maximálně diskrétně**. Dítě, které se na vás obrátilo, to očekává a nechce být terčem posměchu nebo dalších ataků.
2. Vždy **předcházejte tomu, aby součástí řešení byla konfrontace** „oběti“ a „násilníka“ (zneužívající rodič, šikanující spolužák...)!
3. Bezodkladně **kontaktujte školního metodika prevence** (pověřený pedagog, jehož jméno byste měli znát předem), pokud máte pocit, že tímto oznámením vznikne na škole zbytečný „humbuk“, bezodkladně **kontaktujte oblastního metodika prevence** (odborný zaměstnanec pedagogicko - psychologické poradny, což je školské poradenské zařízení zřízené ve všech okresech) nebo místně příslušný **odbor sociálních věcí** na úřadě (konkrétně kteréhokoliv sociálního pracovníka „OSPOD“ - oddělení sociálně právní ochrany dětí na tomto odboru).

Poznámka: Telefonní čísla místně příslušné pedagogicko - psychologické poradny a OSPOD je potřeba znát (poznačit si, uložit do mobilního telefonu) před zahájením preventivně výchovné činnosti na škole!

4. Kontaktovat ihned rodiče nemusí být šťastné řešení. Už jen z toho důvodu, že se dítě kontaktovalo na vás a jím svůj problém nesdělilo. V některých případech mohou dokonce rodiče o týrání nebo zneužívání vědět, a pachatele kryjí nebo jsou oni tím pachatelem.
5. Nesnažte se celou záležitost řešit na „vlastní pěst“, nemáte k tomu dostatečné kompetence, odbornost ani časový prostor!
6. Máte-li (např. při další návštěvě třídy, dítě se vás snaží individuálně kontaktovat apod.) pocit, že se nic neřeší, ohlaste vše na Polici ČR nebo místně příslušné státní zastupitelství.



PSYCHICKÉ TRAUMA A STRES

Snad každý z nás měl někdy v životě nepříjemný zážitek, který se mu nesmazatelně zapsal do paměti a provázel ho nějaký čas v myšlenkách a ve snech. Jsou lidé, kteří si své děsivé vzpomínky nesou v sobě mnoho let, někdy i celý život. Někteří lidé se setkali s tak extrémní podobou hrůzy či násilí, že to ohrozilo jejich duševní zdraví.

Události neobvykle hrozivého rázu, jež mohou způsobit duševní poruchy, lze pro přehlednost rozdělit na dvě hlavní skupiny. Prvním říkáme přírodní katastrofy a chápeme je jako působení přírodních sil - např. zemětřesení, požáry, tajfuny, sopečné výbuchy či povodně. Druhou skupinu tvoří katastrofy způsobené člověkem, mezi které řadíme různé havárie a všechny druhy násilí: znásilnění, zneužívání, týrání, politický teror, války, věznění, mučení a koncentrační tábory. Všechny zmíněné události jsou pro člověka traumatizující, tedy zraňující, nejvíce však ty, v nichž hraje roli lidský úmysl. Tragédii člověka tu nezpůsobily neosobní přírodní síly, ale jeho bližní, kteří jej záměrně zranili. Setkání s lidskou krutostí a brutalitou zasahuje často základní důvěru člověka v dobro a smysluplnost okolního světa, prožitá bezmocnost je hlubokým zásahem do jeho psychiky.

Stres

Chceme-li hovořit o tom, co je to trauma, musíme nejprve vymezit pojem stres. Definice slova „stres“ hovoří o nespecifické reakci organismu na jakýkoli nárok (zátěž) spočívající v mobilizování obranných mechanismů a energetických rezerv. Stav stresu se projevuje v symptomech tzv. adaptačního syndromu, což je generalizovaná reakce na zátěž probíhající ve třech fázích:

1. **Fáze poplachová** (alarmová): Náhlé narušení vnitřního prostředí organismu, které je doprovázeno silnou excitací, především sympatické soustavy a zvýšením sekrece hormonů dřeně nadledvinek.
2. **Fáze rezistence**: Adaptace na stres je maximální, organismus si na stresující faktor zvyká.
3. **Fáze vyčerpání** (exhausce): Získaná rezistence je nedostatečná, nadměrnou intenzitou stresu dochází k celkovému selhání adaptační a regulační schopnosti organismu. Výsledkem takového selhání může být vážné ohrožení zdraví i života.

Definovat psychický stres je velmi nesnadné. Představuje emočně negativní výkyv vegetativní tenze (aktivace), který svou inertností snižuje

schopnost subjektu vracet aktivační hladinu k předstresové nebo relaxační úrovni. Chronický stres je potom výsledkem schopnosti našeho nervového systému sčítat (sumovat) negativní napětí doznívající z jedné podnětové situace s napětím, které vzniká ve zcela odlišné situaci. Aktuální příznaky chronického stresu jsou méně nápadné, ale negativní dopad na organismus je větší. Při dlouhodobé zátěži může dojít k patologickým změnám v psychice i v organismu člověka.

Některé výzkumy hledaly společné rysy dětí, které se jeví jako odolnější vůči nepříznivým životním okolnostem. Takové děti charakterizoval aktivní temperament, společenskost, dobrá schopnost komunikace a správná percepce vlastních možností k ovlivňování svého osudu.

Vznik traumatu

V našich podmínkách se vyskytují následky psychického traumatu (dále jen traumatu) nejčastěji v souvislosti s nehodou, železničním či důlním neštěstím, požárem, znásilněním, sexuálním zneužitím, týráním, přepadením, únosem, pokusem o vraždu nebo jinou násilnou trestnou činností. To se týká nejen obětí, ale i náhodných svědků takových činů.

Psychické trauma vzniká působením jednoho extrémně stresujícího zážitku nebo dlouhotrvající stresující situace, které mají následující charakteristiky:

- příčina je pro jedince vnější,
- je pro něj extrémně děsivá,
- znamená bezprostřední ohrožení života nebo tělesné integrity,
- vytváří v jedinci pocit bezmocnosti.

Podstatou traumatu je, že působením vnějšího činitele jsou poničeny psychické a biologické adaptační mechanismy jedince. K tomu dochází tehdy, když vnitřní a vnější zdroje již nejsou schopny vyrovnat se s ohrožením. Existuje jasný rozdíl mezi stresem a traumatem a tento rozdíl zřetelně vnímá právě traumatizovaný člověk. Děsivé zážitky paralyzují systém sebeobrany, ničí pocit vnitřní kontroly a ve svých důsledcích narušují i důvěru ve smysl lidského života.

Traumatická reakce vzniká v okamžiku, kdy je člověku tváří v tvář extrémní hrůze znemožněna smysluplná akce a on se ocitá ve stavu totální bezmoci. Je vlastně reakcí na bezmocnost. Není-li možný útok ani útěk,

dochází k dezorganizaci jednotlivých komponent obvyklé odpovědi organismu na nebezpečí a tyto komponenty ve své bezúčelnosti mají tendenci přetrvávat dlouho po skončení stavu skutečného ohrožení. Traumatické události tak vyvolávají hluboké a trvalé změny v psychice člověka.

Rozpor, který vzniká mezi základními představami a vnímanou realitou, přivádí člověka do stavu vnitřního zmatku. Výsledkem může být tzv. **disociace**, tedy oddělení různých duševních procesů, které normálně fungují ve vzájemné integraci. Člověk se tak nevědomě chrání před přívalem silných emocí, které by pravděpodobně nedokázal udržet pod kontrolou. Tento jev je označován jako základní patologie hysterie. Traumatizovaná osoba si do detailu vzpomíná na celou událost, ale bez jakéhokoli emočního doprovodu, nebo zažívá intenzivní emoce bez jasné vzpomínky na to, s čím souvisí. Může se nacházet ve stavu konstantního neklidu a podrážděnosti, může mít různé psychosomatické obtíže, ale neví proč. Symptomy vyvolané traumatem mají tendenci ztrácet vazbu se svým původcem a žijí si dále svým vlastním životem. Pokud vzpomínky, které obvykle nejsou volně přístupny vědomí, pomůže vybavit např. podnět připomínající trauma, vzniká obrovský emoční tlak. Člověk může po dlouhou dobu působit jako dobře přizpůsobený, za určitých podmínek však hrozí nekontrolovatelná afektivní reakce.

Dalším z hlavních rysů traumatu je **narušení mezilidských vztahů**. Potřeba vztahovat se k ostatním roste v situacích, kdy vnitřní zdroje jedince nestačí zvládnout ohrožení. Bolest, strach, vyčerpání či ztráta, to vše vyvolává úsilí získat péči druhých. Ostatní lidé mohou také dávat objektivní platnost hrůzné individuální zkušenosti a pomáhají nalézt její smysl. Stablní sociální vazby jsou jedním z faktorů, které mají vliv na míru následků traumatu.

Nejdrtivější dopad má na člověka **trauma prožité v izolaci**. Bez možnosti sdílení je člověk připraven o jeden z nejdůležitějších zdrojů napomáhajících adaptaci. Toho se často využívá k zesílení účinku věznění a mučení. Ti, kdo mučení přežili, někdy vypovídají o stavech derealizace a depersonalizace, které byly reakcí na extrémní osamělost. Pocit krajní opuštěnosti a bezmoci zasahuje později do všech vztahů, od nejintimnějších, rodinných, až po abstraktní, které charakterizují náboženskou víru a důvěru v určitý systém hodnot. **Pokud trauma působí v raném dětství, může poškodit vznik důvěry v blízké osoby, jež je součástí všech dalších životních vztahů a také podmínkou zdravého vývoje osobnosti.**

Přetrvávající **pocit viny** za vlastní přežití bývá společným rysem lidí, kteří prošli např. přírodní katastrofou či hromadnou havárií. Tento pocit viny je nejsilnější tehdy, když byl člověk svědkem utrpení a smrti druhých lidí a

nemohl či nedokázal jim pomoci. Přesto se však může obviňovat ze slabosti a neschopnosti riskovat vlastní život pro záchranu druhých. Pocit viny pak může zasahovat do všech jeho mezilidských vztahů.

Psychická zranitelnost člověka je závislá také na osobnostních a sociálních faktorech. I extrémní trauma hodnotí lidé různě, pro každého může mít jiný význam a dopad. Např. v rozdílných kulturách se různě hledí na bolest, zranění, smrt, separaci či ztrátu. Určitý zážitek může mít těžce traumatizující dopad na člověka v jedné části světa a může být naprosto běžný pro člověka v jiné části světa. Lidé některých etnik mohou být do jisté míry odolnější vůči určitému druhu traumatu a zranitelnější vůči jinému.

Psychickou traumatizaci lze obecně rozdělit na tři formy:

1. **Primární traumatizace:** Člověk je přímým cílem agrese (např. zabití, zranění, mučení, znásilnění, vyhoštění, nucené pasivní přihlížení vraždě).
2. **Sekundární traumatizace:** Podnětem je blízká zkušenost s traumatizací jiné osoby (např. rodina zabitého, mučeného, pohřešovaného apod.).
3. **Terciární traumatizace:** Člověk není v přímém vztahu k oběti traumatizace, ale je v kontaktu s primárně či sekundárně traumatizovanými jako svědek, člen perzekuované skupiny, humanitární pracovník nebo terapeut.

Symptomy traumatu

1. **Nadměrné vzrušení** je následkem stálého očekávání nebezpečí. Trvalým vzrušením se organismus udržuje ve stavu, kdy je schopný bojovat nebo uniknout z ohrožující situace. Člověk v takovémto stavu se snadno poleká, reaguje podrážděně i na minimální podněty a trpí poruchami spánku. Mohou být u něho shledány symptomy generalizované úzkosti či specifických strachů a na každý další podnět stejného typu reaguje jako na zcela novou výzvu. Navenek se nadměrné vzrušení projevuje náhlou hyperventilací, tachykardií, třesem, pocením, pocitem nevolnosti či mdlobou.

2. **Intruzivní příznaky** jsou vtíravé a neodbytné pocity opakovaného prožívání traumatické události. Ve dne pronikají do vědomí opakované vzpomínky, ve kterých se minulost stává přítomností a člověk se znovu a znovu propadá ke svým děsivým zážitkům. Vzpomínka může být vyvolána i zdánlivě nevýznamným podnětem, ale její živost a emocionální náboj je stejný jako v původní situaci. Tyto tzv. „flashbacky“ (doslova zpětné záblesky) může člověk vnímat jako skutečnou realitu a podle toho se i chovat. V noci se opakují děsivé

sny a noční můry. Emoce a tělesné pocity úzkosti, strachu nebo studu se mohou objevit i bez konkrétní vzpomínky na prožitou událost. Někdy mohou mít podobu nočních můr a děsů, jejichž konkrétní obsah si nelze vybatvit.

Trauma se dále znovuprožívá také přímo v chování, opakovaným inscenováním traumatické situace, např. v nutkavě opakované dětské hře.

3. Příznaky stažení, sevření (konstrikivní) jsou důsledkem situace, kdy byl člověk vystaven totální bezmocnosti, nemohl ani utéct, ani klást aktivní odpor, a ocitl se náhle ve stavu strnulosti, zkamenělosti, paralyzace. Ze své bezmocnosti mohl uniknout pouze vnitřně - změnou stavu vědomí. Situace krajního ohrožení někdy vyvolávají nejen strach a hrůzu, ale i zcela paradoxně stavy úplného klidu, kdy strach a bolest mizí. Vědomí registruje události, ale ty jako by neměly nic společného se svým skutečným významem. Vnímání může být deformované, provázené částečnou anestézií nebo ztrátou určitých vjemů.



Čas může být prožíván jako změněný, obvykle zkrácený, a prožitky mají rysy nereálnosti. Člověk v takové situaci má často pocit, že se vše odehrává mimo jeho tělo, nebo že celá událost je jen součástí špatného snu, z něhož se brzy probudí.

Zvláště u traumatizovaných dětí je patrná nedůvěra ve vlastní schopnosti a nechuť přemýšlet o budoucnosti. Příznaky stažení, sevření ve svém důsledku vedou k impulzivité a přehnaně emočnímu prožívání, a tím ochromují celkovou kvalitu lidského života.

FILOZOFIE A NOSNÉ PRINCIPY PROGRAMU

Jak už bylo v úvodu napsáno, jednotlivé hodiny (resp. metodické bloky) obou cyklů jsme se pokusili zpracovat formou „příprav“ podobných těm, které si pedagogové škol běžně připravují k výuce školních předmětů. Naleznete zde vše, od stanovení cílů, přes doporučený materiál a pomůcky, navrhované metody výuky, teoretické podklady až po časové dotace jednotlivých bloků⁹⁾.

V posledním bodě „příprav“ jednotlivých bloků, který může posloužit rovněž k závěrečnému shrnutí předávaného učiva, pak naleznete oddíl „Výsledek výuky“, jehož stěžejní body konkretizují informace, k nimž byste měli vždy společně s dětmi dospět. Uvedené stěžejní body jsou jediným dogmatem celé knihy. Na jejich přesné interpretaci je z logicky vyplývajících důvodů nutno trvat.

Následujících deset bodů by se mohlo mělo stát jakýmsi „desaterem“ každého instruktora. Jeho postupným naplňováním a respektováním lze velice jednoduše zajistit kvalitní a jednotnou úroveň vzdělávání dětí, a to i v rámci rozsáhlejších území než je kraj Moravskoslezský¹⁰⁾. Byli bychom rádi, kdyby každý z našich kolegů byl schopen přijmout následující myšlenky a doporučení za své, byť by je naplňoval i třeba jinou, sobě vlastní, cestou.

1. Snaha o zavedení a sjednocení výuky na území ČR

- a. Cílem programu je výchova tzv. „poučené generace“ - k dětem je přístupováno jako k budoucím dospělým.

Poznámka: Cílovou skupinou programu tady nejsou pouze děti, které samy až tak mnoho požárů nezpůsobují. Dnešní děti - budoucí dospělí, budou zanedlouho rozhodovat nejen o přístupu k bezpečnosti na úrovni svých domácností a potencionálních firem, ale současně také o hasičích samotných (např. z pozic zákonodárců). V ideálním případě tedy bude výsledkem naší práce bezpečná domácnost (bezpečný stát) a veřejnost si uvědomí spoluzodpovědnost za svou bezpečnost.

- b. Prostředkem ke sjednocení výuky je realizace specializovaných kurzů pro budoucí instruktory, kteří po absolvování kurzu chodí za dětmi přímo do škol. Současně hasiči i pedagogové využívají učebnic a materiálů, které

9) Časová dotace pro realizaci jedné hodiny odpovídá délce 60 minut, nikoli hodině vyučovací.

10) Do programu se postupně zapojily i další kraje - např. Olomoucký a Jihomoravský a lokálně je využíván na celém území naší republiky.

jsou stejně a nebo velmi podobně metodicky zpracovány, jako publikace, kterou právě držíte v rukou.

- c. Obdobné kurzy, jakými procházejí hasiči a další zájemci, jsou připravovány také pro pedagogy (pedagogové se často také zúčastňují kurzů společně s hasiči pokud jsou například současně členy JSDHO).

2. Jedná se o cílený a dlouhodobý program

Následujícími aspekty je zaručeno účinné vzdělávání dětí:

- a. Program má přesně vymezenou cílovou skupinu dětí (jedná se o druhou a šestou třídu základních škol).
- b. Program má přesně stanoven minimální rozsah. Nosným pilířem jsou dva cykly výuky, a to vždy pro druhou i šestou třídu. Samotná výuka probíhající v jednom cyklu má rozsah dvou hodin (nikoliv vyučovacích) a probíhá přibližně se čtrnáctidenním rozestupem obou hodin. Ke každému z cyklů je ve většině případů přiřazována ještě doplňková hodina (podle zájmu škol). Jedná se o návštěvu třídy na hasičské stanici, která je spojena s další výukou (např. ukázka praktického použití PHP atd.).
- c. Výuka je mnohdy doplňována samotnými pedagogy, a to v rámci školních osnov, a nebo speciálně vyškolenými pedagogy využívajícími publikaci *Výchova dětí v oblasti požární ochrany*, kterou vydalo Ministerstvo vnitra generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR v roce 2003, a kterou zpracoval rovněž náš lektorský team. V uvedeném případě se výuka posouvá prostřednictvím další připravované publikace také na střední školy a učiliště, tedy do jakéhosi pomyslného 3. cyklu.

3. Výuka je přiměřená a na děti není přenášena zodpovědnost dospělých

- a. Témata jednotlivých hodin jsou svým rozsahem a náplní maximálně přizpůsobeny mentální i fyzické vyspělosti dané věkové skupiny dětí. V prvním cyklu se jedná o úplný základ informací, jakým je např. seznámení se s hasiči, druhý cyklus je pak dalším rozšířením cyklu prvního.
- b. Na děti není přenášena zodpovědnost dospělých, děti například znají princip hašení jednotlivých PHP a správný způsob jejich použití, ale jejich praktické použití je stále „rezervováno“ dospělým.

- c. Děti nejsou nijak strašeny například přílišnou konkretizací některých druhů ohrožení atd.

4. Dětem přednášejí speciálně vyškolení instruktoři

- a. Informace předávají profesionálové. Výuka není ponechána pouze na pedagogickém sboru. S trochou nadsázky se dá říci, že pokud hasič udělá pedagogickou chybu, tak se může maximálně stát, že nenaučí, když však během svého výkladu opomene pedagog nezmínit např. toxicitu kouře u požáru, může to mít velmi vážné následky.
- b. Práce ve školách probíhá vždy ve dvojicích. Důvodem je vzájemná spolupráce obou přednášejících a také vzájemná kontrola v mnoha ohledech. Dvojici tvoří převážně profesionální nebo dobrovolní hasiči. Hasiči vybraní pro vzdělávací kurz musí být schopni kvalitní výuky (stačí jeden ve dvojici). Jedná se zejména o dobré vyjadřovací schopnosti přednášejících, schopnost sebekontroly (vyloučení odborných či hovorových či vulgárních výrazů) a zájem o další sebevzdělávání. Vyžadován je rovněž trpělivý přístup a další vlastnosti (viz typologie instruktora).
- c. Za ideální považujeme situaci, kdy instruktoři nepracují z donucení, ale ze svého přesvědčení, což ovšem nevylučuje např. motivaci instruktorů prostřednictvím odměn.

Poznámka: U takových lidí je předpoklad, že budou mít snahu dál na sobě pracovat, a že se výukou budou zabývat dlouhodobě, což je nutné i pro chod programu, ale také pro to, že již budou znát svou skupinu dětí z prvního cyklu.

5. Během výuky je využíván takřka pedagogický přístup

- a. Během výuky jsou využívány moderní pedagogické techniky. Jedná se především o tzv. vracení otázek. Snahou je, aby nosnou a důležitou myšlenku vyslovovaly samy děti - Děti dětem věří. Přednášející pouze diskuzi řídí žádaným směrem a stěžejní body pouze zopakuje a „vypíchne“ z diskuze (napíše na tabuli). Nezbytné je rovněž vyvození pozitivního závěru a jednoznačných řešení krizových situací zejména u sporných témat.
- b. Během výuky jsou využívány i jiné pedagogické „metody“ - práce s dynamikou hlasu, výuka hrou, názornost výuky podpořená vhodnými

pomůckami (slídy pro zpětný projektor či obrázky pro dataprojektor, dýchací přístroj a promlouvání na děti).

- c. Pro výuku jsou výhradně využívány dopolední hodiny vyučování, což rovněž zaručuje patřičný vzdělávací dopad.

Poznámka: Působení na co nejvíce smyslových vjemů dětí (zrak - zpětný projektor; sluch - zvukové ukázky, diskuze; hmat - ukázka přístroje).

- d. Instruktoři „nediskutují“ pouze se skupinkou třídních tahounů, jejichž nasměrování již je mnohdy dáno například vhodným rodinným zázemím, ale komunikují právě s dětmi, které jsou například méně aktivní. Právě proto jsou také často navštěvovány školy tzv. „speciální“.
- e. Děti jsou motivovány prostřednictvím odměn.

6. Forma výuky je vzdělávací, nikoli pouze propagační

- a. Atraktivita výuky nespočívá v ukázkách fotografií hasičské techniky či videozáznamů hasičských zásahů a cvičení, líčení zážitků z výjezdu atd. Naše snaha spočívá spíše v interaktivitě programu, kdy žáci jsou takřikajíc přímo vtaženi do hry. Výuku provází nejružnější scénky, hry a ukázky jimiž děti samy sebe vzájemně učí.
- b. Také motivační odměny, které děti dostávají za své správné odpovědi, mají spíše vzdělávací než jen pouze propagační charakter, což samozřejmě nevyklučuje jejich atraktivitu.

Poznámka: Tento způsob výuky je také mnohem levnější než pouze neefektivní a nákladné megalomanské propagační akce bez vzdělávacího dopadu.

7. Atmosféra ve třídách je přátelská a důvěrná

- a. Instruktoři komunikují s dětmi nikoli z pozice autority, ale do jisté míry spíše jako rovný s rovným - kamarád s kamarádem. K dětem rozhodně není přístupováno autoritativně zpoza katedry, ale spíše se jedná o získání jejich důvěry a navození kamarádské a neohrožující atmosféry v hodinách výuky PVC.
- b. Učitel není v hodině nutný, pokud si ho samy děti nevyžádají. Uvedeným způsobem lze opět docílit přirozených projevů dětí.
- c. Třídní kolektivy nejsou nikdy slučovány, což opět zaručuje klidnou a tvůrčí atmosféru ve třídě, vhodný čas ráno s ohledem na důležitost tématu.

- d. Patřičnou atmosféru během výuky zajišťuje rovněž vhodná volba učebny (hudebny, družiny, jazykové učebny) nebo alespoň „zbourání“ klasického uspořádání lavic ve třídě.

8. Prostřednictvím dětí je utvářen informační kanál mezi hasiči a rodiči dětí

- a. Je to jeden z mála přirozených způsobů, jak lze alespoň částečně působit na současné dospělé (rodiče dětí). Děti přinášejí domů z každé hodiny informační letáčky o novinkách využitelných pro zvýšení bezpečnosti v rodinách (požární hlásiče, nové typy hasebních médií - typů PHP atd.).
- b. Je také počítáno s tím, že děti (například prostřednictvím domácího úkolu) rozpoutají doma s rodiči diskuzi na některá z námi předem vybraných témat (např. DÚP, odkládání zapalovačů a zápalek v domácnostech).

9. Je prováděn následný rozbor výstupů dodávaných jednotlivými dvojicemi instruktorů

Na periodických schůzkách, které se uskutečňují přibližně v půlročních intervalech, a to na žádost jednotlivých „koordinátorů“ programu, scházejí se instruktoři, aby projednaly případné nedostatky (chybějící materiál atd.). Jsou zde také odevzdávány tzv. „výkazy odučených hodin“. Na základě získaných údajů pak vzniká přesný přehled o tom, kolik škol je navštěvováno a kolik dětí a kým bylo proškoleny. Tyto informace jsou následně zpracovávány do podoby statistik a archivovány.

Poznámka: Dlouhodobě je také sledován dopad výuky na množství událostí, kdy je však nutno očekávat spíše pozvolný vývoj (nejdříve se projeví například úbytkem „zlomyslných telefonátů“). Mnoho aspektů navíc není přímo měřitelných, jako například míra spolupráce „proškolených“ dětí u zásahu s ohledem na omezení strachu z dýchacích přístrojů, na který je v programu kladen velký zřetel.

10. „Nerespektujeme“ tradiční „škatulkování“ hasičů

Snahou tvůrců programu, jeho realizátorů a také instruktorů samotných, je povznesení programu nad tradiční dělení hasičů na „dobrovolné“ a „profesionální“, na „výjezdové“ nebo „kancelářské“. Děje se tak především vytvářením rovnocenných podmínek pro všechny zúčastněné skupiny a současně také vzájemným osobním přístupem.

NĚKOLIK RAD ZÁVĚREM

Pouze tehdy, když je ve třídě neohrožující atmosféra plná vzájemné důvěry, může probíhat skutečně plnohodnotné a efektivní učení a získávání nových poznatků. Tuto atmosféru mohou narušovat různé „žebříčky úspěšnosti“ žáků, černé a červené body atd.

Dalším důležitým prvkem je spolupráce. Nutná je kooperativní činnost, a ne osamělá práce jednotlivců, jakou známe z tradiční výuky. Pokud máme k někomu úctu, ať jsou mu tři roky nebo padesát, nedovolíme si s ním manipulovat, ctíme jeho důstojnost. Zato nám nepřijde zatěžko, či divné, ptát se dětí na jejich názor, přibírat je k spolurozhodování. Když hovoříme o opuštění autoritativních a mocenských pozic, nikterak tím neodmítáme přirozenou autoritu instruktora, který pravděpodobně dosáhne cílů, které si stanovil:

1. Bude-li přesvědčen o jejich hodnotě a budou-li i jeho cíli.
2. Bude-li mít upřímně rád své žáky se všemi jejich chybami.
3. Bude-li schopen vnímat a přijímat žáky takové, jací jsou.
4. Bude-li mít dostatek trpělivosti, houževnatosti a tolerance.
5. Bude-li zcela zaujat pro výchovu a bude-li mít dostatek sebeúcty.

Poznámka: Hlavním smyslem práce instruktorů se musí stát výsledek v podobě postojů, dovedností, vědomostí i rozvoje schopností dětí. Výchova v širším smyslu, tedy formování osobnosti žáka je nemyslitelná bez podílu osobního příkladu instruktorů.

Existují některé zásady, jejichž uplatnění zaručuje, že se instruktor příliš neodchýlí od předpokládaného záměru, kterým je podpora pozitivních rysů ve vývoji dětí:

1. Slovo má obrovskou moc. Dobře zvažuj, co dětem říkáš, protože jednou vyslovené již nelze vzít zpět.
2. Děti instruktorovi buď důvěřují, nebo nikoliv. Pokud jsi jejich důvěru ztratil, vyhni se hodnocení, dokud ji znovu nezískáš.
3. Důvěřuj ve schopnosti a možnosti žáků. Věř, že tvoje přání mít jejich důvěru je stejně silné jako jejich přání mít tvoji důvěru. Prostředí oboustranné důvěry je nejlepším předpokladem k radostné a tím i úspěšné práci.
4. Hodnot' to, co je podstatné a hodnot' co neobjektivněji. Můžeš hodnotit úspěchy, pokroky, chyby i nezdary.
5. Hodnot' to, co se stalo, výsledek činnosti, způsob provedení, vše co umožní

žákovi najít směr na další cestě za poznáním.

6. Hodnot' co nejčastěji, protože správné hodnocení je jednou z věcí, kterou od tebe děti budou očekávat.
7. Omez v hodnocení srovnávání žáků mezi sebou na nezbytné minimum. Každý žák má jiné výchozí předpoklady a osobnost se vyvíjí nenapodobitelným způsobem. Nepokoušej se srovnávat nesrovnatelné. Odsuzuješ se předem k nezdaru.
8. Nespoléhej se příliš na svoji paměť. Ved' si o své práci záznamy. Jejich forma je tvojí věcí.
9. Neobávej se, že kritika nebo odsouzení určitého činu žáků způsobí škody ve vašich vztazích, pokud je tvé hodnocení spravedlivé a vysloveně bez úmyslu ublížit.
10. Děti hledají cestu a ty jsi tu proto, abys ukazoval, co je správné a co nikoliv. „Zla“ je kolem nás všude dost. Nauč ho děti pojmenovat, rozpoznat, odmítat a postavit se proti němu.

METODICKÁ ČÁST PRVNÍHO CYKLU

TÉMATICKÉ ČLENĚNÍ BLOKŮ PRVNÍHO CYKLU (1. STUPEŇ ZŠ)

První hodina

1. blok (cca 20 minut)

- a) Úvod k prvnímu cyklu preventivně výchovné činnosti na školách
- b) Kdo to jsou hasiči, co je jejich práce (hasiči a moje osobní zkušenost s nimi)
- c) Jak poznáme hasiče (ukázka dýchacího přístroje)

2. blok (cca 20 minut)

- a) Co je to bezplatná telefonní linka tísňového volání
- b) V čem je nebezpečné zneužití tísňových telefonních čísel, jak správně nahlásit požár
- c) Hasiči jedoucí k zásahu a děti na silnici

3. blok (cca 20 minut)

- a) Který oheň je „dobrý“ a který oheň je „zlý“ (proměna dobrého ohně ve zlý)
- b) Nalezené zápalky a „hra“ s nimi
- c) Co dělat, když na mě hoří oblečení a jaké jsou základní zásady první pomoci při jednoduchých popáleninách

Druhá hodina

1. blok (cca 10 minut)

- a) Krátké zopakování informací získaných v předchozí hodině

2. blok (cca 30 minut)

- a) Odkud hrozí nebezpečí u nás doma a na co nezapomenout při odchodu z domu
- b) Jak poznám, když hoří u nás doma a co dělat

3. blok (cca 20 minut)

- a) Domácí únikový plán, způsob vyhlášení poplachu a únikové cesty na škole
- b) Co je to varovný signál a co budu dělat, když jej uslyším

Třetí hodina (doplňková - cca 1 - 2 hodiny)

- a) Opakování předchozí hodiny
- b) Prohlídka hasičské stanice

Úvodní slovo k výuce prvního cyklu

V následující metodické části jsou formou příprav zpracovány ty nejdůležitější informace z obsáhlé záchranné tematiky. Ty jsou vždy přesně uzpůsobeny dané věkové skupině dětí.

Členění a časový i myšlenkový sled jednotlivých bloků není nahodilý. Vychází z praktických zkušeností získaných instruktory, kteří se problematikou školní požární prevence zabývají více než deset let v rámci programu „Výchova dětí v oblasti požární ochrany a ochrany obyvatelstva“, a proto jej doporučujeme zachovat.

V závěru příprav jednotlivých bloků naleznete oddíl „Výsledek výuky“, jehož stěžejní body konkretizují informace, k nimž byste měli vždy společně s žáky dospět (doporučujeme využít k závěrečnému shrnutí předávaného učiva). Uvedené stěžejní body jsou jediným dogmatem celé knihy. Na jejich přesné interpretaci je z logicky vyplývajících důvodů nutno trvat. V ostatních případech rozhodně nechceme bránit vaší tvořivosti, zejména co se týče užívaných metod výuky atp.

Odkazy na teoretické podklady u příslušných bloků slouží k rychlé orientaci v předcházející (teoretické) části publikace. Fólie pro zpeřný projektor uváděné u každého z bloků v oddíle „Pomůcky a materiál“ je nutno si předem připravit.

Doplňková třetí hodina (návštěva hasičské stanice) by měla posloužit k jakémusi celkovému zopakování a zhodnocení znalostí, které děti v průběhu výuky získaly. Současně také dává prostor k objasnění nejasností, které se mohou vyskytnout v průběhu výuky druhých hodin obou cyklů. Děti také mohou shlédnout praktickou ukázkou hašení simulovaného požáru pomocí PHP

(po předchozí domluvě), což v prostorách školy není z mnoha důvodů možné. Především je však třetí hodina jakousi odměnou pro všechny děti školy, které se programu „Výchova dětí v oblasti požární ochrany a ochrany obyvatelstva“ zúčastnily.

Věříme, že předkládané zpracování následujícího učiva, které vám již bude dobře známé z výcvikových kurzů pro instruktory programu, vám usnadní vaši náročnou práci s dětmi. Současně také věříme, že předávané informace obohatí nejen děti samotné, ale stanou se rovněž inspirací např. pro váš vlastní rodinný život.

Poznámka: Podle toho, jestli škola vlastní zpětný projektor a nebo dataprojektor, se rozhodněte pro tisk předloh na speciální průhledné fólie (k dostání ve specializovaných prodejnách) nebo přímo pro využití výpočetní techniky k projekci (datové verze obrázků pro dataprojektor jsou k dispozici na internetové adrese www.hasik.cz). Obrázky je také možno nechat „zalamínovat“ do fólie, avšak „kolování“ této názorné pomůcky mezi dětmi částečně rozptyluje jejich pozornost a současně zpomaluje průběh výuky.

PRVNÍ HODINA

<i>Prostor:</i>	třída, školní družina.
<i>Základní pomůcky a materiál:</i>	zpětný projektor nebo dataprojektor, sada fólií pro zpětný projektor nebo obrázků na CD pro dataprojektor, tabule nebo flipchart, kreslící a psací potřeby, odměny pro děti (propagačně - vzdělávací materiály, bonbóny) zásahový oděv, přilba, kompletní dýchací přístroj, zápalky nebo zapalovač, dva mobilní telefony (mohou to být i dětské hračky), deka.

Blok 1

a) Úvod k prvnímu cyklu preventivně výchovné činnosti na školách

b) Kdo to jsou hasiči, co je jejich práce (hasiči a moje osobní zkušenost s nimi)

c) Jak poznáme hasiče (ukázka dýchacího přístroje)

Časová dotace bloku: **20 minut.**

Podklady v teoretické části na straně: **35 - 41.**

Cíle výuky:

- Navodit vstupní atmosféru do problematiky.
- Naučit děti bezpečně rozpoznat zasahující hasiče podle určujících znaků z hasičské výstroje, výzbroje nebo vybavení, přičemž by měl být především omezen možný strach z některých konkrétních výstrojních součástí (přilba se staženým štítem a maska dýchacího přístroje - není vidět do tváře hasiče, zkresluje hlas hasiče).
- Vést děti k tomu, aby postupně získávaly důvěru k zasahujícím hasičům a měly jistotu, že hasiči jsou tady proto, aby jim mohli v nesnázích kdykoli pomoci.
- Děti by měly získat přibližný přehled o záchranných činnostech, při kterých se mohou s hasiči setkat, aby samy v budoucnu uměly rozlišovat, co spadá do kompetence hasičů a ve kterých situacích se mohou na Hasičský záchranný sbor ČR obrátit.

a) Úvod k prvnímu cyklu preventivně výchovné činnosti na školách

Dvojice instruktorů se na úvod dětem krátce představí a vysvětlí jim, o čem si dnes s nimi chtějí povídat. Hned v úvodu si domluví základní pravidla hodiny. Především je důležité, aby si instruktoři vymínili právo vyvolávat i ty děti, které se třeba zrovna nehlásí.

Poznámka: Nenásilným vstupem do hodiny se může stát i zdánlivé odbočení od tématu například položením otázky: „Tak co děti, jak se vám líbila včerejší pohádka v televizi...“ Je nutno si uvědomit, že máme jen málo okamžiků na to, abychom si děti získali na svou stranu. Způsobů jak si děti získat je však samozřejmě více a většina instruktorů si časem najde svůj osvědčený přístup a vlastní styl.

b) Kdo to jsou hasiči, co je jejich práce (hasiči a moje osobní zkušenost s nimi)

Nechejte děti vyprávět o tom, kde všude už zasahující hasiče spatřily (v praxi, ale i třeba ve filmu atd.) a co si myslí, že je hlavní náplní práce hasičů. Můžete také využít znalosti dítěte, o němž víte, že některý z jeho rodičů je zaměstnán u dobrovolných nebo profesionálních hasičů.

Zeptejte se dětí na to, jestli už hasiče někdy potřebovaly, nebo jestli už hasiči u někoho zasahovali. Tímto způsobem získáte přibližný přehled o tom, co děti o hasičích samy vědí. Současně zjistíte, které informace je třeba dětem upřesnit nebo rozšířit v následujícím bodě c), do něhož můžete plynule přejít.

Pokuste se v rozumné míře rozšířit znalosti dětí, týkající se rozmanitosti činností, při nichž lze zasahující hasiče (záchranáře) spatřit (hasiči dnes už nehasí jenom požáry). Zpočátku by měla dostačovat znalost těchto základních zásahových činností¹¹⁾:

- hašení požárů ve městě i v přírodě,
- záchrana osob při dopravních nehodách,
- likvidace následků živelních pohrom.

Na závěr bloku vysvětlíte dětem rozdíl mezi běžnou pracovní dobou a čtyřiadvacetihodinovou turnusovou službou. Je nutné, aby věděly, že hasiči jsou připraveni na zásah ve dne i v noci, ale také i o prázdninách a o svátcích.

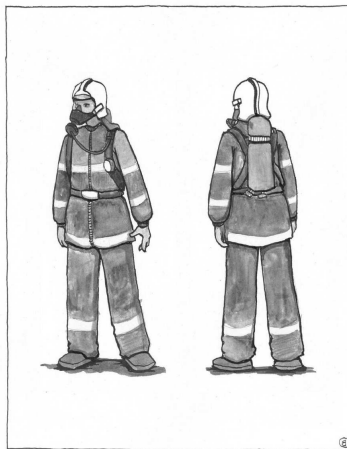
11) Jde o to, aby děti postupem času věděly, ve kterých konkrétních situacích se obracel právě na HZS ČR.

c) Jak poznáme hasiče (ukázka dýchacího přístroje)

Pokuste se svými slovy dětem popsat hasiče, jaké nosí oblečení a vybavení, jakou používají techniku. Pokud máte možnost, využijte při tom zásahový oděv a dýchací přístroj a vše rovnou ukazujte na svém kolegovi. Pokud tuto možnost nemáte, použijte pro lepší názornost fólii s obrázkem hasiče pro zpětný projektor nebo i jiné obrázky (obrázky z časopisů atd.). Můžete také hasiče společně kreslit přímo na tabuli.

Tip: Jeden z instruktorů s nasazeným dýchacím přístrojem, a to včetně masky, pak chodí pomalu mezi dětmi a šetrně na ně promlouvá. Děti by se měly pokusit rozumět tomu, co se jim skrze masku snaží říci, vystrojeného hasiče si „osahat“, případně si některou součást jeho výstroje vyzkoušet.

Poznámka: Je velmi nutné, aby se předvádějící hasič občas „snížil“ na úroveň dětí (přidřepnul si k sedícím dětem).



Výsledek výuky:

- Dítě umí vysvětlit, proč oheň není hračkou pro děti.
- Dítě ví, že hasiči nás chtějí naučit, jak požáru předcházet a jak se správně při požáru chovat.
- Dítě ví, že hasiči nehasí pouze požáry, ale mohou mu pomoci i v mnoha jiných případech.
- Dítě nemá strach z vybavení a výstroje zásahových hasičů (přilba, maska dýchacího přístroje).
- Dítě pozvolna získává důvěru nejen k hasičům, ale ze strany hasičů je také průběžně podporována důvěra k vyučujícím, což je nutné např. pro případ požárního poplachu ve škole, pro případ, kdy by mohly děti informovat svého učitele o nebezpečné hře spolužáků atd.

Blok 2

a) Co je to bezplatná telefonní linka tísňového volání

b) V čem je nebezpečné zneužití tísňových telefonních čísel, jak správně nahlásit požár

c) Hasiči jedoucí k zásahu a děti na silnici

Časová dotace bloku: **cca 20 minut**.

Podklady v teoretické části na straně: **35 - 36**.

Cíle výuky:

- Zjednodušeně vysvětlit dětem pojem „bezplatná telefonní linka tísňového volání“ (vysvětlit význam slov „tíseň“ a „nouze“).
- Naučit děti znát z paměti všechny tísňové linky (telefonní číslo HZS ČR, zdravotnické záchranné služby, policie a IZS).
- Naučit děti správně telefonovat a telefonicky „nahlásit“ požár.
- Vysvětlit dětem, proč je špatné bezdůvodně telefonovat na tísňová telefonní čísla.
- Upozornit děti na velké nebezpečí vyplývající z rychlé jízdy vozidel IZS jedoucích k zásahu (nestandardní rychlost - odhad na přechodech, hmotnost - delší brzdná dráha).

a) Co je to bezplatná telefonní linka tísňového volání

Vysvětlíte si s dětmi významy slov „tíseň“ a „nouze“ a zeptejte se jich, jestli znají nějaké telefonní číslo, pomocí něhož by v případě tísně (nouze) mohly přivolat potřebnou pomoc. Zdůrazněte, že telefonické nahlášení události je nejrychlejší způsob, kterým je možno přivolat pomoc a naučte děti z paměti tato tísňová telefonní čísla ¹²⁾:

150 - Hasičský záchranný sbor ČR,

155 - Zdravotnická záchranná služba,

158 - Policie ČR,

12) O jednotném evropském čísle tísňového volání 112 bude hovořeno v souvislosti s IZS (metodická část pro druhý cyklus).

112 - „telefon na všechny“ - integrovaný záchranný systém.

Pro lepší zapamatování tísňových čísel můžete použít např. barevné plastelíny, kdy si děti modelují jednotlivá čísla např. v těchto barvách: 150 - červená, 155 - modrá, 158 - zelená, 112 - žlutá. Můžete rovněž využít následujících tří pomůcek:

1. Koncová čísla trojčíslí 0, 5, 8 dětem připodobněte a na tabuli nakreslete takto:
 - **0** - „rybník s vodou pro hasiče“, „stočená hasičská hadice“,
 - **5** - „vozíčkář“ (symbol v modrém čtverci používaný k označení osobních vozidel řízených pohybově postiženou osobou),
 - **8** - „policejní pouta pro zloděje“.
2. Podle pořadí příjezdu jednotlivých složek IZS k události:
 - hasiči přijedou k požáru první, aby oheň uhasili, druhá přijede zdravotnická záchranná služba, aby ošetřila zraněné, třetí přijede policie, aby případ vyšetřila.

Zdůrazněte, že výše zmíněná telefonní čísla jsou funkční nepřetržitě, a že při volání na tísňová telefonní čísla z telefonní budky, soukromého pevného telefonního přístroje (telefonního přístroje ohlašovny ¹³⁾ požáru) nebo mobilního telefonu nepotřebuje volající ani peníze, telefonní kartu ani kredit.

3. Číslo 112 - jednoduchý početní příklad $1 + 1 = 2$.

b) V čem je nebezpečné zneužití tísňových telefonních čísel, jak správně nahlásit požár

Zeptejte se dětí, jestli už k hasičům (nebo na některé jiné tísňové telefonní číslo) ať už vážně nebo z legrace telefonovaly. Měli byste společně dojít k tomu, že na všechna tato telefonní čísla se volá pouze v případě opravdové potřeby (nouze, tísně), nikoli z „legrace“ ¹⁴⁾!

Možná budete překvapení, kolik dětí se přihlásí. Případné „hříšníky“ však netrestejte - spíše definujte pojem „**špatná legrace**“ (neustálé opakování stále stejných vtipů atd.) a vysvětlíte dětem tato nebezpečí:

13) V každé vesnici jsou navíc ze zákona zřízeny tzv. „ohlašovny požárů“.

14) Zneužívání tísňových telefonních čísel dětmi se stalo běžným problémem - zejména v časech po ukončení vyučování dochází doslova k přetěžování těchto linek a obsluhujícího personálu.

- blokování bezplatné telefonní linky tísňového volání,
- možnost prodloužení dojezdových časů v případě nahlášení neexistující události.



Poznámka: Skutečnost je samozřejmě taková, že uvedená rizika jsou použita spíše funkčně a demonstrativně a většinou vážněji neohrožují funkci IZS. Např. jednotku vyslanou k neexistující události nahrazuje okamžitě jednotka dalšího sledu nebo jednotka jiná atd. Přesto však existují dílčí komplikace a nebezpečí vznikající např. zbytečnou rychlou jízdou hasičské techniky na místo události atd.

V obou případech může důsledkem této špatné legrace dojít ke zpoždění vyjíždějících jednotek, a tím i k ohrožení zdraví a majetku obyvatel.

Celou situaci můžete dětem přiblížit rovněž takto: Hoří přímo u nás doma - máme tam všechny své oblíbené věci, hračky apod. - včas přiběhneme k telefonní budce - umíme už správně telefonovat, také známe správné telefonní číslo k hasičům - všichni vědí, že hasiči jsou nepřetržitě v práci - přesto se ale nedovoláme - někdo si právě dělá legraci a je „obsazeno“! Některým starším dětem můžete v případě nutnosti připomenout, že všechny hovory jsou nahrávány, a že zneužití těchto linek je nejen nebezpečné, ale i trestné. Zbytečně však nestrašit!

Metodou řízené diskuze nebo rozhovoru se pokuste děti vést tak, aby samy přišly na to, co všechno je nutno říci hasičům do telefonu, aby včas požár našli a co nejrychleji ho uhasili. Jednotlivé body průběžně pište např. na tabuli.

Výsledkem vaší kolektivní práce by mělo být sestavení této „pomocné osnovy“ správného nahlášení požáru:

1. *Co se stalo?*
2. *Kde se to stalo? (Vždy plnou adresu včetně města.)*¹⁵⁾
3. *Kdo a odkud volá?*

Presvědčte se, zda všechny děti dokáží používat mobilní telefon nebo

15) Při neexistující adrese (les, pole, stoh atd.) je nutno využít k navedení hasičských jednotek významných orientačních bodů.

klasický telefonní přístroj (problematické bývá „mačkaní“ čísel ve správném pořadí, nepotvrzení číselné volby prostřednictvím tlačítka se symbolem zeleného telefonu atd.), a následně si vše vyzkoušejte v praxi nejlépe metodou následující scény:

Instruktor (později některý ze žáků) ztvární roli hasičského operačního důstojníka a s mobilním telefonem v ruce bude přijímat telefonáty jednotlivých žáků např. slovy: „Hasiči Bruntál, co si přejete?“

Děti postupně z druhého přístroje telefonují, a to tak že mají zprvu celou osnovu před sebou na tabuli. Později osnovu smažte a celá třída pozorně sleduje, jestli telefonující žák na nic nezapomněl. Scénku můžete zpestřit také tak, že necháte volajícího žáka udělat několik dřepů ještě dříve, než spolu začnete hovořit. Přiblížíte se tak skutečné situaci, kdy má volající v důsledku spěchu a stresu problémy s dechem a současně také někdy s předáním informací. Simulovaný rozhovor je dobré zaznamenat na diktafon, aby děti samy slyšely, jaké dělaly během hovoru chyby a na co zapomínaly. Před a během telefonování se snažte dodržovat tyto jednoduché zásady:

Dříve než začneš telefonovat...

1. Ujisti se, že jsi sám udělal všechno pro své bezpečí (zavřené a řádně utěsněné dveře, dostatečná vzdálenost od hořícího domu, bezpečné místo za svodidly při dopravní nehodě atd.)!
2. Před telefonováním se snaž uklidnit, abys si vzpomněl na správné telefonní číslo a rozmyslel si, co chceš do telefonu říci (viz „pomocná osnova“).
3. Pokud jsi k telefonu utíkal daleko, před telefonováním se nejdříve několikrát zhluboka nadechni, aby ses uklidnil a vydýchal.
4. Vzpomeň si na to, že během telefonního hovoru bude nutné hovořit stručně, pomalu a srozumitelně.
5. Připomeň si také, jaké telefonní číslo má telefonní budka (číslo je napsáno uvnitř každé telefonní budky) nebo mobilní telefon, ze kterého se chystáš zavolat.
6. Nezapomeň vždy zavěsit sluchátko a po ukončení hovoru vyčkej na tzv. zpětný telefonát, sloužící k ověření pravdivosti tvého „hlášení“.

Na závěr děti upozorněte na možnost dalších dotazů ze strany hasičského operačního důstojníka např.: „Ve kterém patře hoří?“; „Nevíš, jestli jsou uvnitř nějakí lidé?“; „Ty jsi přímo v domě, ve kterém hoří?“; atd.

c) Hasiči jedoucí k zásahu a děti na silnici

Přemýšlejte společně s dětmi o tom, která místa vašeho města jsou pro ně nejvíce nebezpečná (osobní zkušenosti dětí, na co děti upozorňovali jejich rodiče atd.). Měli byste společně dojít k obecnému závěru, že největší nebezpečí hrozí dětem pokud si hrají na silnicích a nebo v jejich blízkosti! Zdůrazněte, že hra na těchto místech je velmi nebezpečná a je mnohem lepší si hrát např. na dětských hřištích!

Na vhodných příkladech (brzdění na jízdním kole, na sáňkách) se pokuste dětem vysvětlit, jak je obtížné zastavit ¹⁶⁾ i pomalu jedoucí osobní vozidlo.

Zeptejte se dětí, jestli ví, proč vozidla jedoucí k zásahům (hasičské, policejní i sanitní vozy) „houkají“ a mají zapnutý majáky. Dále se dětem pokuste vysvětlit skutečnost, že „houkající“ hasičská vozidla jedou, na rozdíl od ostatních vozidel projíždějících městem, ještě mnohem rychleji a že jsou také mnohem těžší, čímž se odpovídajícím způsobem prodlužuje jejich brzdná dráha (brodění na saních při jízdě ve dvou).



Poznámka: Rozdíly ve hmotnostech vozidel lze malým dětem připodobnit např. takto: osobní automobil (hmotnost např. 1 tuna) = 1 slůně slona afrického, požární cisterna (např. 23 tun) = 4 dospělí sloni.

Požádejte děti jménem hasičů - řidičů (strojníků), aby si v případě, že uvidí blížící se „houkající“ hasičská vozidla, přestaly na chvíli hrát (se psem, s míčem, na kolečkových bruslích atd.) a projíždějícím hasičům raději z bezpečné vzdálenosti zamávaly.

Výsledek výuky:

- Dítě dokáže vyjádřit vlastními slovy pojem „bezplatná telefonní linka tísňového volání“ a ví, že tato funguje nepřetržitě.

¹⁶⁾ Brzdná dráha osobního vozidla (zdroj - ÚAMK): 50 km/hod - 28 m (polovina chodců umírá!), 60 km/hod - 35 m (téměř každý chodec umírá!).

- Dítě umí správně přiřadit tísňová telefonní čísla k příslušným složkám IZS.
- Dítě zná z paměti a dokáže použít „pomocnou osnovu“ pro nahlášení požáru.
- Dítě dokáže plynule a srozumitelně hovořit do telefonu.
- Dítě ví, že použití telefonu je zpravidla nejrychlejší způsob, jak přivolat pomoc.
- Dítě umí zdůvodnit, proč je tzv. „falešné volání“ nebezpečné.
- Dítě dokáže zdůvodnit, proč je nebezpečná jakákoliv hra v blízkosti silnice a z čeho plyne zvýšené nebezpečí při průjezdu hasičských vozidel jedoucích k zásahu.

Blok 3

a) Který oheň je „dobrý“ a který oheň je „zlý“ (proměna dobrého ohně ve zlý)

b) Nalezené zápalky a „hra“ s nimi

c) Co dělat, když na mě hoří oblečení, a jaké jsou základní zásady první pomoci při jednoduchých popáleninách

Časová dotace bloku: **cca 20 minut.**

Podklady v teoretické části na straně: **11 - 21, 52.**

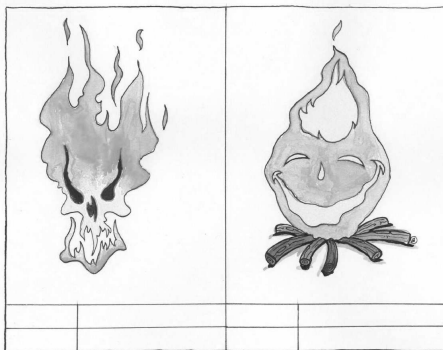
Cíle výuky:

- Vysvětlit dětem rozdíl mezi ohněm „dobrým“ a ohněm „zlým“.
- Na konkrétních příkladech dětem demonstrovat snadnou proměnu „dobrého“ ohně v oheň „zlý“.
- Vysvětlit dětem, jak se zachovat, když naleznou např. na ulici zápalky nebo zapalovač.
- Naučit děti co dělat, když na nich začne hořet oblečení.
- Naučit děti základním zásadám první pomoci při jednoduchých popáleninách.

a) Který oheň je „dobrý“ a který oheň je „zlý“ (proměna dobrého ohně ve zlý)

Tip: Dobrým úvodem k tomuto tématu se může stát tato jednoduchá hra:

- Rozdělte děti na dvě soutěžící družstva ¹⁷⁾ (např. chlapci a dívky).
- Nechejte děti vybrat jednoho mluvčího z každé skupiny.
- Vysvětlíte dětem obecně rozdíl mezi „dobrým“ a „zlým“ otevřeným ohněm ¹⁸⁾ („dobrý oheň“ - pomáhá, „zlý oheň“ - škodí) a na levou část tabule nakreslete vedle sebe jednoduchá, ale výstižná vyobrazení obou variant ohně a oba obrázky oddělte svislou čarou (nebo využijte fólii připravenou k tomuto účelu).



- Stejně rozvrhněte také pravou část tabule pro druhé družstvo.
- Cílem hry je to, aby děti ve skupinách vymyslely vždy po jednom příkladu otevřeného ohně „zlého“ a „dobrého“; oba mluvčí pak střídavě tlumočí učiteli návrhy,

k nimž děti skupinovou práci došly.

- Každá z uvedených variant otevřeného ohně musí být také správně odůvodněna (čím je lidem oheň prospěšný, nebo čím lidem škodí), jinak družstvo bod nezískává, ale ztrácí.
- Učitel, coby rozhodčí, přiděluje nebo odebírá oběma skupinám body a vše zapisuje na tabuli.
- Hra pokračuje tak dlouho, dokud dětem nedojdou nápady.
- Vítězem hry se stává družstvo, které vymyslelo a správně odůvodnilo nejvíce příkladů „dobrého“ a „zlého“ ohně.

¹⁷⁾ U starších dětí může být skupin i více (podmíněno dostatečnou invencí dětí).

¹⁸⁾ Otevřený oheň - oheň s volným přístupem vzduchu (takto výstižně definoval pojem žák prvního stupně základní školy).

Naučte děti pořekadlo „**oheň je dobrý sluha, ale zlý pán**“. Vysvětlete jim jeho význam (např.: „Oheň slouží člověku věrně. Když se však dostane do rukou těm, kteří neví, jak se s ním správně zachází - např. dětem, umí být oheň velice zlý. Proto se stává, že někde hoří dům, škola, stoh slámy a někdy i les, kde žijí zvířátka“.). Uveďte dětem jeden ilustrativní příklad takového „proměny“ ohně a např. metodou řízené diskuze vymýšlejte společně další příklady.

Dobrým příkladem z praxe mohou být svíčky na vánočním stromečku, kdy i z malého plamínku na svíčke může vzniknout velký a nebezpečný požár. Ve své podstatě se jedná o otevřený oheň „dobrý“ - svíčky dotváří příjemnou atmosféru Vánoc. Když se však děti rozhodnou v nepřítomnosti rodičů, že si samy svíčky zapálí a během hry s novými hračkami (v jiném pokoji) na svíčky zapomenou, snadno se změní „oheň dobrý“ v „oheň zlý“¹⁹⁾. Propálený koberec nebo zakouřené stěny pokoje (a to je ten lepší případ...) současně změní atmosféru celých vánočních svátků.

b) Nalezené zápalky a „hra“ s nimi

Zeptejte se dětí, co by udělaly, kdyby našly na ulici zápalky nebo zapalovač. Společně byste měli dojít přibližně k těmto pravidlům:

1. Zápalky nebo zapalovač nikdy neschovávat do kapsy např. za účelem pozdějšího předání rodičům - vždy svádí k nebezpečné hře!
2. Nejlépe je zápalky ihned vyhodit do kontejneru, nebo je raději nechat ležet na ulici.
3. Zápalky nebo zapalovač pokud možno okamžitě předat některému z „důvěryhodných“ dospělých²⁰⁾ (prodávačka v obchodě, maminka s kočárkem, policista v uniformě, atd.).
4. Pokud se jedná o odložené zápalky



19) Opět se jedná spíše o postupné vytváření přiměřeného respektu u dětí ve vztahu k ohni, proto dbejte na to, abyste neuváděli nevhodné příklady, které by děti zbytečně strašily.

20) U této varianty vzniká riziko oslovení nebezpečného člověka, proto je nutno opravdu velmi přesně vymezit okruh „důvěryhodných“ dospělých nebo raději menší děti vždy odkázat na bod č. 2.

nebo zapalovač v domácnosti, je nutné odevzdat je ihned rodičům.

5. Pokud rodiče zrovna nejsou doma, platí pravidlo č. 1. Dodatečně je pak rodiče nutno upozornit na volně ležící zápalky (např. kvůli mladším sourozencům).

Udělejte si s dětmi tuto jednoduchou scénku. „Pohod'te“ zápalky na podlahu a předved'te dětem dobrý i špatný způsob, jak s nalezenými zápalkami naložit (viz pravidla výše). Děti by měly samy určit, která ze scének demonstrovala správné chování.

Požádejte děti o bdělost ve škole či mezi kamarády a vysvětlete, že upozornění na někoho, kdo si hraje se zápalkami, není nic špatného.

c) Co dělat, když na mě hoří oblečení, a jaké jsou základní zásady první pomoci při jednoduchých popáleninách

Vysvětlete dětem, že například při vaření, ale i při nešikovné nebo nedovolené manipulaci s otevřeným ohněm, se může stát, že na člověku začne hořet oblečení. Zeptejte se jich, jak by se v takovémto případě zachovaly. Např. metodou řízené diskuze hledejte řešení pro tyto dvě alternativy:

- a) Pro případ, kdy máme po ruce „známou“ vodu.
- b) Pro případ, kdy po ruce „známou“ vodu nemáme.

Možná budete překvapeni širokým spektrem vhodných i nevhodných řešení, která děti ihned vymyslí. Zdůrazněte, že v takovýchto případech je nutno jednat opravdu velmi rychle a přesvědčivými argumenty se snažte nasměrovat děti k těmto řešením:

- a) Pokud je v dosahu „známá“ voda (kohoutek v kuchyni, džbánec s vodou atd.), co nejrychleji hořící oděv uhasit pomocí vody²¹⁾.
- b) Pokud v dosahu „známá“ voda není, nabídněte dětem tento mezinárodně uznávaný postup:

„Zastav se, lehni si a kutálej se!“

Zastav se - neutíkej, během či chůzí se oheň ještě více rozšíří (běžící osobu nutno násilím zastavit, donutit ulehnout a uhasit oděv);

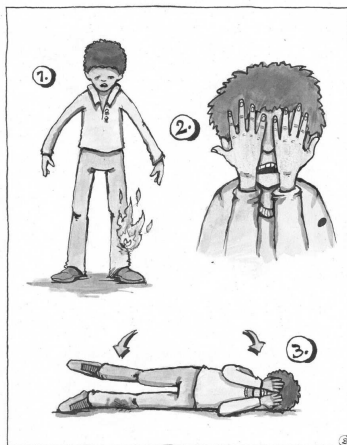
21) Pozor na hořlavé kapaliny a jiné nebezpečné látky uskladněné v neoznačených neoriginálních obalech a neznámou vodu v přírodním terénu.

Lehni si - kdekoli jsi, venku nebo uvnitř, okamžitě si lehni na zem a zakryj si dlaněmi tvář, abys chránil svůj obličej (dlaně nepřikládej na obličej v případě, že hoří rukávy tvého oblečení);

Kutálej se - válej se, dokud plameny neuhasnou, válením se zamezí přístupu kyslíku potřebného k hoření. Je-li po ruce deka nebo jiná vhodná textilie (nesmí to být textilie z umělých hmot), je možno ji také použít k uhašení hořícího oděvu.

Sami nebo s pomocí vybraného dítěte si vše několikrát názorně předved'te a důležité heslo: „**Zastav se, lehni si a kutálej se!**“ se naučte zpaměti.

Zeptejte se dětí, kdo se už někdy v životě o něco nebo něčím popálil. Pokud děti budou chtít, nechejte je, aby se na toto téma více rozpovídaly a popsaly své pocity ²²⁾ související s touto nehodou. Ostatním dětem vysvětlíte, že občas může i k takovéto nehodě dojít a je lepší se na tuto situaci předem dobře připravit.



Naučte děti těchto pět základních zásad poskytnutí první pomoci při jednoduchých popáleninách (max. I. stupeň):

1. Popálené plochy se pokud možno nedotýkejte, nepřetahujte přes ni ušpiněnou látku. Nezasypávejte ji a nevtírejte do ní olej ani masti.
2. Co nejdříve ponořte popálenou plochu do čisté, studené a nejlépe proudící vody (pitná voda z vodovodu). Ochlazujte, dokud se nezmírní bolest cca 10 - 20 min.

Tip: Pro lepší pochopení smyslu ochlazování popáleného místa, popisujeme ošetření popáleniny jako „závod“ vody s „popáleninou“. Na tabuli nakreslí jeden z instruktorů hořící zápalku (symbolicky) a obrys lidské ruky s popáleným místem. Nejlépe červenou křídou pak kreslí instruktor postupující „popáleninu“, která pozvolna postupuje hloub a hloub do tkáně ruky. Nejlépe modrou křídou pak nakreslí nad popáleninu symbolickou kapičku vody a opět chlad postupující hloub a hloub do tkáně ruky. Vše pokračuje do té doby až modrá barva překryje červenou barvu -

22) Jedním z hlavních „hesel“, vystihujících principy využívané vyškolenými instruktory, je heslo: „Děti dětem věří“.

postupující popálenina byla zastavena. Děti musí bezpodmínečně pochopit, že teprve dostatečně dlouhým chlazením popáleného místa lze předejít dalšímu poškození dosud zdravé tkáně.

3. Po ochlazení překryjte popálenou plochu čistým, nejlépe vyžehleným, bílým kapesníkem, ručníkem, prostěradlem apod.
4. Vždycky řekněte o svém popálení co nejrychleji svým rodičům nebo jiným dospělým.
5. Při popáleninách, které jsou svým rozsahem větší než velikost dlaně, vyhledejte vždy co nejdříve zdravotnickou pomoc (zavolejte na telefonní číslo 155).

Tip: Nahrajte si svou vyučovací hodinu a na základě nahrávky se pokuste objektivně zhodnotit svůj výklad. Můžete sledovat následující kritéria:

- Dozvěděly se děti v průběhu naší hodiny vše, co jsme jim chtěli říci (zkontroluj na základě výsledků výuky, které najdeš vždy u jednotlivých bloků hodiny)?
- Zdůraznili jsme dostatečně nejdůležitější části našeho výkladu?
- Diskuze u jednotlivých témat byly vždy uzavřeny jednoznačně a pozitivně?
- Nepoužívali jsme během výkladu cizí slova, odborné či slangové výrazy?
- Nemluvili jsme nesrozumitelně ani příliš rychle?
- Byli jsme „zábavní“ a výuka měla spád, lze výuku ještě nějak oživit?

Výsledek výuky:

- Dítě umí vysvětlit pojem „otevřený oheň“.
- Dítě umí definovat rozdíl mezi „špatným“ a „dobrým“ ohněm.
- Dítě umí interpretovat pořekadlo: „Oheň je dobrý sluha, ale zlý pán.“
- Dítě dokáže přiměřeně reprodukovat pravidla chování v případě nalezených zápalek a ví také, proč tato pravidla dodržovat.
- Dítě si připomnělo nebezpečí plynoucí ze hry s ohněm a je u něho dále rozvíjen přiměřený respekt vůči ohni.

- Dítě umí reprodukovat pravidlo „zastav se, lehni si a kutálej se“ a umí jej správně prakticky předvést.
- Dítě zná zásady poskytnutí první pomoci při jednoduchých popáleninách.

DRUHÁ HODINA

<i>Prostor:</i>	třída, školní družina.
<i>Základní pomůcky a materiál:</i>	zpětný projektor nebo dataprojektor, sada fólií pro zpětný projektor nebo obrázků na CD pro dataprojektor, tabule nebo flipchart, kreslicí a psací potřeby, odměny pro děti (propagačně - vzdělávací materiály, bonbóny), dva ručníky (deka, prostěradlo), svíčka v kalíšku, nahrávky jednotlivých druhů signálů (CD je přílohou publikace).

Blok 1

a) Krátké zopakování informací získaných v předchozí hodině

Časová dotace bloku: **10 minut.**

Cíle výuky:

- Zopakovat informace získané v úvodní hodině prvního cyklu.

a) Krátké zopakování informací získaných v předchozí hodině

Posaďte děti do kruhu a postupně dávejte každému z nich vždy po jedné otázce z předchozí hodiny. Zjistíte tak, jestli byl váš předchozí výklad plně pochopen, což vám opět usnadní následující práci. Abyste dětem jejich vzpomínání usnadnili, pokuste se dodržet sled otázek tak, aby odpovídal tématickému řazení úvodní hodiny.

Tip: Děti si mohou též mezi sebou například házet míček, a tím si předávat slovo. Pokud máte dostatek času, můžete též využít nápadů a pomůcek určených k opakování, které naleznete v přílohách.

Výsledek výuky:

- Děti si připomněly informace získané v předchozí hodině a jsou připraveny doplnit a rozvinout své znalosti prostřednictvím následujících bloků.

Blok 2

a) Odkud hrozí nebezpečí u nás doma a na co nezapomenout při odchodu z domu

b) Jak poznám, když hoří u nás doma a co dělat

Časová dotace bloku: **30 minut**.

Podklady v teoretické části na straně: **17 - 21**.

Cíle výuky:

- Rozebrat s dětmi domácnost z hlediska možného požárního nebezpečí.
- Upozornit děti na rizika plynoucích z některých nebezpečných her dětí.
- Naučit děti jednoduché kontroly domácnosti pro případ, že bude dítě odcházet z domu jako poslední - bez rodičů.
- Seznámit děti s charakteristickými příznaky hoření.
- Prakticky naučit děti, jak se správně zachovat při domnělém nebo skutečně hrozícím nebezpečí vzniku požáru v domácnosti.
- Naučit děti nejdůležitějším zásadám, souvisejících se vznikem požárů v domácnostech, zejména týkajících se schovávání (např. do skříní, pod postel atd.) a vracení se zpět do hořícího domu.

a) Odkud hrozí nebezpečí u nás doma a na co nezapomenout při odchodu z domu

Přemýšlejte společně s dětmi o tom, které místnosti jsou v domácnostech z hlediska požáru nejnebezpečnější. Společně byste měli dojít k tomu, že se jedná především o místnosti, kde se nachází otevřený oheň nebo se tam s ním manipuluje (kuchyně, obývací pokoje s krbem, kotelny atd.) a o místnosti, kde jsou často využívány elektrické spotřebiče, které vyvíjejí teplo (koupelny, kuchyně, dílny atd.).

Zeptejte se dětí, které z domácích elektrických spotřebičů už samostatně používají. Dále je zajímavé zeptat se na to, co dětem o těchto spotřebičích (uklizení horkých žehliček, vaření na plynových sporácích atd.) řekli sami rodiče. Tímto jednoduchým průzkumem získáte poměrně přesný přehled o rodinných zvyklostech, týkajících se požární bezpečnosti.

Připomeňte si správné zásady používání elektrických spotřebičů -

příprava jídel v toustovačích, mikrovlnných troubách a na sporácích, používání teplometů např. v koupelně, čtení nebo usínání u rozsvícených lampiček, fénování, žehlení.

Poznámka: Děti již dnes manipulují s nejrůznějšími elektrickými nebo plynovými spotřebiči ve stále nižším věku a většinou nemají potřebné zkušenosti z oblasti jejich používání. Především vaření je jednou z nejčastějších příčin vzniku požárů v domácnostech.

V případě dostatečného množství času si můžete s dětmi zahrát následující hru:

„Hra na devětkrát nikdy“

Jde o písemnou fixaci devíti velmi důležitých pravidel, týkajících se nebezpečných her dětí. Nejdříve několikrát tato pravidla, jejichž respektováním lze nejenom předejít vzniku požáru v domácnostech, ale hlavně také přímému popálení hrajících si dětí, dětem přečtete. Poté rozdejte všem papíry a požádejte děti, aby si vzpomněly a svými slovy napsaly co nejvíce z následujících pravidel:

1. Nikdy si nehraj se zápalkami nebo zapalovači, které rodiče zapomněli uklidit!
2. Nikdy si nehraj v blízkosti zdrojů otevřeného ohně nebo tepla (kamna, krby, přímotopy)!
3. Nikdy si nehraj s plynovými nebo elektrickými sporáky, ani v jejich blízkosti!
4. Nikdy si doma nehraj s dělobuchy a jinou zábavnou pyrotechnikou!
5. Nikdy si doma nehraj s předměty nebo tekutinami, které neznáš nebo jsou označeny „plamínky“ či „lebkou“ (hořlaviny, jedy, žíraviny...)!
6. Nikdy si nehraj s elektrickými „dráty“ od světel nebo elektrických spotřebičů, s „dospěláckým“ nářadím a v blízkosti elektrických zásuvek!
7. Nikdy si nehraj se světly, prskavkami či svíčkami na vánočním stromečku, a to zejména, když jsi sám doma!
8. Nikdy neusínej u rozsvícených stolních lampiček (naučte se usínat za tmy nebo raději u „velkého“ pokojového světla), ani si nehraj v jejich blízkosti! Hrozí jejich převrnutí a vznik požáru.
9. Nikdy neodcházej ven z domu, aniž bys vypnul elektrické spotřebiče, které jsi používal (televizor, počítač, světla, elektrické svíčky na stromečku atd.).

Průběh hry lze při nedostatku času urychlit tak, že devět pravidel nejdříve dětem pomalu a srozumitelně přečtete, přičemž je předem požádáte, aby si jich co nejvíce zapamatovaly. Po té vyberete dvojici „kovbojů“, kteří se postaví naproti sobě a střídavě na sebe vystřelují „náboje odpovědí“ dokud jednomu z nich náboje nedojdou. Ostatní děti pozorně souboj sledují a po souboji mohou ještě doplnit případná chybějící doporučení.

Na závěr tohoto bloku naučte děti základní kontrole domácnosti, která by měla proběhnout vždy před odchodem posledního člena z domova. Můžete využít následující jednoduchou „Hasíkovu“ říkanku, kterou lze zadat k naučení jako dobrovolný domácí úkol:

„Na co nezapomenout při odchodu z domu“

*Při odchodu z domu nezapomeň klíče,
překontroluj k tomu všechny spotřebiče.*

*Kdyby se ti hlava trošku z toho pletla
znamená to sporák, no a taky světla.*

*Pozastavuj vodu, okna zavři taky
může přijít vítr a dešťové mraky.*

*Na adventním věnci zhasni všechny svíčky
ať nemáme z Vánoc chvíle pro slzičky.*

*Do aktovky přidej se svačinou sáček,
na cestu se vydej - zdraví tě tvůj dráček.*

Hasík

Poznámka: Pokud je k dispozici vhodná místnost (školní kuchyňka atd.), můžete získané vědomosti o kontrole domácnosti aplikovat v praxi.

b) Jak poznám, když hoří u nás doma a co dělat

Zeptejte se dětí, jestli už některé z nich zažilo někdy požár v blízkém sousedství nebo přímo doma. Nechejte dítě (nebo děti) stručně popsat své osobní zážitky a pocity. Můžete pokládat tyto doplňující otázky:

1. Jak (nebo proč) požár vznikl?
2. Kdo si požáru všiml, případně, kdo požár nahlásil?
3. Jak jste se s rodiči zachovali?

4. Podle čeho jste poznali, že u vás doma hoří?
5. Jak vše nakonec dopadlo ²³⁾.

Dále se zeptejte děti, podle čeho by poznaly, že doma hoří? Zapalte na pracovním stole nebo na židli bez polstrování svíčku v kalíšku a během hoření a uhašení svíčky seznamte děti s charakteristickými příznaky hoření - **kouř (zápach), světlo a teplo**.

Nyní si s dětmi zahrajte tuto jednoduchou simulační hru (rekonstrukce skutečné události). Jeden z instruktorů v ní ztvární roli Pavlíka (děti si ho mohou sami pojmenovat) a pokračuje podle následujícího „scénáře“. Za aktivního využití fólií pro zpětný projektor (příp. s využitím dataprojektoru) ztvárněte dvě níže uvedené situace, týkající se domnělého nebo skutečně hrozícího požárního nebezpečí v průběhu noci:

A) Co dělat, když v noci ucítím kouř (dveře nejsou horké)

Pavlík leží ve svém pokojíku, spí a v rukou má svou oblíbenou hračku - **instruktor ulehá s hračkou uprostřed vašeho komunitního kruhu na improvizovanou postel ze tří židlíček**. Všude je тихо a tma, když tu najednou Pavlík ucítí kouř. Neví, co se děje, a tak si sedá na postel a chce jít všechno zjistit - **instruktor se probouzí, a když sedí, začíná kašlat a mnout si oči - naznačuje, že je v pokoji kouř**.



Pavlík se rychle skulí z postele na zem, sedá si a snaží se dýchat přes pyžamo (tričko, kapesník - informujte děti, že v praxi je vše nutno pokud možno namočit), které si přiložil přes nos a ústa - **totéž dělá instruktor a později také dětský „protagonista“**.

Poznámka: Dbejte na to, abyste měli během ukázky zakryty vždy nos i ústa a později kontrolujte také děti, aby měly vždy zakryt nos i ústa. Je to jedna z nejčastějších chyb, kdy instruktor během předvádění zakrývá např. pouze ústa, ale nedýchá přitom nosem, což však děti neví.

23) Děti se většinou velmi rády rozpovídají, pozor však na přímé účastníky událostí s tragickým koncem!

Dále upozorněte děti na to, že přestože je všude tma a také přes kouř není dobře vidět, nemůže Pavlík rozsvěcet světla.

Poznámka: Bude-li cítit plyn, nesmí se v žádném případě rozsvítit světla! Ve většině případů v dětském pokojíčku absolutní tma nikdy nebude, takže s orientací v místnosti by v praxi neměl být problém.

Po kolenou a podél zdi se Pavlík blíží ke dveřím pokoje - **zeptajte se děti jestli ví, proč se právě takto Pavlík zachoval? Na vhodných příkladech (teplý kouř z komínů, vzducholod', horká pára atd.) vysvětlíte všem dětem, že kouř stoupá vždy vzhůru, proto je při požáru vzduch u země mnohem čistější - je zde mnohem lépe vidět a nižší teplota. Podél zdi jde Pavlík proto, aby ve tmě a v kouři nezabloudil** ²⁴⁾.

Když je Pavlík u dveří, zpoza rohu nejprve opatrně krátce zkouší hřbetem ruky, jestli nejsou dveře horké - **instruktor a později i dítě vše opět předvede.**

Zjistil, že dveře horké nejsou, a tak stejným způsobem pokládá na dveře hřbet ruky podruhé a na delší dobu. Postup zopakuje také na klice (nutno pouze pokud je kovová) - **Pavlík vše opět předvede.**

Jelikož klika v první ukázce nepálí, dveře opatrně otevírá, ale ještě chvíli vyčkává za rohem. Teprve, když se nic zvláštního neděje (viditelné plameny, velký nebo neznámý hluk, horko a kouř valící se do místnosti), pokračuje instruktor v roli Pavlíka po čtyřech za rodiči, aby je vzbudil a na své zjištění upozornil - **varoval je.**



Celou situaci si postupně dále předvádějte s dětmi (jednotlivě) až do té doby, kdy zvládnou vše bez jakékoliv nápovědy. Požádejte děti, aby všem předvádějícím zatleskaly a přejděte k následné variantě B.

B) Co dělat, když v noci ucítím kouř (dveře jsou horké)

Vše probíhá stejně jako u varianty č. 1 až k místu, kdy Pavlík sahá

24) Využívají také hasiči.

poprvé krátce na dveře.

Pavlík sahá hřbetem ruky krátce na dveře, ale zjistil, že dveře pálí - musí tedy zůstat v pokojíčku a zabránit (pokud možno mokrou dekou nebo oblečením, lepicí páskou atd.) přístupu kouře vnikajícího štěrbinami kolem dveří (hlavně pode dveřmi) - **instruktor a později též dítě vše opět předvádí.**

Poznámka: Horké dveře se nesmí nikdy otevřít!

Pavlík několikrát zakřičel ze všech sil „Hoří! Hoří!“, aby varoval ostatní členy rodiny.

Poznámka: Dítě předvede (lze také „bouchat“ na zeď, pokud ložnice rodičů sousedí s dětským pokojem nebo na kovové trubky od topení). Může se stát, že se některé děti v důsledku své tiché povahy (vlivem školního prostředí) budou stydět zakřičet. Nenuťte je tedy křičet za každou cenu před ostatními dětmi. Raději řekněte všem, že si teď mohou „zakřičet“ všichni společně, že právě dnes mají tuto skvělou příležitost.



Pavlík se po kolenou a s pyžamem přiloženým přes nos a ústa přesouvá směrem k oknu a pokud má mobilní telefon, vezme si jej s sebou.

U pootevřeného okna pak Pavlík telefonuje k hasičům (viz blok 2b) a po ukončení telefonátu opět křičí ze všech sil „Hóří!, Hóří!“ (příp. bouchá do ústředního topení, aby upozornilo např. spící sousedy) - **dítě opět všechno přesně předvádí. Dávejte však pozor, abyste při nácviu opravdu nepřivolali hasiče.**

Aby na sebe Pavlík ještě více upozornil, vyvěsil z pootevřeného okna ručník, deku nebo prostěradlo - **dítě předvede. Vyvěšený ručník, deka nebo prostěradlo z okna je pro hasiče znamením, které říká „Tady jsem, pomozte mi!“**²⁵⁾.

Opět si společně zatleskejte a celou situaci si dále předvádějte až do úplného zvládnutí. **Na závěr obou ukázek ujistěte děti, že pomoc vždy určitě přijde.** Hasiči se včas dozví o požáru třeba od sousedů, kolemjdoucích atd.

25) Ze své praxe víme, že ačkoli se jedná o přípravu pro situace velmi vážné a nebezpečné, děti spolupracují ochotně a vše berou spíše jako hru - vážnost situace si neuvědomují v takovém rozsahu, jako my dospělí. Opět není žádoucí, aby děti byly jakkoliv strašeny.

Naposledy si společně zopakujte tyto důležité zásady, které je nutno v případě domnělého i skutečného požáru respektovat:

1. Pokud máte během dne podezření, že někde doma hoří (kouř, zápach, plameny), okamžitě upozorněte některého z rodičů.
2. Pokud cítíte kouř např. na chodbě panelového domu - upozorněte své rodiče, sousedy nebo sami zavolejte hasiče.
3. Naučte se spát za zavřenými dveřmi ²⁶⁾.
4. Při pohybu v zakouřené místnosti se držte u země, dýchejte přes pyžamo nebo kapesník (nejlépe namočený) a pohybujte se podél zdí.
5. Pokud dveře nejsou na dotyk horké, urychleně opusťte ohrožený prostor a varujte ostatní členy rodiny.
6. Pokud jsou dveře na dotyk horké, nikdy je neotevírejte! Snažte se je utěsnit (např. namočenou dekou, lepicí páskou, atd.) a upozorněte na sebe křikem „Hó-ří!“
7. Vyvěste v okně ručník nebo prostěradlo, které na vás bude upozorňovat i v případě, když už vy sami ztratíte hlas nebo už nebudete při vědomí.
8. Nikdy nerozsvěcujte (zejména, když cítíte plyn).
9. Snažte se vždy probudit rodiče. Je dobré si pro tento případ s rodiči smluvit signál (bouchání na zeď, na topení atd.) oznamující nebezpečí.
10. Pokoušet se bezmyšlenkovitě unikat oknem z přízemního patra rodinného domku (jedna z možných únikových cest), je velmi nebezpečné.
11. Pokud rodiče nejsou schopni požár sami uhasit, opusťte společně bezpečným způsobem budovu (zavírejte za sebou dveře, aby se požár šířil pomaleji).

Poznámka: Opuštění budovy platí především pro rodinné domy. Vycházet na zakouřené neosvětlené chodby panelových domů lze doporučit pouze při



26) V případě požáru brání dveře v přístupu tepla a kouře.

bezprostředním ohrožení plameny ohně. Zavolejte hasiče a vyčkejte jejich příjezdu na předem domluveném bezpečném místě (viz domácí únikový plán - dále DÚP).

12. V žádném případě se nikdy pro nic nevracejte zpět do hořícího domu (oblíbená hračka, zvíře - ujistěte děti, že jim hasiči rádi pomohou)²⁷⁾!

13. Nikdy se neschovávejte např. do skříně nebo pod postel²⁸⁾!



Po ukončení obou ukázek děti musí bezpodmínečně znát odpovědi na následující otázky:

- Proč je dobré spát za zavřenými dveřmi?
- Proč nerozsvěcovat (zejména, když je cítit plyn)?
- Jak upozornit rodiče, že se něco děje?
- Proč se nevracet zpět do hořícího domu?
- Proč se neschovávat do skříní nebo pod postel?

Výsledek výuky:

- Dítě dokáže určit místnosti v domácnosti, které jsou nejvíce nebezpečné z hlediska možného vzniku požáru (kuchyň, koupelna, kotelna).
- Dítě ví o možných nebezpečích, která plynou z nevhodných (nebezpečných) her v domácnostech a umí je svými slovy pojmenovat.
- Dítě přiměřeně ovládá základní kontrolu domácnosti při odchodu z domu.
- Dítě dokáže vyjmenovat charakteristické příznaky hoření.

27) Můžete dětem říci, že zasahující hasiči mají na rozdíl od civilního občana nejenom více zkušeností, ale také potřebnou výstroj, výzbroj a techniku, přičemž navíc procházejí pravidelně výcvikem zaměřeným právě na tento druh situací.

28) Pokuste se vysvětlit složitou situaci zasahujícího hasiče - neznámý prostor, nefungující osvětlení, hustý kouř, schované dítě!

- Dítě dokáže prakticky aplikovat základní dovednosti využívané při domnělém nebo skutečně hrozícím nebezpečí požáru v průběhu noci.
- Dítě dokáže vlastními slovy vyjádřit důležité zásady, které je nutno respektovat v případě vzniku požáru v domácnosti.
- Dítě si dále prohlubuje důvěru k zasahujícím jednotkám hasičů.

Blok 3

a) Domácí únikový plán, způsob vyhlášení poplachu a únikové cesty na škole

b) Co je to varovný signál a co budu dělat, když jej uslyším

Časová dotace bloku: **20 minut**.

Podklady v teoretické části na straně: **37, 42 - 43**.

Cíle výuky:

- Seznámit děti s DÚP.
- Částečně zapojit rodiče do výuky (formou společného zpracovávání DÚP).
- Vysvětlit dětem rozdíl mezi cvičným a skutečným požárním poplachem ve škole.
- Naučit děti základním zásadám, jimiž je třeba se řídit v případě vyhlášení požárního poplachu ve škole.
- Informovat děti o druzích sirén a možnostech jejich použití.
- Sirény jsou spolehlivým prostředkem varování všech obyvatel před nebezpečím.

a) Domácí únikový plán, způsob vyhlášení poplachu a únikové cesty na škole

Vysvětlíte jednoduše dětem, co je to "**Domácí únikový plán**". DÚP je předem smluvený způsob úniku či opuštění objektu (bytu, domu) v případě požáru. Zpravidla se vypracovává několik únikových cest a slouží k včasnému a bezpečnému opuštění ohroženého prostoru. DÚP by měl být znám všem členům rodiny a měl by být alespoň dvakrát ročně procvičován. Důležitou

součástí DÚP je „**Místo setkání**“ členů rodiny (u stromu na zahradě, u lampy pouličního osvětlení...).

Poznámka: Rozdejte dětem po jednom výtisku letáčku pro rodiče, který je součástí příloh a požádejte je, aby si doma s rodiči o DÚP promluvily. Projděte si společně návod k sestavení DÚP.

Domácí únikový plán - jak na to - vysvětlete dětem že:



1. Každá rodina by měla mít nakreslený DÚP.
2. Žádoucí je znát vždy dvě únikové cesty z každého pokoje (dveře, okno).
3. Vždy je třeba se ujistit, že okna a dveře bytu lze snadno otevírat a únik není znemožněn například mřížemi (zejména u rodinných domků).
4. Rodina má určeno „**místo setkání**“ mimo dům (u stromu před domem či jiný zachytý bod), kde se všichni sejdete a odkud budete volat hasiče a označte si jej na svém plánu. Lze

tak získat přehled o všech členech rodiny v případě požáru a pomůžete tím také zasahující jednotce ²⁹⁾!

5. Při odchodu z jednotlivých místností zavírejte pokud možno dveře. Požár se bude do příjezdu hasičů mnohem pomaleji šířit.
6. Je dobré si nacvičit svůj DÚP s celou rodinou (nejlépe dvakrát ročně) a tak se společně ujistit, že všichni členové rodiny všemu rozumí.
7. Pokud nemusí (vznikl-li požár přímo v jejich bytě), nikdy se nevydávají na dlouhou cestu po neosvětlených a zakouřených schodištích panelového domu. Vždy je lepší řádně utěsnit dveře vlastního bytu a vyčkat příjezdu hasičů a nebo pomoci sousedům.
8. Při úniku z výškových budov (panelové domy) musí využívat pouze výtahy označené jako „**evakuační výtah**“ (tato skutečnost se dá zjistit

29) Zasahující jednotky zbytečně neriskují své zdraví a životy v případě, kdy se včas dozví na „místě setkání“ přesné informace o tom, že rodina je kompletní.

právě při nácviu vašeho DÚP například od domovníka).

9. „Domácí únikový plán“ je ve světě velmi užitečným pomocníkem, který se osvědčil již v mnoha případech.

Řekněte dětem, že s požárem se mohou setkat opravdu všude, tedy i v jejich škole. Zeptejte se dětí, jak by se dozvěděly, že někde ve škole vznikl požár. Společně byste měli dospět k tomu, že ve většině škol **je vyhlášován požární poplach školním rozhlasem nebo voláním „Hoří!“** (viz požární poplachové směrnice, pokud je má škola zpracovány).

Řekněte dětem, že také jejich škola má zpracován podobný únikový plán, jako je DÚP a můžete si jeho část překreslit na tabuli. Dále naučte děti těchto několik základních zásad pro případ vyhlášení požárního poplachu:

1. Pokud vás zastihl požární poplach mimo třídu, rychle se tam vraťte.
2. Pokud vás zastihl požární poplach ve vaší třídě, zavřete dveře a počkejte na svého učitele.
3. Pokud víte, kde se nachází případný chybějící žák, řekněte to učiteli.
4. Pokud se ztratíte, připojte se k jiné třídě.
5. Pokud potkáte někoho, kdo se ztratil, tak na něho upozorněte svého učitele.
6. Ze školy si nic neodnášejte (aktovky atd., jedinou výjimkou jsou nezbytné léky) ani se nechodte převlékat nebo přezouvat do šaten.
7. Pokud máte ve své třídě tělesně nebo zdravotně postiženého kamaráda, nezapomeňte mu při opouštění školy pomáhat.
8. Na určeném místě („místě setkání“) vyčkejte příjezdu hasičů.
9. V žádném případě se pro nic nevracejte do hořící nebo ohrožené budovy školy a ani se nikam neschovávejte!

b) Co je to varovný signál a co budu dělat, když jej uslyším

Seznamte děti s tím, že o případném hrozícím nebezpečí se dozvědí nejčastěji prostřednictvím zvuku sirény, ale že mohou být k varování před hrozícím nebezpečím využita i jiná zařízení jako například obecní rozhlas.

Informujte děti o tom, že sirény jsou „mluvící“ a „nemluvící“.

1. „Nemluvící“ sirény (elektrické rotační sirény) se poznají podle kloboučkové stříšky. Po spuštění vydávají pouze „houkání“ (*pust'íte zvukovou ukázkou*).
2. „Mluvící“ sirény (elektronické) bývají umístěny na vysokém stožáru a mají tvar trubky. Tyto sirény, kromě houkání (*pust'íte zvukovou ukázkou*), dokáží přímo také říct, jaká nebezpečí hrozí (*obsah verbálních informací naleznete v přílohách*).

Nyní s pomocí zvukových ukázek naučte děti rozlišovat jednotlivé druhy signálů:

A. Všeobecná výstraha - jediný varovná signál, který se v ČR využívá k varování obyvatel před nebezpečím. Vyhláší se po dobu 140 vteřin trvajícím kolísavým tónem sirény. Řekněte dětem, že tento signál poznají také podle toho, že na rozdíl od ostatních signálů bývá zpravidla opakován i vícekrát za sebou. Při zaslechnutí tohoto signálu je nutno se neprodleně ukrýt (*pust'íte zvukovou ukázkou*).

B. Požární poplach („hó-ří“) - tímto signálem se svolávají požární jednotky. Signál se vyhláší po dobu 60 vteřin trvajícím kolísavým tónem sirény (*pust'íte zvukovou ukázkou*).

C. Aby záchranáři zjistili, jestli jim všechny sirény správně fungují, provádějí každou první středu v měsíci ve 12 hodin **zkoušku sirén**. O této skutečnosti jsou občané informováni s předstihem z hromadných sdělovacích prostředků. Zdůrazněte, že v takovém případě děti nemusí mít žádné obavy. Jedná se o trvalý tón sirény po dobu 140 sekund (*pust'íte zvukovou ukázkou*).

Jednotlivé signály a jejich délku můžete znázornit na tabuli také graficky v průběhu zvukových ukázek (viz schémata jednotlivých signálů v přílohách).

Poznámka: Zvukové ukázky jednotlivých typů sirén a druhů signálů, jsou součástí CD přiloženého v přihrádce publikace. Jednotlivé zvukové ukázky dětem používejte ještě několikrát (v různém pořadí), abyste se ujistili, že se je naučily spolehlivě rozlišovat.

Informujte děti o tom, že oba typy sirén mohou být použity podle potřeby jen místně na ohroženém územích a nebo, bude-li to vyžadovat situace, i na území celého kraje případně i státu.

Poznámka: Děti zbytečně nestraše! Spíše je ujistěte, že velká neštěstí nejsou tak častá

(jako to mohou vidět například v televizi) a pokud by se přeci jen neštěstí stalo, tak se to právě prostřednictvím sirén určitě dozví včas děti i jejich rodiče.

Prostřednictvím následujícího textu děti naučte, jak správně postupovat v případě, když zaslechnou **varovný signál**.

1. Rychle se schovejte!

- Co nejbližší místa, kde se právě nacházíte, rychle vyhledejte spolu s rodiči (jinými dospělými) úkryt ve vyšších patrech nejbližší budovy. Nejlepší je nějaký vysoký (panelový) dům či jiná vícepodlažní budova.

2. Utěsňte dveře a okna (nezapínejte ventilaci)!

- Je třeba zavřít a utěsnit dveře tak, jako by za nimi byl požár (mokrý deka, izolepa, polštáře atd.). Když však zní sirény, musí se také zavřít a utěsnit okna, kterými by k nám mohla také proniknout nebezpečná látka.

3. Nikdy se neschovávejte například ve sklepech nebo pod mostem!

- Tam se nebezpečná látka může snadno dostat, protože tyto látky se chovají často přesně opačně než kouř z ohýnku. Nevznáší se k obloze, ale zůstávají ve sklepech a kanálech.

4. Sami z budovy nikam nevycházejte a počkejte až přijedou hasiči nebo bude poplach sirénami nebo i jinak ukončen!

- Pokud jste ve škole nebo v družině, nesmíte školu ani družinu opustit nebo sami běžet domů. Učitelé se o všechny děti postarají a řeknou vám, co máte dělat dál.

5. V případě, že jste se ztratili, požádejte někoho z dospělých, aby vám pomohl!

- Po ukončení poplachu můžete rodiče přivolat také telefonem. Pokud neznáte adresu, kde se nacházíte, zeptejte se někoho z dospělých na adresu nebo zavolejte policii (číslo 158) a řekněte, že jste se ztratili.

Výsledek výuky:

- Dítě dokáže vlastními slovy vysvětlit co je to DÚP a k čemu slouží.
- Rodiče dětí jsou informováni o tom, že jejich dítě je vzděláváno v oblasti záchranářské tematiky a jsou také částečně zapojeni do

spolupráce.

- Dítě dokáže v praxi aplikovat základní zásady využívané v případě vyhlášení požárního poplachu ve škole.
- Dítě zná únikovou cestu ze své třídy.
- Dítě získává nutnou důvěru ke svému třídnímu učiteli a k jeho znalostem postupu chování během vyhlášení požárního poplachu na škole (znalost únikových cest z budovy školy atd.).
- Dítě dokáže spolehlivě rozlišit veškeré signály, se kterými se prostřednictvím sirén může setkat.
- Dítě ví, že sirény jsou spolehlivým prostředkem varování (a vyrozumění) všech obyvatel, kterým hrozí nějaký druh nebezpečí.
- Dítě ví, že nebezpečí nehrozí každý den, ale je dobré se na něj dopředu připravit.

TŘETÍ HODINA (DOPLŇKOVÁ)

<i>Prostor:</i>	areál hasičské stanice - učebna, garáže, operační středisko...
<i>Základní pomůcky a materiál:</i>	odměny pro děti (propagačně - vzdělávací materiály, sladkosti), fotoaparát (vhodný pro návštěvu hasičské stanice) atd.

a) Opakování předchozí hodiny

b) Prohlídka hasičské stanice

Časová dotace bloku: **1 - 2 hodiny**.

Cíle výuky:

- Zopakovat informace získané v průběhu druhé hodiny, která proběhla ve škole.
- Zodpovědět případné nejasnosti dětí a učitelů.
- Ukázat dětem, kam se dovolají v případě ohlášení požáru.
- Předvést dětem nejružnější zajímavosti hasičské stanice (technika, operační středisko apod.).
- Zodpovědět dětem další otázky, které se objeví v průběhu exkurze.

a) Opakování předchozí hodiny

Na základě všech „výsledků výuky“ druhé hodiny prvního cyklu proveďte krátké opakování nejdůležitějších informací.

Tip: Můžete tak učinit ještě před vstupem do garáží například následujícím způsobem:

1. Na dostatečně prostorném místě v areálu hasičské stanice (dvůr, sportovní plochy) nechte děti postavit vedle sebe.
2. Přibližně 10 metrů od řady dětí vytyčte hranici (čára křídou, hadice).
3. Pokládejte dětem postupně otázky (zdrojem vám mohou být již zmíněné „výsledky výuky“ druhé hodiny).

4. Dítě, které se přihlásí jako první může odpovídat.
5. Pokud zodpoví otázku správně, udělá jeden krok dopředu, pokud špatně udělá krok dozadu a odpovídá druhý v pořadí přihlášených.
6. Vítězem se stává ten, kdo se jako první ocitne za vymezenou hranicí. Můžete soutěžit na tři vítězná umístění.

b) Prohlídka hasičské stanice

Několik doporučení:

1. Informujte s dostatečným předstihem své nadřízené o připravované návštěvě dětí u vás na stanici.
2. Je vhodné mít k dispozici alespoň jednoho pomocníka, ať už instruktora programu nebo vhodného kolegu (ochotného a schopného výkladu) ze směny či JSDH.
3. Hned v úvodu (před vstupem do garáží) si společně s učiteli a dětmi sjednejte pravidla pro případ výjezdu atd. Jde o jakési seznámení s bezpečností práce, samozřejmě v rozumném rozsahu.
4. Na prohlídku stanice nedoporučujeme zvát více než dvě třídy současně.
5. Nedoporučujeme jízdu dětí po skluzu a další rizikové činnosti.
6. Děti je potřeba v garážích hlídat mnohem více, než tomu bylo ve škole (nebezpečné a nepřehledné prostředí).
7. Pokud by z nějakého důvodu probíhala exkurze nepřijatelným způsobem (špatná spolupráce s vyučujícími atd.), doporučujeme exkurzi v zájmu bezpečnosti okamžitě přerušit.
8. Nadřízeného můžete také požádat o drobný finanční příspěvek na nákup bonbónů atd., jelikož většinu vašich propagačně vzdělávacích materiálů už budou děti dobře znát.
9. Dětem můžete také pořídit společné foto u techniky. Z vlastní zkušenosti víme, že o fotografování bývá velký zájem. Jednu společnou fotografii můžete dětem rovnou vytisknout nebo dodatečně zaslat do školy.

Výsledek výuky:

- Dítě si zopakovalo stěžejní informace z druhé hodiny.

- Dítě získalo konkrétní představu o tom, jak vypadá zasahující hasič a hasičská technika.
- Dítě ví, kde se v jeho městě (obci) nachází hasičská stanice.
- Dítě ví, kam se dovolá při použití tísňového telefonního čísla.
- U dítěte byl omezen strach z hasičské výstroje.
- Dítě pozbylo případných nejasností, které se vyskytly v průběhu výuky na školách.

METODICKÁ ČÁST DRUHÉHO CYKLU

TÉMATICKÉ ČLENĚNÍ BLOKŮ DRUHÉHO CYKLU (2. STUPEŇ ZŠ)

První hodina

1. blok (cca 20 minut)

- a) Úvod k druhému cyklu výuky požární prevence na základních školách
- b) Hasiči a moje nové osobní zkušenosti s nimi (upřesnění dalších činností hasičů)
- c) Co je to IZS a číslo 112 - jednotné evropské číslo tísňového volání
- d) Nahlášení dopravní nehody a hlášení události pomocí krátké textové zprávy (SMS)

2. blok (cca 30 minut)

- a) Širší souvislosti přeměny „dobrého“ ohně v oheň „zlý“, a to především ve vztahu k nezodpovědnému jednání dětí i dospělých (zodpovědnost za mladší sourozence)
- b) Podrobnější a více aktivní první pomoc při popáleninách
- c) Co to jsou hasicí přístroje a „ohňový trojúhelník“

3. blok (cca 10 minut)

- a) Lesní požáry a požáry v přírodě

Druhá hodina

1. blok (cca 10 minut)

- a) Krátké zopakování informací získaných v předchozí hodině

2. blok (cca 25 minut)

- a) Další informace týkající se tématu „Na co nezapomenout při odchodu z domu“
- b) Jak poznám, když hoří u nás doma a co dělat (odkud hrozí nebezpečí u nás doma)
- c) Nebezpečné plyny při požáru, první pomoc při nadýchání se kouře a co to je požární hlásič

- d) Únikové cesty veřejných budov a požární poplach v naší škole

3. blok (cca 25 minut)

- a) Co je to varovný signál a co dělat, když jej uslyším
- b) Co dělat, když bude nařízena evakuace z místa bydliště - zásady opuštění bytu a obsah evakuačního zavazadla
- c) Jak se budu chránit při úniku nebezpečných látek (prostředky improvizované ochrany - rozdíly oproti utěsnění místnosti při požáru)
- d) Další nebezpečí v přírodě i ve městě (doplňkové téma)

Třetí hodina (doplňková)

1. blok (cca 1 - 2 hodiny)

- a) Opakování předchozí hodiny
- b) Prohlídka hasičské stanice

Úvodní slovo k výuce druhého cyklu

Velká část témat bude pro děti opakováním již známého učiva (pokud instruktor navazuje na první cyklus programu nebo na škole proběhla jiná forma preventivně výchovné činnosti). Výjimkou jsou jen některá témata z ochrany obyvatelstva nebo kupříkladu téma související s lesními požáry.

V následující metodice lze pozorovat změnu přístupu k většině z opakovaných témat. V první řadě se jedná o rozšíření informací, které děti získaly v jednotlivých tématech prvního cyklu, ale současně také o zvětšenou míru spoluzodpovědnosti žáků za bezpečnost v domácnosti či mladší sourozence, která je na ně kladena. Příčinou uvedených změn je očekávaný myšlenkový i fyzický rozvoj cílové skupiny žáků, a to nejen s ohledem na schopnost „vstřebávat“ větší množství informací a širších souvislostí, ale i s ohledem na ještě větší pravděpodobnost kontaktu dětí s rizikovými situacemi.

Výuka by však i nadále měla zůstat přiměřená - na děti stále ještě není přenášena zodpovědnost dospělých. Zmíněný posun žáků rovněž umožňuje (a současně také vyžaduje) bohatší rozvoj komunikace mezi žáky a instruktory, což považujeme ve druhém cyklu za velmi důležité.

PRVNÍ HODINA

<i>Prostor:</i>	třída, školní družina.
<i>Základní pomůcky a materiál:</i>	zpětný projektor nebo dataprojektor, sada fólií pro zpětný projektor nebo obrázků na CD pro dataprojektor, tabule nebo flipchart, kreslicí a psací potřeby, odměny pro děti (propagačně - vzdělávací materiály, bonbóny), dva mobilní telefony.

Blok 1

a) Úvod k druhému cyklu preventivně výchovné činnosti na školách

b) Hasiči a moje nové osobní zkušenosti s nimi (upřesnění dalších činností hasičů)

c) Co je to IZS a číslo 112 - jednotné evropské číslo tísňového volání

d) Nahlášení dopravní nehody a hlášení události pomocí krátké textové zprávy (SMS)

Časová dotace bloku: **20 minut.**

Podklady v teoretické části na straně: **35 - 41.**

Cíle výuky:

- Navodit vhodnou atmosféru k preventivně výchovné činnosti a upevňovat důvěru žáků k zasahujícím hasičům (záchranářům).
- Poskytnout žákům přehled o situacích, při nichž se mohou s hasiči setkat, aby v budoucnu dokázali rozlišit, ve kterých situacích se na ně mohou obrátit.
- Připomenout žákům význam pojmu „bezplatné číslo tísňového volání“.
- Zopakovat si s žáky čísla tísňového volání (hasiči, zdravotnická záchranná služba, policie).
- Vysvětlit žákům „pojem“ IZS.
- Naučit žáky jednotné evropské číslo tísňového volání 112, jeho význam a využití.

- Naučit žáky telefonicky „nahlásit“ dopravní nehodu a upozornit je na možná nebezpečí související s dopravními nehodami.
- Zopakovat žákům, proč je špatné bezdůvodně telefonovat na tísňová telefonní čísla.
- Upozornit žáky, že prostřednictvím krátkých textových zpráv (SMS) nelze účinně a včas kontaktovat žádnou ze složek IZS.

a) Úvod k druhému cyklu preventivně výchovné činnosti na školách

Zeptejte se žáků, zda si ještě pamatují na to, jak si na prvním stupni povídali o hasičích, jestli si vzpomínají na návštěvu hasičů ve škole, či návštěvu hasičské stanice a zjistěte také, zda se vůbec žáci s touto formou preventivně výchovné činnosti na prvním stupni setkali.

b) Hasiči a moje nové osobní zkušenosti s nimi (upřesnění dalších činností hasičů)

Opět nechejte žáky vyprávět o tom, kde všude již zasahující hasiče spatřili (praxe, televize atd.).

Hra „Na tiskovou konferenci“.

Nejdříve se zeptejte žáků na to, jestli od posledního povídání o hasičích ³⁰⁾ (první cyklus) někdo hasiče potřeboval, nebo jestli hasiči u někoho přímo zasahovali. Pokud ano, vyberte z těchto žáků jednoho dobrovolníka (nikoho nenutěte), který bude ochoten o svém zážitku podrobně mluvit, pozvěte ho do prostředí vašeho komunitního kruhu a nechejte ho na úvod velmi krátce pohovořit o dané situaci. Potom dejte ostatním žákům možnost, aby si zahráli „Na tiskovou konferenci“ (interview). Žáci pokládají spolužákovi sedícímu uprostřed nejružnější otázky přímo se týkající jeho zážitku. Je vhodné si část otázek předem připravit na kartičky. Tyto kartičky pak rozdejte dotazujícím se žákům ještě před zahájením „tiskové konference“. Několik příkladů otázek, použitelných během interview o požáru:

- Kdo požár nahlásil?
- Vzpomněl sis úplně na všechno, co je potřeba říci do telefonu při

30) Postup výuky způsobuje samozřejmě tomu, zda se žáci prvního cyklu zúčastnili či nikoli.

nahlášení požáru?

- Co bylo příčinou požáru, kterého si byl svědkem?
- Uplatnil jsi během požáru u vás doma něco z toho, co jsme se naučili na prvním stupni (informace a dovednosti získané v prvním cyklu)?
- Co jste změnili u vás doma (u sousedů), aby příště k požáru nedošlo?
- Jak se chovali dospělí lidé před příjezdem hasičů?
- Jak byli potrestáni viníci požáru?

Upřesnění dalších činností jednotek PO

Nejdříve zopakujte žákům základní činnosti, které jsou součástí každodenní práce hasičských záchranných sborů, a které už by měli znát z prvního cyklu. Jedná se o:

- hašení požárů ve městě i v přírodě,
- záchranu osob při dopravních nehodách,
- likvidaci následků živelních pohrom.

Zeptejte se žáků, u jakých dalších druhů událostí už viděli zasahující jednotky PO. Během vašeho následujícího společného rozhovoru by měly být zmíněny některé z těchto dalších činností, při nichž je možno spatřit zasahující jednotky PO (IZS) ³¹⁾:

- záchrana osob z výšek a z hloubek,
- záchrana osob z výtahů,
- záchrana osob z vodních toků,
- záchrana zvířat,
- ekologické havárie a zásahy na nebezpečné látky,
- likvidace obtížného hmyzu.

Připomeňte žákům rozdíl mezi běžnou pracovní dobou a

31) Podobně jako v případě bloku 1 prvního cyklu, se jedná především o to, aby žáci získali přehled o konkrétních mimořádných situacích, ve kterých jim do budoucna mohou být jednotky PO (IZS) nápomocny.

čtyřiaadvacetihodinovou turnusovou službou, aby věděli, že hasiči jsou připraveni na zásah ve dne i v noci, ale také i o prázdninách a svátcích.

c) Co je to IZS a číslo 112 - jednotné evropské číslo tísňového volání

Zeptejte se žáků, jestli si pamatují některá z telefonních čísel, jež lze v případě tísně (nouze) použít pro přivolání pomoci. Jsou to tato čísla:

150 - Hasičský záchranný sbor ČR,

155 - Zdravotnická záchranná služba,

158 - Policie ČR.

Zopakujte si, že telefonické nahlášení události je zpravidla nejrychlejší způsob, jakým je možno přivolat pomoc a připomeňte žákům tísňové telefonní číslo - jednotné evropské číslo tísňového volání:

112 - integrovaný záchranný systém ³²⁾.

Na závěr zdůrazněte, že s pomocí tohoto jediného telefonního čísla lze kontaktovat kteroukoliv ze základních složek IZS, a to nejen u nás, ale také v ostatních zemích EU ve více světových jazycích.

Vlastními slovy vysvětlíte jednoduše žákům, co je to IZS a jaký je jeho smysl. Opět zdůrazněte, že výše zmíněná telefonní čísla jsou funkční nepřetržitě, a že při volání na tísňová telefonní čísla z telefonní budky a mobilního telefonu nepotřebuje volající peníze, telefonní kartu, ani kredit. Také při potížích s příjmem signálu jsou tísňové linky obvykle dostupnější.

Informujte žáky o tom, že základními složkami IZS jsou:

- Hasičský záchranný sbor ČR + JPO (jednotky požární ochrany),
- Zdravotnická záchranná služba,
- Policie ČR.

Informujte žáky také o existenci takzvaných ostatních složek IZS a uveďte příklady.

32) Tato informace je pro potřeby publikace zjednodušena. Skutečnost je taková, že se volající dovolá na tzv. TCTV (telefonní centrum tísňového volání), odkud jsou teprve prostřednictvím OPIS (operační informační středisko) kontaktovány příslušné základní složky IZS.

d) Nahlášení dopravní nehody a hlášení události pomocí krátké textové zprávy (SMS)

Zeptejte se žáků, jestli si ještě pamatují, čím může být nebezpečné zneužití bezplatných telefonních linek tísňového volání. Jsou to tato nebezpečí:

1. Blokování bezplatné telefonní linky tísňového volání.
2. Možnost prodloužení dojezdových časů v případě nahlášení neexistující události.

Poznámka: Připomínáme, že skutečnost je taková, že uvedená rizika jsou použita spíše funkčně a demonstrativně a většinou vážněji neohrožují funkci IZS. Např. jednotku vyslanou k neexistující události nahrazuje okamžitě jednotka dalšího sledu nebo jednotka jiná atd. Přesto však existují dílčí komplikace a nebezpečí vznikající např. zbytečnou rychlou jízdou hasičské techniky na místo události atd.

V obou případech může v důsledku této špatné legrace dojít ke zpoždění vyjíždějících jednotek a tím i k ohrožení majetku a zdraví obyvatel. Celou situaci můžete žákům přiblížit podobně, jako v bloku 2 prvního cyklu. Problémovým žákům můžete opět připomenout, že zneužití těchto linek je nejen nebezpečné, ale i trestné.

Pro jistotu se přesvědčte, zda všichni žáci dokáží správně používat mobilní telefon nebo tradiční telefonní přístroj. Pomocí známé osnovy si nejdříve názorně zopakujte, jak správně nahlásit požár:

1. **Co se stalo?**
2. **Kde se to stalo?** (vždy plnou adresu včetně města)
3. **Kdo a odkud volá?**

Poznámka: Např. rozdělením žáků do pracovních dvojic, ve kterých si každý vyzkouší, jak roli operačního důstojníka, tak roli člověka oznamujícího požár, dále si procvičujte, jak správně nahlásit požár. Ujistěte se, že „nahlášení“ zvládnou opravdu všichni žáci.

Pořadí informací v jakém bude ohlašovatel oznamovat událost je variabilní a doporučujeme volit tu formu, kterou preferujete.

Nyní vysvětlíte žákům rozdílnosti, jimiž se liší nahlášení požáru od nahlášení dopravní nehody. Především se zaměřte na to, že účastník, ale i pouhý svědek dopravní nehody, může být za jistých okolností také sám v přímém ohrožení života. Jedná se především o tato dodatečná nebezpečí:

1. Řetězová havárie na dálnici.

2. Následný výbuch havarovaných vozidel (benzín, LPG atd.).
3. Ohrožení přepravovaným materiálem nebo nebezpečnými látkami (označené cisterny nebo nákladní vozy).
4. Nebezpečí otravy zplodinami hoření při požárech havarovaných vozidel v tunelech atd.

Dále je důležité, aby si žáci uvědomili, že dopravní nehody mohou vzniknout prakticky kdekoli, tedy i mimo ulice měst nebo obcí (např. dálnice, lesní silnice, pole atd.) Ve druhém bodě známé osnovy pro telefonování, týkajícím se přesné adresy události, je tedy nutno částečně improvizovat. Poskytněte žákům tato závěrečná doporučení:

Dříve než začneš telefonovat...

1. Ujistí se, že jsi sám udělal všechno pro své bezpečí (dostatečná vzdálenost od hořících vozidel nebo od vozidel přepravujících nebezpečné látky - viz teoretické podklady, telefonovat v dostatečné vzdálenosti od silnice nebo dálnice atd.)!
2. Před telefonováním se snaž uklidnit, aby sis vzpomněl na správné telefonní číslo a rozmyslel si, které důležité skutečnosti chceš do telefonu říci (počet zraněných, zda se jedná o vozidlo přepravující nebezpečnou látku, zda se jedná o ekologickou havárii atd.). Zejména co se týče přesného určení místa nehody, seznamte žáky s těmito doporučeními:
 - Poradte žákům, aby se vždy pozorně kolem sebe nejdříve rozhledli a pokusili se polohu dopravní nehody co nejpřesněji určit např. pomocí významných orientačních bodů (most přes potok, sloupy elektrického vedení, lom atd.).
 - V neznámých oblastech lze místo, kde se stala dopravní nehoda, rovněž blíže určit např. s pomocí odhadu ujetých kilometrů z naposledy projížděné obce. V takovém případě je vždy nutno určit směr, ve kterém z daného města nebo vesnice pojedou!



- Pokud voláte z mobilního telefonu, volejte na linku 112 ³³⁾.
 - Pokud se jedná o dopravní nehodu, která se stala na dálnici, postupujte jako v bodě č. 2. Dálnice navíc umožňují ještě přesnější určení místa nehody pomocí značených kilometrů.
3. Pokud jsi k telefonu utíkal daleko (na dálnici), před telefonováním se nejdříve několikrát zhluboka nadechni, aby ses uklidnil a vydýchal.
 4. Vzpomeň si na to, že během telefonního hovoru bude nutno hovořit stručně, pomalu a srozumitelně.
 5. Ujisti se, že víš, jaké telefonní číslo má telefonní budka nebo mobilní telefon, ze kterého se chystáš zavolat.
 6. Počítej s tím, že se tě hasiči mohou ptát na další podrobnosti, které s událostí souvisí.
 7. Nezapomeň na to, že po ukončení hovoru bude nutno vyčkat tzv. zpětný telefonát sloužící k ověření pravdivosti nahlášené události.

Simulovaný rozhovor je dobré opět zaznamenat např. na diktafon, aby žáci sami slyšeli, v čem nejvíce chybovali. Zejména dbejte na přesnost, srozumitelnost a stručnost předávaných informací.

Žáky opět upozorněte na možnost dalších „podotázek“ ze strany operačního důstojníka. Např.: Hoří havarované automobily? O kolik havarovaných vozidel se jedná? Kolik lidí je přesně zraněno? O jaký typ vozidla se jedná (nákladní vozidlo, cisterna)? atd.

Upozorněte žáky, že žádnou z výše zmíněných složek IZS **nelze účinně a včas kontaktovat formou krátkých textových zpráv** (SMS) odeslaných z mobilních telefonních přístrojů ³⁴⁾!

Výsledek výuky:

- Žák dokáže vyjádřit vlastními slovy pojem „bezplatná telefonní linka tísňového volání“ a ví, že tato funguje nepřetržitě.
- Žák umí správně přiřadit jednotlivá tísňová telefonní čísla

33) TCTV je schopno určit poměrně přesně polohu volajícího pokud využívá k nahlášení události mobilního telefonu.

34) Telefonní společnosti negarantují spolehlivé a včasné doručení krátkých textových zpráv (SMS).

k příslušným složkám IZS.

- Žák dokáže vlastními slovy vysvětlit, co to je IZS.
- Žák zná jednotné evropské číslo tísňového volání 112 i jeho výhody a využití.
- Žák zná z paměti a dokáže použít „pomocnou osnovu“ pro nahlášení požáru, dopravní nehody i jiné mimořádné události.
- Žák zná dodatečná nebezpečí, která mu co by svědku nebo přímému účastníku dopravní nehody nebo mimořádné události, mohou hrozit.
- Žák ví, že použití telefonu je zpravidla nejrychlejší způsob, jak přivolat potřebnou pomoc.
- Žák umí zdůvodnit, proč je tzv. „falešné volání“ nebezpečné.
- Žák ví, že pomocí krátké textové zprávy (SMS) nelze účinně a včas kontaktovat žádnou ze složek IZS.

Blok 2

a) Širší souvislosti přeměny „dobrého“ ohně v oheň „zlý“, a to především ve vztahu k nezodpovědnému jednání dětí i dospělých (zodpovědnost za mladší sourozence)

b) Podrobnější a více aktivní první pomoc při popáleninách

c) Co to jsou hasicí přístroje a „ohňový trojúhelník“

Časová dotace bloku: **30 minut**.

Podklady v teoretické části na straně: **11 - 21, 28 - 34, 52.**

Cíle výuky:

- Připomenout si s žáky rozdíly mezi ohněm coby „dobrým sluhou“ a „zlým pánem“.
- Na konkrétních příkladech společně s žáky demonstrovat snadnou proměnu „dobrého“ ohně v oheň „zlý“ a jasně definovat, jakou měrou (jakým chováním) člověk tuto proměnu ovlivňuje.
- Postupně utvářet u žáků přiměřený pocit zodpovědnosti za mladší sourozence, ale také za bezpečnost doma i ve škole.
- Připomenout žákům, jak se správně zachovat v případech, že na nich

začne hořet oblečení a jak v tomto případě pomoci svému kamarádovi.

- Naučit žáky rozlišovat druhy popálenin podle rozsahu popálení a podrobnějším zásadám první pomoc při popáleninách.
- Připomenout žákům charakteristické příznaky hoření.
- Pomocí „ohněvého trojúhelníku“ naučit žáky vysvětlit princip hoření.
- Naučit žáky vyjmenovat základní druhy PHP a vlastními slovy vysvětlit, na jakém principu jsou založeny hasební účinky jednotlivých druhů PHP.
- Naučit žáky zásadám správného použití některých PHP.
- Seznámit žáky s existencí nástěnných požárních hydrantů.

a) Širší souvislosti přeměny „dobrého“ ohně v oheň „zlý“, a to především ve vztahu k nezodpovědnému jednání dětí i dospělých (zodpovědnost za mladší sourozence)

Zopakujte se žáky, jaký je rozdíl mezi chtěným a nechtěným hořením - „dobrý“ a „zlý oheň“. Opakování můžete začít podobně jako v prvním cyklu jednoduchou hrou:

- Rozdejte každému z žáků po jednom listu papíru a řekněte jim, ať si papír rozdělí na dvě poloviny.
- Levou polovinu papíru ať si nadepíší slovy: „Oheň, který pomáhá“ a pravou polovinu větou: „Oheň, který škodí.“
- Cíl hry je takový, že každý jednotlivec musí do stanoveného časového limitu vymyslet, co nejvíce praktických příkladů obou variant otevřeného ³⁵⁾ ohně.
- Podle správnosti lze body buďto přičítat nebo odečítat.
- Dvojnásobně lze bodovat příklady, které žádný jiný žák neuvedl.
- Vítězem hry se stává jednotlivec, který vymyslel a byl schopen správně odůvodnit nejvíc příkladů obou variant otevřeného ohně.
- Vítěze odměňte např. vhodným propagačně - vzdělávacím materiálem.

35) Otevřený oheň - oheň s volným přístupem vzduchu (takto výstižně definoval pojem žák prvního stupně základní školy).

Nechejte žáky vysvětlit význam lidového pořekadla „oheň je dobrý sluha, ale zlý pán“ a nechejte žáky (např. ve skupinkách) vymýšlet konkrétní příklady situací, kdy se „dobrý sluha“ změnil ve „zlého pána“.

U starších žáků (při práci ve skupinkách) můžete téma proměny otevřeného „dobrého“ ohně v otevřený oheň „zlý“ rozvíjet dále ještě takto:

- Položte žákům tuto motivační otázku: Důsledkem jakého lidského chování (kterých lidských vlastností) bývá nejčastěji zapříčiněna proměna „dobrého“ ohně v oheň „zlý“?
- Nechejte žáky ve skupinkách přemýšlet nad odpověďmi.
- Přečtěte si společně odpovědi všech zúčastněných skupin.
- Např. na tabuli shrňte několika stručnými větami výsledná zjištění všech skupin.

Žáci mohou reagovat také na tyto další otázky např.: Dokázali byste vymyslet nějakou další proměnu „dobrého“ ohně ve „zlý“, tentokrát bez přičinění člověka? Myslíte si, že existuje nějaká reálná situace, kdy se může proměnit tentokrát „zlý“ oheň v oheň „dobrý“? atd.

Tip: Také lze rozdělit děti například na dívky a chlapce. Každá skupinka si zvolí mluvčího, který bude tlumočit odpovědi, na kterých se společně dohodnou. Nakreslete na tabuli symboly dobrého a zlého ohně a střídavě žádejte děti, ať k symbolům vymyslí příklady. Hra je rychlá a zábavná. Pro zachování dobré nálady a pohody ve třídě můžete směřovat výsledek k remíze.

Zodpovědnost za mladší sourozence

Zejména u starších žáků se ve třídě pokuste rozvinout diskuzi na téma: **„Jak se zachovat, když přistihneme mladšího sourozence, který si doma hraje se zápalkami“**

Další možné rozvíjející otázky:

1. Myslíte si, že je vždy nutné vaše zjištění oznámit rodičům?
2. Myslíte si, že ve svém věku už máte určitou zodpovědnost za své mladší sourozence?



3. Jak si myslíte, že by vaši rodiče přijali upozornění na to, že by měli svůj zapalovač (zápalky) raději ukládat z dosahu vašich mladších sourozenců?
4. Myslíte si, že vy sami už jste dostatečně velcí, zkušení a zodpovědní na to, abyste používali zápalky?

Výsledkem vaší diskuze by měly být přibližně tyto závěry:

1. K bezpečné domácnosti by měl přiměřenou měrou přispívat každý člen rodiny (s ohledem na věk rodinných příslušníků), jelikož jedině společně lze účinně chránit nejen zdraví a svůj majetek, ale také zdraví a majetek svých sousedů.
2. Nedostatky, týkající se „domácí“ požární bezpečnosti, odhalené pomocí informací získaných v průběhu preventivně výchovné činnosti na škole, je nutno společně s rodiči asertivně řešit.
3. Používání otevřeného ohně je a bude za jistých okolností nebezpečné v každém věku i tehdy, když už např. dnešní žáci budou dospělými ³⁶⁾.

Vysvětlíte žákům, že upozornit na někoho, kdo ve škole nebezpečně manipuluje se zápalkami, není nic špatného.

Poznámka: Uvědomte si, že neexistuje účinná právní úprava, která řeší držení například zapalovače dítětem.

Pravděpodobně se v tomto bodě budete muset věnovat také otázce falešného kamarádství.

Tip: Tuto poměrně náročnou problematiku lze zejména u starších žáků vhodně řešit např. tímto simulovaným soudním přelíčením:

1. Nejdříve připravte obžalobu, která všem zúčastněným žákům pomůže podívat se na problém z více stran. Obžalobu lze například sestavit přímo na základě vzniklé úvodní diskuze (pokud v průběhu povídání o falešném kamarádství nějaká vznikne) nebo na základě smyšleného příběhu týkajícího se nebezpečného počínání žáků na vaší škole.
2. Podle počtu žáků můžete použít všechny nebo některé z těchto rolí: Obžalovaný, právní zástupce obžalovaného, žalobce, svědkové obhajoby a

³⁶⁾ O této skutečnosti přesvědčivě hovoří statistiky „požárovosti“, kdy nejčastější příčinou požárů nebývá hra dětí, ale nedbalost a nezodpovědnost dospělých, kterými se děti postupně stávají.

obžaloby, přísedící a soudce. Jednotlivé role nemusí zastávat jednotlivci. Např. role obhajoby a obžaloby může zastávat současně více žáků.

3. Dejte žákům potřebný čas na přípravu. Mělo by stačit 10 minut.
4. Uspořádejte přelíčení např. dle tohoto harmonogramu: Úvodní řeč prokurátora, vystoupení svědků a znalců a závěrečné projevy obou stran.
5. Za účasti všech „přítomných“ by mělo proběhnout hlasování a diskuze porotců - všichni mohou tuto diskuzi pozorovat.
6. Dbejte na celkově odlehčenou atmosféru celého „přelíčení“, a zejména výběr žáka do role obžalovaného pečlivě zvažte.

Hru zařad'te pouze máte-li dostatek času - například pokud si domluvíte více hodin pro jednu třídu.

b) Podrobnější a více aktivní první pomoc při popáleninách

Zeptejte se žáků, jak by se zachovali v případě, kdyby na nich např. v průběhu vaření nebo jiné třeba i nešikovné (nedovolené) manipulace s otevřeným ohněm, začalo hořet oblečení. Pro zajímavost můžete uvést tyto konkrétní údaje, které vám pomohou přesvědčit žáky, že se jedná o velmi reálnou situaci:

- teplota plotny elektrického sporáku - cca. 800 °C,
- teplota plamene zemního plynu - cca 1000 °C,
- teplota vzplanutí textilního materiálu - 400 °C.

Např. metodou řízené diskuze hledejte řešení pro tyto dvě alternativy:

- a) Pro případ, kdy máme po ruce vodu.
- b) Pro případ, kdy po ruce vodu nemáme.

Možná budete překvapeni širokým spektrem vhodných i nevhodných řešení, jež žáci ihned vymyslí. Zdůrazněte, že v takovýchto případech je nutno jednat opravdu velmi rychle a přesvědčivými argumenty se snažte nasměrovat žáky k těmto řešením:

- a) Pokud je v dosahu „známá“ voda (kohoutek v kuchyni, džbánek s

vodou atd.), co nejrychleji hořící oděv vodou uhasit ³⁷⁾.

- b) Pokud v dosahu „známá“ voda není, nabídněte dětem tento mezinárodně uznávaný postup:

Zastav se, lehni si a kutálej se!

Zastav se - neutíkej (během či chůzí se oheň ještě více rozšíří) - běžící osobu je nutno násilím zastavit, donutit ulehnout a uhasit oděv;

Lehni si - kdekoli jsi, venku nebo uvnitř, okamžitě si lehni na zem a zakryj si dlaněmi tvář, abys chránil svůj obličej (dlaně nepřikládej na obličej pouze v případě, že hoří rukávy tvého oblečení);

Kutálej se - válej se, dokud plameny neuhasnou - váláním se zamezí přístupu kyslíku potřebného k hoření. Je-li po ruce deka, nebo jiná vhodná textilie (nesmí to být textilie z umělých hmot), je možno ji také použít k uhašení hořícího oděvu.

S pomocí vybraného žáka si vše několikrát názorně předved'te (podle věku žáků) a důležité heslo: „**Zastav se, lehni si a kutálej se!**“ se naučte zpměti.

Zde je možno navázat s tématem první pomoci při menších popáleninách. Citlivě se žáků můžete zeptat na to, jestli se už někdo z nich někdy o něco nebo něčím popálil. Pokud některý z žáků s takovouto zkušeností bude chtít, nechejte ho, aby se na toto téma více rozpovídal, případně popsal své pocity související s touto nehodou ³⁸⁾. ***Ostatním žákům připomeňte, že včasnou a účinnou pomocí lze následky popálenin často výrazně zmírnit!*** Naučte žáky rozlišovat druhy popálenin podle stupně popálení:

- **I. stupeň** - zarudnutí kůže, kdy se ještě netvoří puchýře, místa jsou na dotek bolestivá (oslnění, ožehnutí).
- **II. stupeň** - zarudnutí s tvorbou puchýřů a silnou palčivou bolestí popálených ploch.
- **III. stupeň** - odumření kůže projevující se bělošedou barvou atd.

Pomocí níže uvedených zásad rozšiřte žákům jejich znalosti o

37) Pozor na hořlavé kapaliny umístěné v neoznačených neoriginálních obalech, ale také na skákání do „neznámé“ vody.

38) Jedním z hlavních „hesel“, vystihující filozofii programu „Výchova dětí v oblasti požární ochrany a ochrany obyvatelstva“, je heslo: „Děti dětem věří“.

poskytnutí první pomoci při popáleninách, které získali v prvním cyklu. Soustředěnost žáků naslouchajících těmto zásadám můžete podpořit následující jednoduchou hrou:

„Bingo“

- Pro každého žáka připravte na počítači herní kartu pro „bingo“. Herní karta bude mít 3 x 3 polí, přičemž v každém jednotlivém políčku bude vepsáno po jednom stěžejním úryvku ze všech devíti zásad první pomoci při popáleninách.
- Herní karty zpracujte tak, aby každý z žáků měl naprosto odlišné řazení stěžejních úryvků ve své herní kartě. Pokud možno, neměly by být žádné dvě karty stejné.
- Rozdejte herní karty žákům a řekněte jim, aby v průběhu vašeho čtení úplného znění všech devíti bodů zásad první pomoci zaškrtnli vždy políčko, na němž je natištěn (napsán) stěžejní úryvek z části, o které právě budete hovořit.
- Kdo zaškrtně první tři políčka ve vodorovné, svislé nebo šikmé souvislé řadě, zakřičí „bingo!“.
- Dočtete až k devátému bodu, čímž umožníte získat „bingo“ i některému z dalších žáků.

Seznamte žáky s tímto doporučeným postupem:

1. Pokud se stanete přímo svědky situace, kdy na někom hoří oděv, poskytněte mu nejprve technickou první pomoc: Povalte postiženého na zem, uhaste hořící oděv vodou nebo pokrývkou hozenou na postiženého (použitá pokrývka nebo kabát nesmí být vyroben z umělých vláken, které se dále taví a způsobují další popáleniny), případně odstraňte hořlavé látky z okolí atd.
- Poznámka: K hašení hořící osoby lze také využít některé PHP. Pro naši věkovou skupinu je však tato činnost stále pouze výhledovou.*
2. Při těžších popáleninách nestrhávejte přichycený oděv ani jiné látky (asfalt, umělá hmota), sejměte však těsné předměty - hodinky, náramky, prstýnky atd., aby nezaškrtnily otékající části těla.
 3. Popálené plochy se pokud možno nedotýkejte, nepřetahujte přes ni ušpiněnou látku. Nezasypávejte ji a nevtírejte do ní olej ani masti.
 4. Co nejdříve ponořte popálenou plochu do čisté, studené a nejlépe proudící

vody (pitná voda z vodovodu). Ochlazujte dokud se nezmírní bolest cca. 10 - 20 minut. Pokud není k dispozici čistá voda, můžete také šetrně chladit přírodní vodou nebo ledem (zmrzlinou) v sáčku.

5. Neochlazujte pouze příliš rozsáhlé popáleniny se strženými puchýři a popáleniny třetího stupně. Tyto popáleniny pouze zabalte kusem čisté tkaniny - u popálenin II. a III. stupně vždy pozor na snadnou infekci!
6. Po ochlazení kryjte popálenou plochu čistým, nejlépe vyžehleným kapesníkem, ručníkem, prostěradlem apod.
7. Postiženému zajistěte klid, teplo a dopřejte mu takovou polohu, která mu přináší největší úlevu. Postiženým, kteří jsou při vědomí a nezvrací (a nemají popálenou ústní sliznici či dýchací cesty), můžete podávat tekutiny s příměsí soli (1 zarovnaná čajová lžice na 1 litr vody).
8. Vždy řekněte o svém popálení co nejrychleji svým rodičům nebo jiným dospělým.
9. Při popáleninách, které jsou svým rozsahem větší, jako je velikost dlaně, vyhledejte vždy co nejdříve zdravotnickou pomoc.

c) Co to jsou hasicí přístroje a „ohňový trojúhelník“

Vysvětlíte žákům, že proti požáru v domácnostech ale i ve škole se můžeme bránit také aktivně, a to pomocí přenosných hasicích přístrojů (PHP) a výbavy nástěnných hydrantů.

Položte žákům několik vstupních otázek jako např.: „Všimli jste si PHP u nás ve škole? Kde přesně jsou? Máte také doma nějaké PHP?“.

PHP i nástěnný hydrant si můžete ukázat na školní chodbě, ale nejvýhodnější je přinést si vlastní PHP na ukázkou (sežente si vyřazený PHP bez náplně, který můžete využívat při všech návštěvách škol). Na PHP si prohlédněte zejména nalepenou etiketu. Po návratu do učebny můžete především mladší žáky nechat překreslit symboly, které znázorňují látky, jež je možno daným hasicím přístrojem hasit. Vysvětlíte si, co jednotlivé obrázky symbolizují.

Zeptejte se žáků, jaké druhy PHP (dle náplní) znají. Správné odpovědi zapisujte pod sebe na tabuli. I když existuje více druhů hasicích přístrojů a dnes již i hasicích sprejů (např. Pyrocom), nám postačí pro naše potřeby následující

základní druhy PHP:

- vodní,
- práškové,
- sněhové (CO₂),
- pěnové.

Nyní přistupte k vysvětlení „**ohňového trojúhelníku**“. Zeptejte se žáků, co tvoří rovnostranný trojúhelník. Řekněte žákům, že hořící oheň lze také zobrazit jako rovnostranný trojúhelník, přičemž každá strana trojúhelníku má znázorňovat jednu rovnocennou podmínku nezbytnou pro proces hoření. Nakreslete trojúhelník na tabuli (dovnitř můžete ještě přikreslit symbol ohně) a zeptejte se žáků, jestli vědí, které tři nezbytné podmínky musí být splněny, aby mohl probíhat proces hoření. Správné odpovědi postupně nadepisujte nad jednotlivé strany trojúhelníku. Oheň ke své existenci potřebuje:

- a) dostatečný přísun kyslíku (vzduch),
- b) hořlavý materiál,
- c) dostatečnou (zápalnou) teplotu.

Na vhodných příkladech žákům demonstруйте, že oheň „nemůže existovat“ bez toho, aniž by byla splněna některá z výše uvedených podmínek (známý pokus se svíčkou přiklopenou sklenicí atd.).

Nyní se můžete vrátit k PHP vypsáním na tabuli.

1. Vysvětlíte žákům, že PHP fungují právě na tom principu, že ohni odebírají jednu nebo více složek nutných k hoření (zjednodušeně řečeno). Společně pak s žáky přemýšlejte o tom, jak je tomu u kterého přístroje (např. hasicí přístroj pěnový brání přístupu vzduchu a současně také poněkud ochlazuje...). Společná zjištění připisujte k jednotlivým PHP na tabuli.
2. Výše uvedená zjištění oddělte vísloou čarou a k jednotlivým druhům PHP začněte připisovat také hořlavé materiály, k jejichž hašení se jednotlivé PHP nejlépe hodí.

Tip: Pokud máte možnost opatřit si výše uvedené čtyři druhy PHP (lze nahradit obrázkem na kartónovém papíře), můžete si zejména s mladšími žáky zahrát následující jednoduchou hru. PHP rozmístíte na volném prostranství tak, aby tvořily čtverec o hraně 10 m. Stoupněte si s žáky doprostřed a upřesněte, jaký druh PHP se ve kterém rohu čtverce nachází. Nyní hlasitě vyslovte hořlavou látku, načež by se měli žáci rozběhnout vždy k nejvhodnějšímu PHP. Z bezpečnostních důvodů vyznačte kolem

PHP metrový kruh, do něhož nesmí nikdo během hry vstoupit. Žáky můžete rozdělit i do skupin a podle vlastního uvážení případně bodovat či jinak odměňovat...

3. Na závěr na tabuli výrazně podtrhněte hasicí přístroj vodní a pěnový a zdůrazněte, že tyto dva PHP nesmí být použity při požárech, kde je přítomen elektrický proud (rozvodné skříně, elektrické nářadí atd.)! Nechejte žáky vysvětlit, proč tomu tak je.

Zdůrazněte, že praktické použití PHP je podmíněno respektováním následujících zásad ³⁹⁾:

1. Pokud je doma některý z rodičů nebo starších sourozenců, nechejte použití PHP vždy na nich. Menší děti by neměly nikdy samy hasit, jelikož i samotné používání PHP může být pro ně nebezpečné!
2. Je nutno si vždy uvědomit, že PHP nejsou vhodné k hašení větších požárů, ale pouze k uhašení vznikajícího požáru!
3. PHP používejte výhradně tak, jak uvádí výrobce na přilepené etiketě (zejména jejich použití ve vztahu k elektrickému proudu) a respektujte vhodnost hasební náplně pro hašení dané hořící látky:
 - **A** (symbol hořícího dřeva) - hořlavé pevné látky;
 - **B** (symbol kanystru) - hořlavé látky kapalné;
 - **C** (symbol plynového hořáku) - hořlavé látky plynné.
4. Všímejte si, kde jsou rozmístěny PHP a nástěnné hydranty u vás doma a ve škole (např. v panelových domech je to ob jedno patro...), abyste dokázali v případě požáru poradit např. svým rodičům.

Stručně informujte žáky o tom, co to je nástěnný hydrant a k čemu slouží - žáci by měli vědět, že nástěnný hydrant poznají podle červené skříňky, která je označována velkým bílým písmenem „H“ nebo nově „bílou hadicí a plamenem“. Svým vybavením se blíží tomu, co používají profesionální hasiči - lze je tedy (v dospělosti) použít i na požáry, které by nešly uhasit PHP.

39) Myšleno především ve vztahu k věku žáků, jejich fyzické vyspělosti, schopnosti racionálního úsudku atd.

Hydranty najdeme ve většině veřejných budov (umístění stanovují předpisy - například na chodbách panelových domů bývají nástěnné hydranty instalovány v každém druhém patře).

Výsledek výuky:

- Žák umí vysvětlit pojem „otevřený oheň“.
- Žák umí definovat rozdíl mezi „špatným“ a „dobrým“ ohněm a definovat, jakou úlohu hraje člověk při proměně ohně „dobrého“ v oheň „zlý“.
- Žák umí reprodukovat pravidlo „Zastav se, lehni si a kutálej se“ a umí jej správně využít v praxi.
- Žák umí rozlišovat druhy popálenin podle rozsahu popálení a zná zásady poskytnutí první pomoci při malých popáleninách.
- Žák postupně získává přiměřený pocit zodpovědnosti za mladší sourozence, ale také za požární bezpečnost doma i ve škole.
- Žák dokáže pomocí „ohňového trojúhelníku“ vysvětlit princip hoření a vyjmenovat charakteristické příznaky hoření.
- Žák umí vyjmenovat základní druhy PHP a dokáže vlastními slovy vysvětlit, na jakém principu jsou založeny hasební účinky jednotlivých druhů PHP.
- Žák ví, k čemu slouží nástěnný hydrant.
- Žák zná zásady správného použití vybraných PHP, ví, kde PHP a jiné prostředky PO hledat (zejména v budovách, kde se pohybuje - škola, domov...).

Blok 3

a) Lesní požáry a požáry v přírodě

Časová dotace bloku: **10 minut**.

Podklady v teoretické části na straně: **39**.

Cíle výuky:

- Informovat žáky o možných nebezpečích, se kterými se mohou setkat

v přírodním (městském) terénu a o tom, kde hledat v případě potřeby pomoc.

- Naučit žáky hlavním zásadám, jimiž je třeba se řídit v případě rozdělávání ohně v přírodním terénu.

a) Lesní požáry a požáry v přírodě

Tip: Vhodným úvodem k tématu „Nebezpečí v přírodě“ se může stát diskuze na téma: „**Táborák v lese ano, či ne?**“ Postup:

- Rozdělte žáky do dvou skupin a požádejte je, aby si připravili argumentaci pro podporu jim přiděleného postoje (táborák v lese **ANO**, táborák v lese **NE**). Doporučte členům jednotlivých skupin, že i uvnitř své skupiny mohou vytvořit ještě menší pracovní celky.
- Jakmile si žáci připraví dostatečné množství argumentů, posad'te je do dvou rovnoběžných řad tak, aby seděli čelem k sobě.
- Vysvětlíte, že debatu může zahájit kdokoliv. Když první řečník vysloví jeden argument na podporu jemu přiděleného postoje, hodí nějaký předmět (pouzdro, gumu, klíče...) libovolnému spolužákovi sedícímu v protilehlé řadě. Ten vysloví svůj protiaargument a hodí předmět zpět stejnému a nebo jinému spolužákovi, který pokračuje.

- Diskuze končí vyčerpáním všech argumentů a závěrečným srovnáním různých postojů.



Naučte žáky následujících 10 základních rad pro rozdělávání ohně nejen na „**vyhrazeném tábořišti**“⁴⁰⁾:

1. Oheň nerozdělávejte za extrémního počasí, např. za silného větru a extrémního sucha.
2. Také výběru místa pro rozdělání ohně věnujte velkou pozornost.

40) Během výuky vycházíme ze skutečností, že lidé oheň v lese i přes platná legislativní ustanovení stejně rozdělávají.

3. Oheň by se neměl nikdy zapalovat v blízkosti lesa (50 metrů), pod větvemi stromů, na kořenech stromů, na suchém listí, lesní hrabance nebo rašelině, v blízkosti suché trávy nebo obilí atd. Je vhodné vybírat vždy taková místa, která nám umožní oddělit ohniště od okolního prostředí (vyhloubením díry, kameny nebo pískem) a kde je dostatek vody pro následné uhašení ohně.
4. Dostatečné množství vlastní vody k uhašení ohně si přineste v případě, že jdete (jedete) na místo, poblíž kterého se nenachází žádný vodní zdroj.
5. Oheň rozdělávejte vždy za přítomnosti dospělé osoby a nikdy jej nenechávejte ani na chvíli bez dozoru.
6. Raději nikdy nerozdělávejte zbytečně velký oheň s vysokými plameny a také nenechávejte oheň zbytečně dál hořet po dopečení špekáčků apod.
7. Nenechávejte nikdy své mladší sourozence a kamarády, aby si hráli nebo seděli v přímé blízkosti ohně (hrozí nebezpečí vznícení šatů a popálení).
8. Do ohně nikdy neházejte jakékoliv výbušné předměty (munice, zábavná pyrotechnika, nádoby se stlačeným plynem).
9. Oheň neroznášejte po okolí (např. na zapálené větvi atd.).
10. Vždy oheň pečlivě uhasťte dostatečným množstvím vody a ujistěte se, že opravdu nehrozí jeho samovolné rozhoření (při odchodu se z ohniště nesmí kouřit a popel i půda pod ohništěm musí být chladná) ⁴¹⁾.

Řekněte žákům, že pokud se někdy stanou svědky většího požáru v lese, je velmi nebezpečné snažit se oheň uhasit vlastními silami. **Oheň se může vlivem větru nečekaně rozhořet nebo změnit směr svého šíření atd.!** Vždy je nejlepší co nejrychleji utíkat požár nahlásit do nejbližšího domu nebo upozornit na požár lesa dospělou osobu (lesní dělník, hajný, zemědělec atd.).

Výsledek výuky:

- Žák dokáže vyjmenovat zásady pro rozdělování ohně v přírodě.
- Žák ví, co jsou to vyhrazená tábořiště.
- Žák ví, že oheň v přírodním terénu se rozdělovat nesmí a pokud k tomu dochází, je asistence dospělé osoby nutná.

41) Pro zpestření výuky „Deseti rad pro rozdělování ohně“ (ale i následujících zásad chování na nebezpečných místech nebo v rizikových situacích) můžete opět použít hru „bingo“ nebo hru „Souboj pistolníků“.

DRUHÁ HODINA

<i>Prostor:</i>	třída, školní družina.
<i>Základní pomůcky a materiál:</i>	zpětný projektor nebo dataprojektor, sada fólií pro zpětný projektor nebo obrázků na CD pro dataprojektor, tabule nebo flipchart, kreslicí a psací potřeby, odměny pro děti (propagačně - vzdělávací materiály, bonbóny), zápalky nebo zapalovač, deka, požární hlásič, ukázky signálů a letáček pro rodiče (viz CD - je přílohou publikace), ukázky prostředků improvizované ochrany.

Blok 1

a) Krátké zopakování informací získaných v předchozí hodině

Časová dotace bloku: **10 minut.**

Cíle výuky:

- Ujistit se, že žáci správně pochopili problematiku z předchozí hodiny a jsou schopni zodpovědět případné dotazy vztahující se k tématům předchozí hodiny.

a) Krátké zopakování informací získaných v předchozí hodině

Připomeňte žákům zásadní výstupy z předchozí hodiny. Postupujte například podle cílů nebo ještě lépe podle výsledků výuky dle jednotlivých témat.

Opakování může proběhnout kupříkladu formou rychlého dotazování v kruhu nebo formou hry.

Výsledek výuky:

- Žák správně pochopil a pamatuje si základní informace z předchozí hodiny.

Blok 2

a) Další informace týkající se tématu „Na co nezapomenout při odchodu z domu“

b) Jak poznám, když hoří u nás doma a co dělat (odkud hrozí nebezpečí u nás doma)

c) Nebezpečné plyny při požáru, první pomoc při nadýchání se kouře a co to je požární hlásič

d) Únikové cesty veřejných budov a požární poplach v naší škole

Časová dotace bloku: **25 minut.**

Podklady v teoretické části na straně: **17 - 21, 35 - 37, 54.**

Cíle výuky:

- Rozebrat s žáky možná požární nebezpečí v domácnosti.
- Upozornit žáky na rizika plynoucí z některých nebezpečných her dětí.
- Přiblížit žákům základní zásady při manipulaci s elektrickými spotřebiči.
- Naučit žáky kontrole domácnosti pro případ, že budou odcházet z domu jako poslední (bez rodičů).
- Prakticky si zopakovat s žáky zásady správného chování při domnělém nebo skutečně hrozícím nebezpečí vzniku požáru v domácnosti.
- Připomenout si nejdůležitější zásady související se vznikem požárů v domácnostech, zejména co se týče schovávání se (např. do skříní, pod postel atd.) a vracení se zpět do hořícího domu.
- Blíže specifikovat některé nebezpečné produkty hoření vznikající při bytových požárech.
- Informovat žáky a jejich prostřednictvím také rodiče o existenci tzv. „požárních hlásičů“ a jejich vhodnosti pro využití v domácnosti.
- Zopakovat si s žáky základní zásady jednoduché první pomoci při nadýchání se kouře.
- Vysvětlit žákům rozdíl mezi cvičným a skutečným požárním poplachem ve škole.

- Naučit žáky základním zásadám, jimiž je třeba se řídit v případě vyhlášení požárního poplachu ve škole.
- Informovat žáky o značení únikových cest ve veřejných budovách a v jejich škole.
- Seznámit žáky s pojmy „evakuační plán“, „úniková cesta“, „evakuační výťah“.

a) Další informace týkající se tématu „Na co nezapomenout při odchodu z domu“

Přemýšlejte společně o tom, které místnosti jsou v domácnostech z hlediska požáru nejnebezpečnější. Společně byste měli dojít k tomu, že se jedná především o místnosti, kde se nachází otevřený oheň nebo se tam s ním manipuluje (kuchyně, obývací pokoje s krbem, kotelny atd.) a o místnosti, kde jsou často využívány elektrické spotřebiče, které vyvíjejí teplo (koupelny, kuchyně, dílny atd.).

Připomeňte si správné zásady používání elektrických spotřebičů - příprava jídel v toustovačích, mikrovlnných troubách a sporácích, používání teplometů např. v koupelně, čtení nebo usínání u rozsvícených lampiček, přetěžování zásuvek, fénování, žehlení.

Poznámka: Děti již dnes manipulují s nejrůznějšími elektrickými nebo plynovými spotřebiči ve stále nižším věku a většinou nemají potřebné zkušenosti z oblasti jejich používání. Především vaření je jednou z nejčastějších příčin vzniku požárů v domácnostech.

Tip: Žákům můžete připomenout následující hru z prvního cyklu: **„Hra na devětkrát nikdy“**. Jde o písemnou fixaci devíti velmi důležitých pravidel, týkajících se nebezpečných her dětí. Nejdříve několikrát tato pravidla, jejichž respektováním lze nejenom předejít vzniku požáru v domácnostech ⁴²⁾, ale hlavně také přímému popálení hrajících si dětí, žákům přečtete. Po té rozdejte všem papíry a požádejte žáky, aby se pokusili vzpomenout si a svými slovy napsat co nejvíce z nich.

1. Nikdy si nehraj se zápalkami nebo zapalovači, které rodiče zapomněli uklidit!

42) Každoročně u nás dochází k velkému počtu požárů, při nichž bývá usmrceno několik desítek lidí a způsobené škody překračují 1 miliardu Kč. Významné místo ve statistikách požárů zaujímají právě požáry domácností!

2. Nikdy si nehraj v blízkosti zdrojů otevřeného ohně nebo tepla - kamna, krby, topločiny atd.!
3. Nikdy si nehraj s plynovými nebo elektrickými sporáky, ani v jejich blízkosti!
4. Nikdy si doma nehraj s dělobuchy a jinou zábavnou pyrotechnikou!
5. Nikdy si doma nehraj s předměty nebo tekutinami, které jsou označeny jako hořlaviny, jedy nebo žiraviny!
6. Nikdy si nehraj s elektrickými kabely od světel nebo elektrických spotřebičů, nepoužívej elektrické nářadí, jak se nemá a nepřetěžuj zásuvky!
7. Nikdy nenechávej bez dozoru plynový nebo elektrický sporák, když vaříš a také nezapaluj prskavky či svíčky na vánočním stromečku, když jsi sám doma!
8. Nikdy neusínej u rozsvícených stolních lampiček (naučte se usínat za tmy nebo raději u „velkého“ pokojového světla), ani si nehraj v jejich blízkosti! Hrozí jejich převrnutí a vznik požáru.
9. Nikdy neodcházej ven z domu, aniž by jsi vypnul elektrické spotřebiče, které jsi používal (televizor, počítač, světla, elektrické svíčky na stromečku atd.)!

Tip: Vhodnou variantou zpestření výuky může být využitá hra „Souboj pistolníků.“ Při této hře učitel jednou nebo dvakrát přečte pozorně naslouchajícím žákům např. pravidla pro poskytnutí první pomoci. Poté vybere dva žáky a pozve je do středu kruhu (mohou sedět nebo stát naproti sobě). Vyzve je, aby se pokoušeli střídavě „vystřelovat“ vždy po jednom pravidle PP do té doby, dokud jednomu nebo oběma účastníkům nedojde „munice“. Ostatní žáci pozorně sledují správnost „vystřelených“ odpovědí, aby mohli upozornit na případný neplatný výstřel.

Na závěr tohoto bloku si s žáky zopakujte, co všechno je nutno zkontrolovat při odchodu posledního člena rodiny z domácnosti. U mladších žáků lze ještě využít „Hasíkovu“ říkanku z prvního cyklu. U žáků starších vycházejte z této osnovy pro základní kontrolu domácnosti při odchodu z domu. Kontrolujte především:

1. Zda jsou zavřena a zajištěna okna, aby je vítr při případné změně povětrnostních podmínek neotevřel a nebyli vytopeni sousedé pod vámi.

2. Zda jsou řádně zastaveny vodovodní kohoutky.
3. Zda nejsou v některé místnosti rozsvícena světla, případně jestli nejsou v chodu některé elektrické spotřebiče, které jste před odchodem používali (žehlička, pájka, horské slunce, ohřívač v koupelně atd.).
4. Zvláštní pozornost věnujte kuchyni, ve které se zaměřte především na to, zda jste po případném vaření řádně zastavili plynovou troubu.
5. Ve vánoční svátky zkontrolujte, zda jsou uhašeny svíčky na vánočním stromku nebo adventním věnci.
6. Zda jste si nezapomněli klíče od bytu.

b) Jak poznám, když hoří u nás doma a co dělat (odkud hrozí nebezpečí u nás doma)?

Téma se v podstatě přejímá z témat pro první stupeň s tím rozdílem, že žák již dokáže chápat složitější souvislosti (voda a elektrický proud...). Proto lze zajít více do podrobností a co je důležité, lze naložit na žáka adekvátní díl odpovědnosti za mladší sourozence nebo kamarády. Seznamte žáky s postupem, který je shodný s metodikou tématu pro první stupeň (viz první cyklus, 2. hodina, blok 2). Navíc zdůrazněte že:

- Žák je již schopen účinněji upozornit okolí a rodiče na vznikající požár a navíc efektivně využít mobilní telefon, který již patrně bude vlastnit většina z nich.
- I po využití čísla tísňového volání je potřeba pokusit se pokračovat v činnostech, které mohou varovat okolí před požárem (úderý na zeď, úderý na stupačky ústředního topení, voláním „hoří!“ atd.).
- Žák se může dostat do situace, kdy se bude muset postarat o mladšího sourozence, pokud je ve stejném pokoji.
- Žák by zanedlouho měl být schopen zvážit použití PHP nebo jiných prostředků PO k likvidaci velmi malého (vznikajícího) požáru.

Pro demonstraci lze zapálit na vašem učebním stole nebo na nepolstrované židli svíčku v kalíšku. V průběhu hoření a uhašení svíčky si připomeňte s žáky, za pomoci kterých charakteristických příznaků hoření (dým, zápach, světlo a teplo) lze spolehlivě poznat, že doma vzniká nebo vznikl požár. Demonstraci provádějte s maximální opatrností.

Nyní si metodou jednoduchých scének (viz první cyklus ⁴³⁾, 2. hodina, blok 2) společně zopakujte, jak se správně zachovat v případě podezření, že u nás doma vznikl požár. Procvičujte opět obě následující varianty:

1) Co dělat, když v noci ucítím kouř (dveře nejsou horké).

2) Co dělat, když v noci ucítím kouř (dveře jsou horké).

Můžete postupovat např. takto:

- a) Jedenkrát si danou scénku metodicky předved'te.
- b) Vyberte hlavního aktéra, který bude předvádět tutéž scénku, ale tentokrát bez vašeho vedení.
- c) Zbytek žáků plní roli pozorovatelů. Na základě toho, co si žáci sami zapamatovali, dávají pozorovatelé předvádějícímu žákovi signál vždy ve chvíli, kdy si všimnou nežádoucího chování. Je možné použít následující signály:
 - zvednutí ruky,
 - významné pokašlávání,
 - písknutí,
 - tlesknutí.

V případě potřeby vysvětlíte předvádějícím aktérům, že signály jim mají poskytnout pouze zpětnou vazbu, a že se nejedná o vysmívání. V roli hlavního aktéra se může vystřídat i více žáků.

Zopakujte si (z prvního cyklu) společně tyto zásady správného chování pro případ vzniku požáru:

1. Pokud máte během dne podezření, že někde doma hoří (kouř, zápach, plameny), okamžitě upozorníte některého z rodičů.
2. Pokud cítíte kouř například na chodbě panelového domu, upozorníte své rodiče, sousedy nebo sami zavolejte hasiče.
3. Spávejte za zavřenými dveřmi ⁴⁴⁾.
4. Při pohybu v zakouřené místnosti se držte u země, dýchejte přes pyžamo nebo kapesník (nejlépe namočený) a pohybujte se podél zdí.

43) Hračku, používanou co by rekvizitu v prvním cyklu, můžete používat i u starších žáků - žáci se většinou dobře baví.

44) V případě požáru brání dveře v přístupu tepla a kouře.

5. Pokud dveře ani klika nejsou na dotyk horké a do místnosti nevniká velké množství kouře, jděte varovat ostatní členy rodiny.



6. Pokud jsou dveře horké na dotyk, nikdy je neotevírejte! Snažte se je utěsnit (např. dekou, lepicí páskou, atd.) a upozorněte na sebe křikem: „Hoří!“
7. Vyvěste v okně ručník, prostěradlo apod., které na vás bude upozorňovat i v případě, když už vy sami „ztratíte hlas“ nebo už nebudete při vědomí.
8. Nikdy nerozsvěcujte (zejména, když cítíte plyn).
9. Snažte se vždy probudit rodiče. Je možné si pro tento případ s rodiči smluvit signál (bouchání na zeď, na topení atd.) oznamující nebezpečí.
10. Pokoušet se bezmyšlenkovitě unikat oknem, pokud se nejedná o přízemní patra rodinného domku, je velmi nebezpečné.
11. Pokud rodiče nejsou schopni požár sami uhasit, opusťte společně budovu, zavolejte hasiče a vyčkejte jejich příjezdu na předem domluveném bezpečném místě (viz DÚP).
- Poznámka: Opuštění budovy platí především pro rodinné domy. Vycházet na zakouřené neosvětlené chodby panelových domů lze doporučit pouze při bezprostředním ohrožení plameny ohně. Zavolejte hasiče a vyčkejte jejich příjezdu na předem domluveném bezpečném místě (viz domácí únikový plán - dále DÚP).*
12. V žádném případě se nikdy pro nic nevracejte zpět do hořícího domu (oblíbená hračka, zvíře - ujistěte žáky, že jim hasiči rádi pomohou) ⁴⁵⁾!
13. Nikdy se neschovávejte např. do skříně nebo třeba pod postel ⁴⁶⁾!

Tip: Pro vysvětlení vyvěšeného ručníku namalujte na tabuli panelový dům o třech patrech. Z oken ve třetím patře se kouří a pouze z jediného nakreslete visící ručník. Poté položte žákům otázku, kam si myslí, že budou hasiči

45) Vysvětlete opět žákům, že zasahující hasiči mají na rozdíl od občana nejenom více zkušeností, ale také potřebnou výstroj, výzbroj a techniku, přičemž navíc procházejí pravidelným výcvikem.

46) Pokuste se připomenout žákům složitou situaci zasahujícího hasiče - neznámý prostor, nefungující osvětlení, hustý kouř, schované dítě.

směřovat svou pozornost na prvním místě.

Tip: Vysvětlíte také, proč nepoužívat ke zkoušení dveří dlaň, ale hřbet ruky.

Tip: Vysvětlíte dětem, proč se neschovávat při požáru. Například se jich zeptejte, jak myslí, že se cítí hasiči hledající někoho, když je v bytě úplná tma a nezná byt ani pokojík. Naučte žáky heslo „S hasiči se na schovávanou nehraje!“

c) Nebezpečné plyny při požáru, první pomoc při nadýchání se kouře a co to je požární hlásič

Připomeňte žákům, že důkladná znalost výše uvedených zásad týkajících se ochrany před velmi toxickými zplodinami hoření je opravdu životně důležitá! ***Kouř je zodpovědný za tři ze čtyř případů úmrtí u požáru!***

Jako názorný příklad můžete uvést některé z těchto nebezpečných chemických látek, které vznikají hořením běžného bytového zařízení:

- | | | |
|---------------------|---|--|
| - PVC | = | chlorovodík (HCl); |
| - polystyren | = | fosgen (COCl_2 - bojový otravný plyn); |
| - umakart, vlna | = | kyanovodík (HCN); |
| - nedokonalé hoření | = | oxid uhelnatý (CO) atd. |

Upozorněte žáky na existenci tzv. „***požárních hlásičů***“⁴⁷⁾, které nás svým výstražným signálem mohou včas na hrozící nebezpečí upozornit. Zdůrazněte, že jejich pořízení není nákladné (podle druhu do cca. pěti set korun) a instalace je jednoduchá.

Jaké jsou základní zásady jednoduché první pomoci při nadýchání se kouře

Zopakujte si s žáky tyto čtyři základní zásady pro poskytnutí jednoduché první pomoci při nadýchání se kouře:

1. „Nadýchanou“ osobu je třeba vždy vyvést ze zakouřeného prostředí co nejrychleji na čistý vzduch.
2. Je nutné zůstat v její blízkosti a nechat ji v klidu (ticho, teplo), v sedě odpočívat (doporučovány jsou polohy, kdy nohy jsou níže než tělo).

47) „Autonomní hlásič požáru“ slouží k včasnému odhalení vznikajícího požáru. Na vznikající požár upozorňuje přerušovaným akustickým signálem.

3. Vždy informujeme rodiče nebo jiné dospělé!
4. Vždy musí být vyhledána zdravotnická pomoc, jelikož účinky jedovatých zplodin hoření mohou mít zpožděný účinek!

d) Únikové cesty veřejných budov a požární poplach v naší škole

Upozorníte žáky na skutečnost, že pro veřejné budovy (divadla, kina, ubytovny atd.) je zpracován „**požární evakuační plán**“. V jednotlivých podlažích těchto objektů jsou umístěna grafická znázornění směru únikových cest, které vždy směřují k východům do volného prostoru nebo do prostorů, kde lidé nemohou být ohroženi požárem. Tyto cesty jsou označeny zelenými šipkami s nápisy „**úniková cesta**“ (symbolem utíkající postavičky).

Poznámka: Zvláštním případem, o kterém by žáci měli vědět, jsou také únikové cesty z tunelů, kde hrozí velké nebezpečí otravy zplodinami hoření při požárech vozidel atd.

Dále upozorníte žáky na to, že v některých budovách se mohou setkat také s tzv. „**evakuačními výtahy**“.



Poznámka: Tučně vyznačené pojmy žákům vždy pečlivě vysvětlíte.

Řekněte žákům, že s požárem se mohou setkat i ve vaší škole. Zeptejte se žáků, jak by se dozvěděli, že někde ve škole vznikl požár. Společně byste měli dospět k tomu, že ve většině škol **je vyhlášován požární poplach školním rozhlasem nebo voláním „Hoří!“** (viz požární poplachové směrnice školy).

Naučte žáky těchto několik základních zásad pro případ vyhlášení požárního poplachu:

1. Pokud vás zastihl požární poplach mimo třídu, rychle se tam vraťte.
2. Pokud vás zastihl požární poplach ve vaší třídě, počkejte na svého učitele.
3. Pokud víte, kde se nachází případný chybějící spolužák, řekněte to učiteli.
4. Pokud se ztratíte, připojte se k jiné třídě.

5. Pokud potkáte někoho, kdo se ztratil, tak na něho upozorněte svého učitele.
6. Ze školy si nic neodnášejte (aktovky atd., jedinou výjimkou jsou nezbytné léky), ani se nechod'te převlékat nebo přezouvat do šaten.
7. Pokud máte ve své třídě tělesně nebo zdravotně postiženého kamaráda, nezapomeňte mu při opouštění školy pomáhat.
8. Na určeném místě („místě setkání“) vyčkejte příjezdu hasičů.
9. V žádném případě se pro nic nevracejte do hořící nebo ohrožené budovy školy a ani se nikam neschovávejte!

Poznámka: Doporučte třídní učitelce, aby si společně s žáky prošla nejvhodnější únikovou cestu z jejich třídy.

Výsledek výuky:

- Žák si připomněl nebezpečí plynoucí z nebezpečné hry s ohněm a je u něho dále rozvíjen přiměřený respekt vůči ohni.
- Žák byl informován o základních zvyklostech týkajících se manipulace s elektrickými spotřebiči.
- Žák ví, jak zkontrolovat domácnost při odchodu z domu.
- Žák přiměřeně ovládá základní kontrolu domácnosti při odchodu z domu.
- Žák ví, jak se zachovat, dojde-li k požáru v jeho domově.
- Žák dokáže určit místa v domácnosti, které jsou nejvíce nebezpečné z hlediska možného vzniku požáru (kuchyň, koupelna, kotelna).
- Žák umí pojmenovat některé nebezpečné produkty hoření vznikající při bytových požárech a uvědomuje si jejich nebezpečnost.
- Žák zná základní zásady jednoduché první pomoci při nadýchání se kouře.
- Žák zná využití požárního hlásiče a předal letáček s touto problematikou rodičům.
- Žák dokáže v praxi aplikovat základní zásady využívané v případě vyhlášení požárního poplachu ve škole.
- Žák ví, že ve veřejných budovách existují únikové cesty a ví, jak se značí, zná únikovou cestu ze své třídy.

Blok 3

a) Co je to varovný signál a co dělat, když jej uslyším

***b) Co dělat, když bude nařízena evakuace z místa bydliště?
Zásady opuštění bytu a obsah evakuačního zavazadla***

***c) Jak se budu chránit při úniku nebezpečných látek
(prostředky improvizované ochrany - rozdíly oproti utěsnění
místnosti při požáru)***

d) Další nebezpečí v přírodě i ve městě (doplňkové téma)

Časová dotace bloku: **25 minut.**

Podklady v teoretické části na straně: **42 - 49, 50 - 51.**

Cíle výuky:

- Naučit žáky spolehlivě rozeznávat „druhy varovných signálů“, zejména signál „všeobecná výstraha“.
- Naučit žáky základním zásadám chování při zaslechnutí signálu „Všeobecná výstraha“.
- Informovat žáky o zásadách opuštění domova v případě evakuace a o evakuačním zavazadle.
- Naučit žáky vytvořit si vlastní prostředky improvizované ochrany.

a) Co je to varovný signál a co dělat, když jej uslyším?

Seznamte žáky s tím, že o případném hrozícím nebezpečí se dozvědí nejčastěji prostřednictvím tzv. poplachové sirény, ale že mohou být k varování před hrozícím nebezpečím využita i jiná zařízení jako například obecní rozhlas.

Informujte žáky o tom, že sirény jsou „mluvící“ a „nemluvící“.

1. **Elektrické rotační sirény** se poznají podle kloboučkové stříšky. Po spuštění vydávají pouze „houkání“ (*pusťte zvukovou ukázkou*).
2. **Elektronické sirény** bývají umístěny na vysokém stožáru a mají tvar trubky. Tyto sirény, kromě houkání (*pusťte zvukovou ukázkou*), dokáží přímo také říct, jaká nebezpečí hrozí (*obsah verbálních informací naleznete v přílohách*).

Informujte žáky o tom, že kromě výstražného „houkání“ hasičských vozidel jedoucích k zásahu, využívají hasiči ještě jeden signál. Je to signál „**Požární poplach**“. Je vyhlášován přerušovaným zvukem sirén (elektrické sirény vydávají zvuk onoho známého „hó-ří“) po dobu 1 minuty a **není varovným signálem pro obyvatelstvo!** Tento signál slouží pouze pro potřebu jednotek PO (např. pro svolání posil při větších požárech apod.).

Řekněte žákům, že jediným varovným signálem pro obyvatelstvo je dnes signál „**Všeobecná výstraha**“⁴⁸⁾. Jedná se o kolísavý zvuk sirény v délce trvání 140 sekund, který bývá zpravidla několikrát za sebou opakován a slouží k varování obyvatelstva při hrozbě nebo vzniku mimořádné události⁴⁹⁾.

Každou první středu v měsíci bývá prováděna pravidelná zkouška sirén, na kterou však předem upozorňují sdělovací prostředky atd.

Poznámka: Zvukové ukázky jednotlivých typů sirén a druhů signálů jsou součástí CD přiloženého v příhrádce publikace. S pomocí zvukových ukázek naučte žáky rozlišovat jednotlivé druhy signálů (Všeobecná výstraha, zkušební signál, svolávací signál hasičů). Jednotlivé zvukové ukázky žákům pouštějte ještě několikrát (v různém pořadí), abyste se ujistili, že se je naučili spolehlivě rozlišovat. Jednotlivé signály a jejich délku můžete znázornit na tabuli také graficky v průběhu ukázky (viz schémata jednotlivých signálů a obsah verbálních informací v přílohách).

Doporučte žákům, aby se v případě, že zaslechnou dlouhý kolísavý zvuk sirény, obrátili na dospělou osobu v okolí a ujistili se o co se jedná.

V případě, že se opravdu jedná o signál „Všeobecná výstraha“, doporučte žákům že by měli:

1. Neprodleně - okamžitě se ukrýt všude tam, kde to bude jen trochu možné. Upozorněte je, že není vhodné se schovávat ve sklepech ani suterénních místnostech, ale ve vyšších podlažích. K účinné ochraně nám plně postačí jakákoliv zděná budova, ve které je nutno uzavřít dveře a okna. Zvuk sirény prikazuje neprodleně - okamžitě se ukrýt co nejbližší místa, kde se nacházíte. Pokuste se vysvětlit žákům, proč by se neměli vracet domů (pokud se zrovna nepohybují v blízkém okolí).
2. Pokud jsou žáci ve škole nebo v družině, nesmí školu ani družinu opustit nebo běžet domů. Připomeňte žákům, že učitelé ví, jak se v takovém

48) Je vhodné, aby si instruktoři předem nastudovali možné zdroje ohrožení pro danou lokalitu (přehrada, chemická výroba, jaderná elektrárna, cisterny na kolech i kolejích převážející nebezpečné látky atd.) a žáky s těmito informacemi seznámili.

49) Touto problematikou se podrobně zabývá publikace „Ochrana člověka za mimořádných událostí“, kterou vydalo Ministerstvo vnitra - generální ředitelství HZS ČR.

případě zachovat a je potřeba následovat jejich pokynů.

3. Pokud cestujete s rodiči automobilem a uslyšíte varování sirény před nebezpečím, upozorněte rodiče, že nejlepší je okamžitě automobil zaparkovat co nejbližší budovy, ve které se pak společně ukryjete.
 - Otevřená okna v autě je nutno co nejrychleji zavřít a musí se také vypnout ventilátor a klimatizace v autě.

Zdůrazněte, že by se žáci vždy měli v případě zaslechnutí varovného signálu orientovat na dospělé osoby. Při vyhlášení signálu „Všeobecné výstraha“ se obvykle jedná o nouzovou situaci, kdy je nutno jednat rychle, a proto zde v plné míře neplatí pravidlo „nehovoř s cizími lidmi“.

Ačkoli se v takovýchto situacích doporučuje nepřetěžovat komunikační síť zbytečným voláním, u mladších dětí a žáků lze kontakt s rodiči pomocí telefonu doporučit.

Ujistěte se, že žáci správně pochopili důležitost rychlého ukrytí na správném místě.

Tip: Nakreslete na tabuli například budovu o několika patrech, rodinný dům, altán, garáž a další budovy a stavby a vedle nich panáčka. Vyzvěte žáky, aby panáčkovi pomohli najít nejlepší místo pro ukrytí. Takto lze také s žáky stanovit pořadí od nejvhodnějšího úkrytu až po nejméně vhodný.

Co znamená rada: „Neprodleně (okamžitě) se ukryjte!”

Žákům je třeba vysvětlit, aby ihned vyhledali spolu s dospělými prostor ve vyšších patrech nejbližší budovy. Tou může být jakýkoliv obytný dům nebo veřejná budova. V budově je třeba **zavřít dveře a okna**. Siréna může s velkou pravděpodobností signalizovat například únik nebezpečných látek. Uzavřením prostoru se sníží pravděpodobnost vniknutí nebezpečných látek do místa, které slouží jako nouzový úkryt. Nikdo by neměl z budovy sám vycházet - je třeba vyčkat zrušení výstrahy hasiči, „mluvící“ sirénou či sdělovacími prostředky.

Poznámka: Nepřenášejte na žáky odpovědnost za dospělé!

b) Co dělat, když bude nařízena evakuace z místa bydliště? Zásady opuštění bytu a obsah evakuačního zavazadla

Jak postupovat když musíte opustit byt

Tuto informaci lze žákům předat například takto: Může se stát, že nám bude hrozit takové nebezpečí, že budeme muset spolu s rodiči opustit svůj byt a přemístit se na jiné bezpečné místo. V takovém případě hovoříme o evakuaci. Evakuace je například organizována při nebezpečí vzniku velkých povodní. Před opuštěním bytu rodiče nesmí zapomenout:

- uhasit otevřený oheň v topidlech,
- vypnout elektrické spotřebiče (kromě ledniček a mrazniček),
- uzavřít přívod vody a plynu,
- ověřit, zda i sousedé vědí, že mají opustit byt,
- vložit vám do kapsy oděvu cedulku nebo lístek se jménem, adresou a telefonem na rodiče,
- vzít sebou kočky a psy,
- připravit si a vzít si sebou evakuační zavazadlo pro celou rodinu,
- přesunout se do prostoru shromaždiště.

Poznámka: Úkol žáků, zejména mladších, v takovéto situaci je pouze ten, že budou následovat své rodiče, popřípadě si mohou všimnout, jestli rodiče náhodu nenechali například hořet oheň v kamnech, otevřená okna, rozsvíceno atd. Mohou také rodiče upozornit na své domácí mazlíčky. Rodiče by měli být schopni odhadnout, zda je možno domácí zvířata vzít s sebou, nebo je zásobit krmivem. Opět není vhodné vyžadovat po žácích znalost všech podmínek bezpečného opuštění domova.

Evakuační zavazadlo - co si vzít s sebou

Zde budeme žáky pouze informovat, neboť není pravděpodobné, že by si žáci sami připravovali evakuační zavazadlo. Mohou ovšem mít s rodiči připraveno něco na způsob známé „krabičky poslední záchrany“. Je ovšem vhodné, aby žáci věděli, co zcela určitě do zavazadla nepatří - zejména zbytečné elektronické hry, výpočetní technika, větší množství hraček (pro menší děti lze doporučit drobnou hračku, o kterou se mohou v průběhu událostí starat, čímž je jejich pozornost odpoutána od často tragické reality). Evakuační zavazadlo připravují rodiče pro případ opuštění bytu v důsledku ohrožení. Jako evakuační zavazadlo poslouží např. batoh, kufr nebo cestovní taška. Zavazadlo

musí být označeno jménem a adresou.

Požádejte žáky, aby předali rodičům informační leták s návodem na přípravu evakuačního zavazadla. Rodiče mohou mít zavazadlo již sbalené s tím, že do něj v případě vyhlášení evakuace přiloží pouze věci podléhající zkáze (potraviny, hygienické prostředky, léky apod.).

Snažte se společně se žáky přijít na vše, na co by v evakuačním zavazadle neměli rodiče zapomenout:

- základní trvanlivé potraviny, nejlépe v konzervách, dobře zabalený chléb a pitnou vodu - vše na dva až tři dny,
- předměty denní potřeby, jídelní miska a příbor,
- osobní doklady, peníze, pojistné smlouvy a cennosti (archiv rodinných fotografií a filmů),
- léky, které užívají, toaletní a hygienické potřeby,
- záložní prádlo a obuv, spací pytle, kapesní nůž, otvírák na konzervy, zápalky, mobilní telefon, nabíječku, hry, knihu a jiné drobnosti,
- vhodné je i přenosné rádio s bateriemi a svítilna.

Tip: Nakreslete na tabuli veliký kufr (pro přehlednost) a nechte žáky, aby vám radili, co do něj vložit a proč. Žáci se sami budou mezi sebou korigovat a opravovat.

c) Jak se budu chránit při úniku nebezpečných látek (prostředky improvizované ochrany - rozdíly oproti utěsnění místnosti při požáru)

Připomeňte žákům, že k haváriím s přítomností nebezpečných látek většinou dochází náhle a neočekávaně, a že nás postihuje zcela nepřipravené.

K úniku nebezpečných chemických látek může dojít jednak působením člověka, u havárií způsobených přímo ve výrobě, při skladování nebo dopravní nehodě v důsledku přepravy nebezpečné látky, ale i vlivem přírodních účinků, především povodní, silného větru, sesuvů půdy a v poslední době i při teroristických útocích.

Prvořadou zásadou chování v případě havárie je, že se nepřibližujeme k místu havárie a vyhledáme vhodný úkryt. Opět žákům připomeňte, že vyhledat vhodný úkryt znamená urychleně se ukrýt v nejbližším domě, ve

vyšších patrech na závětrné straně budovy a pokusit se místnosti utěsnit. Většina nebezpečných chemických látek je těžší než vzduch, a proto se snadno dostávají do sklepních a přízemních místností. Z toho důvodu je zásadně nesprávné hledat úkryt právě tam.

Pokud jsme doma, nikam nevycházíme. Utěsněním oken v místnosti ale i navlhčenými závěsy a záclonami, zamezíme průniku nebezpečné látky do místnosti, což je hlavní rozdíl oproti utěsnění místnosti v případě požáru. Dále je nezbytné vypnout klimatizaci a utěsnit veškeré další větrací otvory. Opustit budovy lze pouze na pokyn zasahujících složek integrovaného záchranného systému, „mluvící“ sirény nebo sdělovacích prostředků

Při havárii se může stát, že budeme muset určitou dobu pobývat v zamořeném prostoru nebo jím projít. V tomto případě je nezbytně nutné chránit si dýchací cesty a povrch těla pomocí prostředků individuální ochrany nebo takzvaných improvizovaných prostředků ochrany⁵⁰⁾.

Vysvětlíte žákům, že se nejedná o nic jiného, než se pokusit pomocí oblečení, které mají po ruce, chránit dýchací cesty a celý povrch těla. Pokuste se vyjmenovat si s žáky vhodné druhy oblečení, které by mohli použít jako prostředky improvizované ochrany (jako prostředky improvizované ochrany jsou vhodné oděvní součásti a jiné prostředky, dostupné v každé domácnosti):

1. K ochraně hlavy použít čepici, šátek, šálu, přes které je vhodné navléci např. kapuci tak, aby vlasy byly zakryty a pokrývka chránila také čelo, uši a krk.
2. Největší pozornost je nutno věnovat **ochraně obličeje a očí** - jedná se zde o kombinaci ochrany povrchu těla s ochranou dýchacích cest. Zvláštní pozornost je proto nutné věnovat **ochraně úst a nosu**. Nejvhodnějším způsobem je překrytí úst a nosu navlhčeným kusem flanelové látky či froté ručníkem upevněným v zátylku šátkem či šálou (navlhčení tkaniny v pitné vodě jako provizorní opatření je vhodné především z toho důvodu, že řada nebezpečných chemických látek je alespoň částečně rozpustná i ve vodě).
3. K improvizované ochraně očí jsou nejvhodnějším prostředkem brýle uzavřeného typu nebo s utěsněnými průduchy (potápěčské, plavecké, lyžařské, motocyklové).

50) V současné době je „propagována“ myšlenka, že člověk, který se cítí být ohrožen, si má opatřit prostředky individuální ochrany sám a na vlastní náklady.

4. Ke všem oděvům je vhodné použít pláštěnku, plášť do deště nebo nepromokavé „outdoorové“ oděvy.
5. Velmi dobrým ochranným prostředkem rukou jsou pryžové rukavice. Ochranný účinek je tím větší, čím je materiál silnější.
6. Pro ochranu nohou jsou nejvhodnější pryžové holínky nebo vysoké kožené boty.

Při použití improvizovaných prostředků ochrany je třeba dbát následujících zásad:

- ***Každý druh oděvu poskytuje určitou míru ochrany, přičemž větší počet vrstev ochranu zvyšuje.***
- ***Celý povrch musí být zakryt, žádné místo nesmí zůstat nepokryté!***
- ***Ochranné prostředky je nutno co nejlépe utěsnit u krku, rukávů a nohavic!***

Poznámka: Řekněte žákům, že nejlépe bude vše fungovat, když jim někdo s oblékáním pomůže.

d) Další nebezpečí v přírodě i ve městě (doplňkové téma)

Témata některých dalších nebezpečí v přírodním terénu i ve městě jsou zpracována v teoretické části publikace a jsou probírána pouze v případě vzniklé časové rezervy.

Výsledek výuky:

- Žák ví, co je to varovný signál a jak se zachová při jeho zaslechnutí.
- Žák ví, že existují správné zásady opuštění domova.
- Žák ví, že existuje tzv. „evakuační zavazadlo“ a co do něj nepatří.
- Žák předá rodičům leták s informacemi o evakuačním zavazadle.
- Žák dokáže říct, z čeho by si vytvořil prostředky improvizované ochrany a proč.
- Žák zná možné zdroje ohrožení v blízkosti jeho bydliště.

TŘETÍ HODINA (DOPLŇKOVÁ)

<i>Prostor:</i>	učebna, společenská místnost, garáže, operační středisko, areál hasičské stanice.
<i>Základní pomůcky a materiál:</i>	odměny pro žáky (propagačně - vzdělávací materiály, sladkosti), fotoaparát (vhodný pro návštěvu hasičské stanice) atd.

a) Opakování předchozí hodiny

b) Prohlídka hasičské stanice

Časová dotace bloku: **1 - 2 hodiny**.

Cíle výuky:

- Zopakovat informace získané v průběhu druhé hodiny, která proběhla ve škole.
- Zodpovědět případné nejasnosti dětí a učitelů.
- Ukázat dětem, kam se dovolají v případě ohlášení požáru.
- Předvést dětem nejruznější zajímavosti hasičské stanice (technika atd.)
- Zodpovědět dětem další otázky, které se objeví v průběhu exkurze.

a) Opakování předchozí hodiny

Na základě všech „výsledků výuky“ druhého cyklu proveďte krátké opakování nejdůležitějších informací. Je vhodné tak učinit ještě před vstupem do garáží k technice.

Tip: Můžete tak učinit ještě před vstupem do garáží například následujícím způsobem:

1. Na dostatečně prostorném místě v areálu hasičské stanice (dvůr, sportovní plochy) nechejte žáky postavit vedle sebe.
2. Přibližně 10 metrů od řady žáků vytyčte hranici (čára křídou, hadice).
3. Pokládejte žákům postupně otázky (zdrojem vám mohou být již zmíněné „výsledky výuky“ druhé hodiny).

4. Žák, který se přihlásí jako první, může odpovídat.
5. Pokud zodpoví otázku správně, udělá jeden krok dopředu, pokud špatně, udělá krok dozadu a odpovídá druhý v pořadí přihlášených.
6. Vítězem se stává ten, kdo se jako první ocitne za vymezenou hranicí. Můžete soutěžit na tři vítězná umístění.

b) Prohlídka hasičské stanice

Několik doporučení:

1. Informujte s dostatečným předstihem své nadřízené o připravované návštěvě žáků u vás na stanici.
2. Je vhodné mít k dispozici alespoň jednoho pomocníka, ať už instruktora programu nebo vhodného kolegu (ochotného a schopného výkladu) ze směny či JSDH.
3. Hned v úvodu (před vstupem do garáží) si společně s učiteli a žáky sjednejte pravidla pro případ výjezdu atd. Jde o jakési seznámení s bezpečností práce, samozřejmě v rozumném rozsahu.
4. Na prohlídku stanice nedoporučujeme zvát více než dvě třídy současně.
5. Nedoporučujeme jízdu žáků po skluzu a další rizikové činnosti.
6. Žáky je potřeba v garážích hlídat mnohem více, než tomu bylo ve škole (nebezpečné a nepřehledné prostředí).
7. Pokud by z nějakého důvodu probíhala exkurze nepřijatelným způsobem (špatná spolupráce s vyučujícími atd.), doporučujeme exkurzi v zájmu bezpečnosti okamžitě přerušit.
8. Nadřízeného můžete také požádat o drobný finanční příspěvek na nákup bonbónů atd., jelikož většinu vašich propagačně vzdělávacích materiálů už budou žáci dobře znát.
9. Žákům můžete také pořídit společné foto u techniky. Z vlastní zkušenosti víme, že o fotografování bývá velký zájem. Jednu společnou fotografii můžete žákům rovnou vytisknout nebo dodatečně zaslat do školy.

Výsledek výuky:

- Žák si zopakoval stěžejní informace z druhé hodiny.

- Žák si oživil konkrétní představu o tom, jak vypadá zasahující hasič a hasičská technika.
- Žák ví, kde se nachází hasičská stanice.
- Žák ví, kam se dovolá při použití tísňového telefonního čísla.
- Žák pozbyl případných nejasností, které se vyskytly v průběhu výuky.

PŘÍLOHY

NÁMĚTY A INSPIRACE PRO ZPESTŘENÍ VÝUKY

I. cyklus, první hodina, blok 1

Následující pohádka, kterou jsme pro vás připravili, vám může v případě dostatečného množství času (předem domluvené 2 vyučovací hodiny atd.) posloužit také jako vhodný úvod.

Po přečtení textu proveďte jeho rozbor, přičemž se zaměřte především na to, aby z úst dětí zazněly odpovědi na následující otázky:

- Co se dráčkovi nelíbilo, když poprvé spatřil malá pračlovíčka ve vesnici?
- Co vždycky říkával dráčkův tatínek, když si s ním povídal o ohni?
- Co se stalo, když se děti začaly nudit?
- Proč se stal Hasík hrdinou?
- Jak zachránil drak Hasík hořící vesnici?
- O co požádal Hasík učitele a hasiče?

Jak drak Hasík ke svému jménu přišel

Kdysi, ale to už je, děti, opravdu velmi, velmi dávno, se odehrál na Zemi příběh o dráčku Hasíkovi, který vám chci teď vyprávět.

Bylo to v době, kdy po kraji běhali a lovili naši předchůdci - pravěcí lidé. V době, kdy po různých obrovitých dinosaurech a brontosaurech zbylo už jen pár obrovitých kostí.

No vlastně, abych vám řekl pravdu, zbylo ještě pár draků a dráčků. Ti se však raději před pravěkými lidmi schovali do jeskyní. Viděli totiž, že pravěkých lidí je čím dál tím víc a že uloví a sní opravdu všechno, co vyčenichají. Pravěcí lovci totiž měli velmi dobrý čich, a proto se někdy stávalo, že nějaký ten lovec přece jenom dračí obydlí podle kouře vyčenichal. To vám pak byla mela. Těžké kameny a klacky pak litaly na chudáky draky a všude kolem byla spousta ohně a dýmu.

Draci už byli na pralidi tak moc rozzlobení, že se postupně stali jejich úhlavními nepřáteli. Proto také později, když už na Zemi začala vznikat království, kterým vládli králové a královny, pouštěli na lidi takovou hrůzu.

Hrozili lidem, že sní jejich princezny a spálí jejich hrady a zámky, aby už měli od nich konečně klid. To by už však byla jiná pohádka. Proto se teď raději vraťme zpátky do pravěku...

Jednou se probudil pravěký svět do opravdu velmi krásného rána. Bylo to na jaře. Ptáci vesele zpívali a obrovští mamuti spokojeně přežvykovali čerstvou jarní travu na březích jezera. Hladina jezera se v mírném větru vlnila a třpytila se jako křídla veliké pravěké vážky. Všude vládla radost, klid a mír.

Největší radost však byla v jedné hluboké jeskyni. Dračí rodině se totiž narodil malý dráček. Byl to kluk a byl nesmírně zvědavý. Také byl velmi šikovný. Představte si, že už od prvního dne se učil létat a dokonce i vypouštět malé obláčky kouře. Rodiče mu začali říkat Šikula.

U draků je to, děti, se jmény tak. Každý drak dostává jméno podle toho, jaký je a co umí. Když se drak naučí něco nového, může dostat i nové hezké jméno.

Náš drak Šikula rostl a čím byl větší, tím byl také zvědavější. Neustále se rodičů na něco vyptával a nejvíce mu nešlo do hlavy, proč že se tak pralidé a draci nemají rádi. Ani odpověď tatínka draka, že pralidé pořád někde čenichají a že by všechny draky nejraděj snědli, Šikulovi nestačila. Rozhodl se proto, že musí nějaké ty pralidi stůj co stůj najít.

Začínal létat stále dál a dál, až jednou našel úplně malou pravěkou vesnici. Zprvu měl na paměti tatínkova slova, totiž že pralidé by všechny draky nejraděj snědli. Jeho zvědavost ho však tak trápila, že se rozhodl k vesnici ještě více přiblížit. Přistál proto na nevelikém kopci nedaleko vesnice a po zemi se začal k vesnici opatrně blížit. Zastavil se až úplně na samém okraji louky, na které stála dřevěná obydlí pravěkých lovců. Z hustého křoví pozoroval, co se ve vesnici děje.

Vesnice se zdála zprvu úplně opuštěná. Teprve po chvíli si Šikula všiml dvou malých pračlovíkat, která si hrála v blízkosti hořícího ohně. Tomu se Šikula velice podivil. Nevěděl, že pralidé umí také rozdělovat oheň. Nedokázal také pochopit to, že pravěcí dospěláci nechávají tak nebezpečnou věc, jako je oheň, úplně bez dozoru. Nejvíce se však podivil tomu, že si malá pračlovíkata mohou hrát tak blízko u nebezpečného ohně.

Malý Šikula si hned vzpomněl na to, co vždycky říkával jeho otec. „Oheň je ohromně nebezpečný. Takový rozzlobený drak dokáže pomocí ohně spálit třeba i celé pravěké vesnice a velké lesy. Oheň může velmi ublížit nejen pralidem, ale také zvířátkům a dokonce i malým drakům.“ Také proto měl dráček Šikula od tatínka dovoleno vypouštět jenom malé neškodné obláčky

dýmu. Oheň směl používat jenom ke své obraně a také tehdy, když byla veliká zima.

Šikula dál pozoroval vesnici. Pračlovíčata byla opravdu v táboře úplně sama. Teprve až hodně daleko za posledním dřevěným stavením viděl jejich maminky, jak v řece perou špinavé kůže. Kde jsou však nebezpeční pravěcí lovci? Vypadalo to tak, že všichni lovci z vesnice šli vyčenichat něco dobrého k jídlu. To se tak tehdy říkávalo: „Jdeme něco vyčenichat.“ Dnes už se nečenichá. Místo toho chodíme prostě jenom nakupovat - třeba do supermarketu. I draci už dnes přestali létat a chodí už jenom pěšky... Ale teď se už vraťme rychle zpátky - do pravěku.

Dráček Šikula dostal tak trochu strach... Co když se lovci nečekaně vrátí? Co se pak stane? Jeho zvědavost však byla stále silnější a tak se rozhodl, že ještě chvíli zůstane v hlubokém křoví. Jenom zalezl ještě hlouběji do zeleného listí, aby se ještě lépe schoval. Najednou si všiml, že se ve vsi začíná něco dít. Co to tam ty děti vyvádějí?

Opravdu. Pračlovíčata, která se už bez rodičů začínala nudit, začala do ohně přihazovat stále více a více větví. Oheň už byl tak veliký, že už přes něho nebylo vidět ani mohutné náčelnické stavení s parohy pravěkého losa nade dveřmi.

Zatímco maminky u řeky stále ještě nic nepozorovaly, Šikula se začínal v křoví neklidně tetelit. Věděl dobře, že oheň není hračka pro malé děti a jejich hra se mu vůbec nelíbila. Začínal tušit veliké nebezpečí. Náhle si všiml, že se větve na stromech kolem křoví, kde byl schovaný, začínají stále více a více ohýbat. Kmeny slabších stromků se nakláněly skoro až k zemi. Sílící vítr přihnál černé mraky a obloha úplně potemněla. Přicházela pravěká vichřice!

Pračlovíčata byla tolik zabrána do své nebezpečné hry s ohněm, že si přicházející vichřice vůbec nevšimla. Dokonce neslyšela ani volání svých maminek, které se rychle vracely zpátky do vesnice.

Najednou silné fouknutí větru vytrhlo hořící větev z ohniště a neslo ji na střechu jednoho z blízkých stavení. Slaměná střecha byla okamžitě celá v plamenech. Sílící vítr roznášel hořící slámu od jednoho stavení ke druhému, až hořela většina obydlí v pravěké vesnici. Oheň pračlovíčata stojící u kmenového totému úplně obklíčil. Bezmocně stála na malém ušlapaném palouku vprostřed vesnice. Děti dostaly veliký strach a začaly křičet.

V tu chvíli už stály maminky na kraji hořící vesnice a snažily se ke svým dětem přes veliké plameny dostat. Marně. Oheň už byl nad jejich síly a voda v řece byla tak daleko...

Dráček Šikula byl v křoví jako na trní. Má opustit svůj úkryt a pokusit se dětem pomoci? Co když se vrátí hrozní pravěcí lovci? Nemohl však již déle čekat. Sám nevěděl, jestli má větší strach z pravěkých lovců a nebo z velikého ohně, ale už se rozhodl. Opustil svůj úkryt v křoví a letěl křičícím pračlovíkatům na pomoc. Ze vzduchu viděl, jak se matky pravěkých dětí polekaly, ale na to teď nebyl čas. Musel přeci pomoci jejich dětem! Náhle spatřil uzounkou mezeru v jinak nepropustné hradbě plamenů. Zamířil tedy přímo k ní.

Plameny se rychle přibližovaly. Jeho dračí kůže ho začínala stále více pálit. Také nebyl zvyklý na takové množství štípajícího kouře, avšak Šikula dělal čest svému jménu. Odvážným a šikovným letem pronikl úzkou mezerou v plamenech až k plačícím dětem. Rychle je popadl a odnášel je pryč z nebezpečných plamenů.

Překvapená pračlovícata zprvu nevěděla, co si o tom všem myslet. I když opravdového draka ještě nikdy před tím neviděla, dobře věděla, že právě tohle má být ta hrozná obluda, o které jim mnohokrát rodiče vyprávěli. Pro jistotu se však ještě pevněji přitiskla k zelenému dračímu tělu. Šikula zatím vynesl děti až do bezpečí. Vysadil je však raději kousek dál od šťastných matek, aby je příliš nevystrašil. Děti se k nim okamžitě rozběhly. To bylo radosti...

„Co však s hořící vesnicí?“ říkal si mezitím dráček Šikula. Pralidé tam mají jistě uschovány všechny věci, které potřebují k živobytí. Když tu dostal Šikula nápad. Vyletěl nahoru až pod černá oblaka, a pak se vydal střemhlav dolů, přímo do řeky, co protékala nahoře nad vesnicí. V plné rychlosti a s roztaženými křídly, pak přistál na hladinu řeky a vytvořil vlnu právě tak velikou, aby uhasil hořící vesnici. Dráček měl tak trochu strach, aby současně neublížil pravěkým maminkám a dětem, které stály jen kousek od vesnice. Všechno však nakonec dobře dopadlo.

Voda uhasila všechny plameny a dráček se spokojeně mohl vrátit domů. A právě ve chvíli, kdy naposledy zakroužil nad zachráněnými pračlovíkaty a vesnicí, zaslechl zespod volání: „Hasík, je to hodný drak Hasík! Děkujeme ti, Hasíku!“ Dráček ještě jednou zamával křídly vesničánům na pozdrav a šťastně se vracel k domovu. Celou cestu mu však neustále znělo v hlavě ono volání: „Hasík, je to hodný drak Hasík!“ „To by bylo pěkné jméno pro mě,“ opakoval si v duchu pořád dokola dráček, „Škoda jen, že vše nemohu říci doma v jeskyni. To by se asi tatínkovi nelíbilo.“

Když přistál před jeskyní, snažil se tvářit jako vždycky, aby na sebe zbytečně neupoutal pozornost obou rodičů. Ti mu však vyrazili dech. „Ahoj

Hasíku“, řekli mu oba najednou. Dráček zůstal překvapeně stát. Úplně zapomněl na to, že je dočista unavený, a že už má docela velký hlad. „Řekli mi ahoj Hasíku? Jak to, že to vědí? Cožpak se nějak prozradil?“

Záhadu však vyřešil tatínek drak. Pomalu začal vyprávět o tom, jak si ráno řekl, že by se také mohl jen tak proletět a ze zvědavosti zamířil k blízké pravěké vesnici. Maminka si neodpustila poznámku, že teď už ví, po kom že je ten jejich syn tak zvědavý, ale tatínek pokračoval ve vyprávění dál.

Když se blížil k vesnici, spatřil v dálce oblaka hustého černého dýmu. Trochu proto zrychlil, aby zjistil, co se děje. Prý přiletěl právě ve chvíli, když dráček děti vynášel z nebezpečných plamenů. Viděl také, jak dráček uhasil celou vesnici a zaslechl ono volání, kterým se pravěcí vesničané s dráčkem loučili. Nenápadně a rychle se potom vrátil domů, aby co nejdříve mohl o dráčkově hrdinském činu vyprávět matce dračici. „Tak takhle to bylo, ty náš Hasíku,“ řekl táta, když skončil s vyprávěním. „Proto oba s maminkou víme, co se ti dnes přihodilo. Jsme na tebe hrdí, ale teď už hybaj spát do jeskyně, ty náš hrdino.“

Unavený dráček úplně zapomněl na jídlo a spokojeně usnul. Jenom jako by z dálky ještě slyšel ono volání: „Hasík, je to hodný drak Hasík!“

Tak přišel dráček Hasík ke svému jménu a stal se nejšťastnějším drakem celého pravěku. Zároveň se také stal úplně prvním hasičem. Od té doby je přítelem všech lidí, ale nejraděj má vás, děti. A právě proto, děti, že vás má drak Hasík tolik rád, požádal některé hasiče a učitele, aby vám vyprávěli tento prastarý příběh.

Chtěl, aby se všechny děti na celém světě dozvěděly o tom, že oheň může být pro ně velmi nebezpečný, a že to není žádná hračka pro děti. Přál si, aby vám učitelé a hasiči pověděli něco o tom, jak se správně chovat při požáru a také o tom, jak se před požárem co nejlépe chránit, aby se vám nic zlého nestalo.

Poznámka: Možností a metod, jak můžete s textem pracovat, je samozřejmě mnoho. Např. můžete text číst po částech - metodou řízeného čtení (na předem vybraných místech četbu „useknout“ a zeptat se: „Co myslíte děti, jak to bude dál?“) a po dočtení opět provést rozbor textu formou výše uvedených otázek. Všechny naše nabídky berte opět spíše jako inspirativní.

I. cyklus, první hodina, blok 2

1. Doplně (tabulka slouží pouze jako vzor):

	a) tísňová telefonní čísla	b) podle čeho si je pamatuješ?
„Hasiči“		
„Záchranka“		
„Policie“		
„Všichni“(IZS)		

2. Řekněte dětem, aby dokončily jednotlivé body pomocné osnovy pro nahlášení požáru:

CO ?
KDE ?
KDO ?

I. cyklus, druhá hodina, blok 2

Hra

„Na pravdu a lež“

Nechte děti rozdělit následující „výroky“ na pravdivé a nepravdivé:

- „Je dobré zůstat v zakouřené místnosti.“
- „Ten, kdo se nadýchá kouře, nesmí nikdy zůstat o samotě.“
- „Při bolestech hlavy nebo zvracení vždy vyhledáme lékaře.“
- „Kouř lze dostat z plic dlouhým během.“

Podobných „výroků“ si můžete připravit samozřejmě mnohem více – záleží jen na vaší fantazii.

II. cyklus, první hodina, blok 2

4. Vyhledej „dvojice“, které patří k sobě a propoj je čarou (tabulka slouží pouze jako vzor):

popáleniny	- na co nezapomenout při odchodu z domu
zastav se - lehni si - kutálej se	- nezasypáváme, nemažeme - chladíme 10 až 20 min
požár v domácnosti	- vaření v nepřítomnosti rodičů - zapalování svíček na vánočním stromku
nebezpečná hra	- jak uhasit oblečení, když není po ruce voda
„překontroluj vodu, okna zavři taky, může přijít vítr a dešťové mraky“	- překryjeme čistým kapesníkem - popáleniny větší jak dlaň, musí vždy ošetřit lékař
popáleniny	- petardy - hra s „dospěláckým“ náradím
nebezpečné chování v domácnosti	- koupelna, kuchyň, dílna

II. cyklus, první hodina, blok 1

5. Asociační řetězec:

- Žáci si společně s učitelem sednou do kruhu.
- Učitel „vykopává“ (zadáva téma) slovy: „**Nahlášení dopravní nehody.**“
- Žáci na uvedené téma postupně (např. ve směru hodinových ručiček) reagují asociacemi, které svým rozsahem přibližně odpovídají jednotlivým doporučením tématu c) předchozího bloku.
- Pokračujte do vyčerpání výchozího materiálu.

6. Pro děti si můžete připravit následující křížovku (slouží pouze jako vzor):

1. řádek. Kdo jezdívá rychle k požáru?
2. řádek. O požáru ve škole nám poví školní...?
3. řádek. Jak při požáru opouštíme třídu?
4. řádek. S rodiči sestavujeme únikový plán.
5. řádek. Kolikrát do roka procvičujeme DÚP?

					H	A	S	I	Č	I		
R	O	Z	H	L	A	S						
					S	P	O	L	E	Č	N	Ě
D	O	M	Á	C	Í							
		D	V	A	K	R	Á	T				

7. Úkolem žáků je najít a správně přiřadit nabízené „termíny“ do dvojic:

během či chůzí se oheň ještě více rozhoří	II. stupeň
I. stupeň	kuchyň, obývací pokoj s krbem, kotelna
místnosti, kde se nachází otevřený oheň	zarudlá kůže, netvoří se puchýře
lehni si	odumření kůže
III. stupeň	pokud ti nehoří rukávy, zakryj si obličej
kuchyň, koupelna, dílny	zastav se
válením se zamezí přístupu kyslíku potřebného k hoření	místnosti, kde se nachází elektrické spotřebiče
silná palčivá bolest, tvorba puchýřů	kutálej se

Poznámka: Pokud máte možnost opatřit si výše uvedené čtyři druhy PHP fyzicky (lze nahradit obrázkem na kartónovém papíře, umístěným např. na žebříkách v tělocvičně

atd.), můžete si zejména s mladšími žáky zahrát následující jednoduchou hru. PHP rozmístíte na volném prostranství tak, aby tvořily čtverec o hraně 10 m. Stoupněte si s žáky doprostřed a upřesněte, jaký druh PHP se ve kterém rohu čtverce nachází. Nyní hlasitě vyslovte hořlavou látku, načež by se měli žáci rozběhnout vždy k nejbližšímu PHP. Z bezpečnostních důvodů vyznačte kolem PHP metrový kruh, do něhož nesmí nikdo během hry vstoupit. Děti můžete rozdělit i do skupin a podle vlastního uvážení případně bodovat či jinak odměňovat...

8. Vyluštěte si s žáky následující křížovku (slouží pouze jako vzor):

1. řádek: Školním rozhlasem je hlášen požární
2. řádek: V budovách jsou únikové cesty značeny barvou
3. řádek: Na evakuační výtah se lze spolehnout
4. řádek: Některé budovy mají svůj evakuační
5. řádek: Všeobecná výstraha je signál

			P	O	P	L	A	CH
Z	E	L	E	N	O	U		
				V	Ž	D	Y	
			P	L	Á	N		
			V	A	R	O	V	N
							Ý	

9. Ujistěte se, že si žáci pamatují nově získané informace předchozího bloku. Můžete tak učinit prostřednictvím hry:

„Na Popelku“

- Témata b), c), d), e) bloku 7 nakopírujte a rozstříhejte na proužky tak, aby nadpis i jednotlivá očíslovaná doporučení byla vždy na samostatném proužku papíru.
- Do středu komunitního kruhu položte vedle sebe proužky papíru s těmito nadpisy:
 - a) Nebezpečí v přírodním terénu - „Lesní požáry“.
 - b) Nebezpečí v přírodním terénu - „Lezení po skalách, vstup do

jeskyní a štol“.

- c) Nebezpečí v přírodním terénu - „Plavání v neznámé nebo divoké vodě a pohyb na tenkém ledu“.
- d) Nebezpečí v přírodním terénu - „Pohyb v přírodě za bouřky a silného větru“.
- Zbytek nastříhaných proužků pak uložte např. do papírové krabice a promíchejte.
- Žáci po jednom přichází ke krabici a vždy vytáhnou jeden ústřížek. Nahlas jej přečtou a přiřadí pod správný nadpis do sloupce.
- Pokračujte až do přiřazení všech ústřížků.

II. cyklus, druhá hodina, blok 3

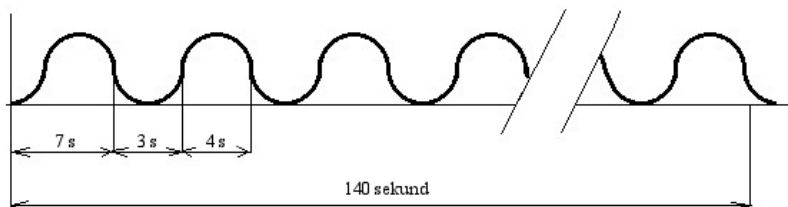
Přehled signálů

VŠEOBECNÁ VÝSTRAHA

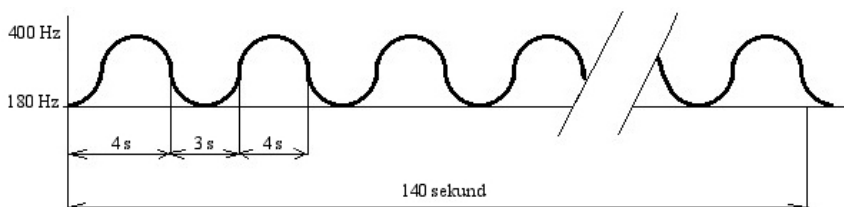
Varovný signál pro varování obyvatelstva při hrozbě nebo vzniku mimořádné události. Signál je vyhlášován kolísavým tónem sirény po dobu 140 sekund. U elektronických sirén je signál doplněn o verbální informaci upřesňující druh ohrožení.

Po akustickém tónu sirény, při vyhlášení varovného signálu „VŠEOBECNÁ VÝSTRAHA“, bude následovat tísňová informace z hromadných sdělovacích prostředků (republiková, regionální a místní působnost) pro informování obyvatelstva o hrozící nebo vzniklé mimořádné události.

a) rotační siréna (akustický signál)



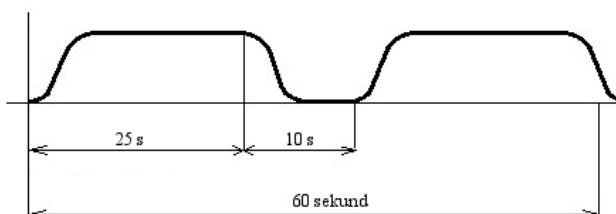
b) elektronická siréna (akustický signál + verbální informace č.2, 3, 4, 5, 6)



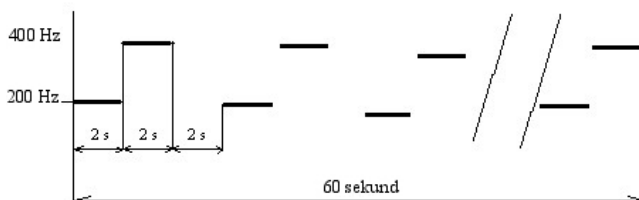
POŽÁRNÍ POPLACH

Není varovným signálem, je určen ke svolání jednotek požární ochrany. Signál je vyhlašován přerušovaným tónem po dobu 60 sekund.

a) rotační siréna (akustický signál)



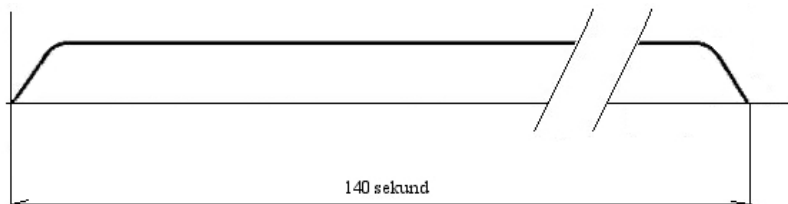
b) elektronická siréna (akustický signál + verbální informace č.7)



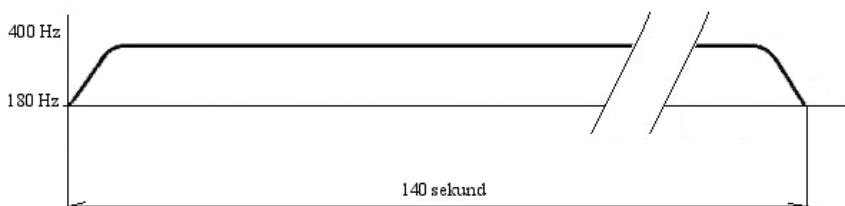
ZKOUŠKA SIRÉN

Signál sloužící k ověřování provozuschopnosti JSVV. Signál je vyhlašován nepřerušovaným tónem po dobu 140 sekund.

a) rotační siréna (akustický signál)



b) elektronická siréna (akustický signál + verbální informace č.1)



OBSAH VERBÁLNÍCH INFORMACÍ

Verbální informace č. 1: „Zkouška sirén, zkouška sirén, zkouška sirén. Právě proběhla zkouška sirén. Zkouška sirén, zkouška sirén, zkouška sirén.“

Verbální informace č. 2: „Všeobecná výstraha, všeobecná výstraha, všeobecná výstraha. Sledujte vysílání českého rozhlasu, televize a regionálních rozhlasů. Všeobecná výstraha, všeobecná výstraha, všeobecná výstraha.“

Verbální informace č. 3: „Nebezpečí zátopové vlny, nebezpečí zátopové vlny. Ohrožení zátopovou vlnou. Sledujte vysílání českého rozhlasu, televize a regionálních rozhlasů. Nebezpečí zátopové vlny, nebezpečí zátopové vlny.“

Verbální informace č. 4: „Chemická havárie, chemická havárie, chemická havárie. Ohrožení únikem škodlivin. Sledujte vysílání českého rozhlasu, televize a regionálních rozhlasů. Chemická havárie, chemická havárie, chemická havárie.“

Verbální informace č. 5: „Radiační havárie, radiační havárie, radiační havárie. Ohrožení únikem radioaktivních látek. Sledujte vysílání českého rozhlasu, televize a regionálních rozhlasů. Radiační havárie, radiační havárie, radiační havárie.“

Verbální informace č. 6: „Konec poplachu, konec poplachu, konec poplachu. Sledujte vysílání českého rozhlasu, televize a regionálních rozhlasů. Konec poplachu, konec poplachu, konec poplachu.“

Verbální informace č. 7: „Požární poplach, požární poplach, požární poplach. Svolání hasičů, svolání hasičů. Byl vyhlášen požární poplach, požární poplach.“

POUŽITÉ ZDROJE A LITERATURA

- Adamec, V., Foldyna, V., Hanuška, Z.: Taktika zdolávání požárů, nehod a havárií. MV - generální Hasičského záchranného sboru ČR, Praha 1997
- Aronson, E., Wilson, T. D., Akert, R. M.: Social Psychology (5th ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall 2005
- Balog, K., Kvarčák, M.: Dynamika požáru. SPBI Spektrum č. 22, Praha 1999
- Cangelisi, J. S.: Strategie řízení třídy. Portál, Praha 1996
- Čandová, A.: Metodická příručka první pomoci. Bruntál 1998
- Čáp, J.: Psychologie výchovy a vyučování. UK, Praha 1993
- Dudáček, A.: Automatická detekce požáru. SPBI Spektrum č. 26, Praha 2000
- Fontana, D.: Psychologie ve školní praxi. Portál, Praha 1997
- Folwarczny, L., Pokorný, J.: Odchylné pojetí termínu „evakuace osob“ v národních právních a technických předpisech, Sborník přednášek mezinárodní konference Ochrana obyvatelstva 2005. SPBI-TUO, Ostrava 2005
- Horáček, J., Mikulka, Š., Mikulka, B., Piños, M.: Výchova dětí v oblasti požární ochrany. Knižnice ČAHD, Ostrava 1998
- Kroupa, M.: Chování obyvatelstva v případě havárie s únikem nebezpečných chemických látek. MV - generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR, Praha 2004
- Lošák, J.: Technické prostředky požární ochrany II. SPBI Spektrum č. 19, Praha 1999
- Matoušek, O.: Kontexty neuróz. Avicenum, Praha 1986
- Mikulka, Š., Mikulka, B., Piños, M.: Metodika výuky aktivistů pro výchovu dětí v oblasti požární ochrany (příručka pro instruktory). Knižnice ČAHD, Ostrava 1999
- Mikulka, Š., Mikulka, B., Piños, M.: Výchova dětí v oblasti požární ochrany (Příručka pro učitele základních a speciálních škol). MV - generální ředitelství HZS ČR, 2004
- Kalhoun, Z., Obst, O.: Školní didaktika. Portál, Praha 2002
- Kašová, J. a kol.: Škola trochu jinak, projektové vyučování v teorii i praxi. Iuventa, Kroměříž 1998

Kurelová, M., Kantorová, H., Kozelská, Z., Malach, J., Jurdin, R.: Pedagogika II., Kapitoly z obecné didaktiky. Pedagogická fakulta OU, Ostrava 2001

Levy, D. L.: The Best Parent Is Both Parents. A Guide To Shared Parenting In The 21st Century. Hampton Roads Publishing Co., Norfolk, VA 1993.

Martínek, B., Linhart, P., Balek, V., Čapoun, T., Slávik, D., Svoboda, J., Urban, I.: Ochrana člověka za mimořádných událostí. MV - generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR, Praha 2003

Munden, A., Arcelus, J.: Poruchy pozornosti a hyperaktivita. Portál, Praha 2002

Piňos, M., Toman, S.: Hovořte s dětmi otevřeně. Citadela, o.s., Bruntál 2005

Pokorný, J.: Zplodiny hoření, jejich tvorba a vliv na bezpečnost osob a zasahující hasičské jednotky (Nomogramy pro posuzování hladiny kouřových plynů v prostoru). Sborník přednášek konference Červený kohout 2003, České Budějovice 2003

Riefová, S. F.: Nesoustředěné a neklidné dítě ve škole. Portál, Praha 1999

Rogge, J-U.: Dětské strachy a úzkosti. Portál, Praha 1999

Steelová, J. a kol.: Kooperativní učení. Reading a writing for critical thinking, Praha 1998

Stejskal, J.: Hasiva - učební texty pro odbornou přípravu jednotek sborů dobrovolných hasičů. Fire Edit, Praha 1995

Vizinová, D., Preiss, M.: Psychické trauma a jeho terapie. Portál, Praha 1999

Volf, O.: Požární taktika - Záchranné práce - Záchrana osob obecně - aspekty provázející záchranu. SPBI - konspekt 1-2-01, Ostrava 1999

Některé důležité internetové adresy:

www.hasik.cz - internetová prezentace Hasík CZ, zabývající se výchovou dětí v oblasti požární ochrany a ochrany obyvatelstva,

www.hzsmk.cz - internetová prezentace Hasičského záchranného sboru Moravskoslezského kraje,

www.hzsol.cz - internetová prezentace Hasičského záchranného sboru Olomouckého kraje,

www.mvcr.cz/hasici - internetová prezentace Ministerstva vnitra - generálního ředitelství HZS ČR s informacemi z oblasti požární ochrany.



www.hzsmsk.cz
www.hasik.cz



© Citadela Bruntál
Hasičský záchranný sbor Moravskoslezského kraje

2012