Наставна прогарама
Слободен изборен предмет Прва помош
За IV и V одделение

Изработиле: Горица Стојанова, Марина Крстевска Ангелова, Маја Саздовска ООУ„Круме Кепески“ Скопје

ПОВРЗАНОСТ СО НАЦИОНАЛНИТЕ СТАНДАРДИ

Наставната програма вклучува релевантни компетенции од следното подрачје: **Личниот и социјалниот развој на учениците**
Ученикот/ученичката знае и/или умее:

V-A.1	да разликува здрав од ризичен животен стил кога се работи за сите сфери на живеење (вклучително навики во исхраната, спортски и рекреативни активности и сексуално однесување)
I V-A.4	да прави процена на сопствените способности и постигања (вклучувајќи ги силните и слабите страни) и врз основа на тоа да ги определува приоритетите кои ќе му/ѝ овозможат развој и напредување;
V-A.5	да ги препознава емоциите кај себеси и кај другите, да ги согледа последиците од сопствените емоционални реакции во различни ситуации и да користи соодветни стратегии за справување со емоциите
V-A.6;	да си постави цели за учење и сопствен развој и да работи на надминување на предизвиците кои се јавуваат на патот кон нивно остварување;
V-A.7	да ги користи сопствените искуства за да си го олесни учењето и да го прилагоди сопственото однесување во иднина
V-A.9	да ги предвиди последиците од своите постапки и од постапките на другите по себе и по другите;

V-А.10	да применува етички начела при вреднување на правилното и погрешното во сопствените и туѓите постапки и да манифестира доблесни карактерни особини (како што се: чесност, правичност, почитување, трпеливост, грижа, пристојност, благодарност, решителност, одважност и самодисциплина);
V-А.14	да слуша активно и соодветно да реагира, покажувајќи емпатија и разбирање за другите и да ги искажува сопствените грижи и потреби на конструктивен начин
V-А.15	да соработува со други во остварување на заеднички цели, споделувајќи ги сопствените гледишта и потреби со другите и земајќи ги предвид гледиштата и потребите на другите;
V-А.17	да бара повратна информација и поддршка за себе, но и да дава конструктивна повратна информација и поддршка во корист на другите;
V-А.19	да дава предлози, да разгледува различни можности и да ги предвидува последиците со цел да изведува заклучоци и да донесува рационални одлуки;
V-А.20	критички да ги анализира информациите и доказите според релевантни критериуми,
V-А.21	да го анализира, проценува и подобрува сопственото учење.

Ученикот/ученичката разбира и прифаќа дека:

V-Б.1	грижата за сопственото тело и редовното практикување физички активности е важен услов за обезбедување физичко и ментално здравје,
V-Б.2	осознавањето на сопствениот идентитет придонесува за јакнење на самодовербата и за развојот на личноста,;

V-Б.4	секоја постапка што ја презема има последици по него/неа и/или по неговата/нејзината околина,
V-Б.7	иницијативноста, упорноста, истрајноста и одговорноста се важни за спроведување на задачите, остарување на целите и надминување на предизвиците во секојдневите ситуации;
V-Б.8	интеракцијата со другите е двонасочна – како што има право од другите да бара да му биде овозможено задоволување на сопствените интереси и потреби, така има и одговорност да им даде простор на другите да ги задоволат сопствените интереси и потреби,
V-Б.10	учењето е континуиран процес кој не завршува во училиште и не се ограничува на формалното образование.

Наставната програма вклучува дополнителни релевантни компетенции и од следните подрачја на Националните стандарди**: Општество и демократска култура.**

Ученикот/ученичката знае и/или умее:

VI-A.9	да препознае ранливи групи во општеството и да учествува во и да подржува хуманитарни и волонтерски акции,
VI-A.10	да се заштити себе си и другите во кризни ситуации и при елементарни непогоди,
VI-A.15	да идентификува ситуации во кои граѓаните можат да влијаат врз животот во заедницата и се ангажира за подобрување на состојбите,
V-A.4	да прави процена на сопствените способности и постигања (вклучувајќи ги силните и слабите страни) и врз основа на тоа да ги определува приоритетите кои ќе му/ѝ овозможат развој и напредување;
V-A.5	да ги препознава емоциите кај себеси и кај другите, да ги согледа последиците од сопствените емоционални реакции во различни ситуации и да користи соодветни стратегии за справување со емоциите;

VI-Б.7	секој граѓанин е должен одговорно да се однесува кон сограѓаните, заедницата и општеството во целина, постојано имајќи ги предвид последиците од своите постапки по другите и околината,
VI-A.9	да препознае ранливи групи во општеството, да поддржува и да учествува во хуманитарни и волонтерски акции;
VIII-A.3	да ги изразува сопствените идеи, искуства и емоции, користејќи уметнички или други форми на креативно изразување (индивидуални или колективни);
VIII-A.4	да ги интерпретира идеите, искуствата и емоциите изразени во уметничките продукти креирани од другите, кои се припадници на сопствената или на други култури;

Ученикот/ученичката разбира и прифаќа дека:

VI-Б.6	личниот ангажман и соработката со другите се битни за остварување заеднички јавен интерес,
VI-Б.8	секој граѓанин е должен да ги почитува законите и правилата и прописите што го регулираат однесувањето на луѓето и функционирањето на институциите,
VI-Б.12	нашата држава е мултикултурно/мултиетничко општество во кое живеат припадници на различни култури/етникуми и секој нејзин граѓанин е одговорен да придонесува за интеркултурна размена и почитувањето на човековите права во интерес на заедничкото живеење во интегрирано, етнички кохезивно општество

РЕЗУЛТАТИ ОД УЧЕЊЕ

Тема **1: Вовед во првата помош**	
Знаења/вештини	
• Го идентификува Црвениот крст и Црвената полумесечина како меѓународно хуманитарно движење чија мисија е да го штити човечкиот живот и здраје	
• Ја разбира важноста на првата помош како витална интервенција во намалување на повредите и зголемување на шансите за преживување во настаната ситуација на поединци или група луѓе во опасност	
• Разликува стандардни средства за укажување на прва помош	
• Изведува општи постапки за обезбедување на просторот, лична безбедност, согласност за укажување на прва помош, психолошка подршка, известување на службите и повик за помош.	
Ставови/вредности	
• Развива став дека секој има одговорност да придонесе за побезбедна и посигурна средина на живеење	
• Се залага за хуманост и солидарност	
• Негува активности кои ги и мобилизира луѓето и заедниците да го зачуваат и заштитат човечкиот живот.	
• Развива свесност за вистинската вредност на првата помош и навремената реакција	
Содржини (поими) и број на часови	Примери за активности

*Црвен крст и Црвената полумесечина, историјат и значење (2 часа) Хуманост, Непристрасност, Неутралност, Независност, Доброволна служба ,Единство, Универзалност.	1. На учениците им се пушта линкот да го проследат (https://www.youtube.com/watch?v=fs--pnyNjEg). Така ќе се запознаат со идејата за хуманост која се родила во 1859 год. од страна на швајцарскиот трговец Анри Динан, кој бил сведок на ужасите од битката кај Солферино, Италија. Се со цел за да им помогне на жртвите во оваа битка тој формирал Меѓународен Комитет на Црвен крст и го регистрирал со заштитен знак Црвен крст на бело поле (обратно од обележјата на државното знаме на Швајцарија). Подоцна овој Меѓународен Комитет на Црвен крст се проширува низ цел свет и станува меѓународно хуманитарно движење со доброволци, чија мисија е да го штитат човечкиот живот и здравје, да обезбедат почитување на човекот, и да го оневозможат или олеснат човечкото страдање, без каква било дискриминација. Учениците ги изработуваат симболите на Црвениот крст и Црвената полумесечина од различни материјали(волница, цефки, капачиња и др 2. Учениците се поделени во 7 групи и добиваат задача да пребаруваат на интернет кои се принципите на Црвен крст.Секоја група пронаоѓа информации за еден принцип, а потоа ги запишуваат сите на заеднички хамер. Хуманост, Непристрасност, Неутралност, Независност, Доброволна служба, Единство, Универзалност. **Црвен Крст на РСМ е формиран 17 Март 1945 година, а како самостојно друштво делува од 21 Мај 1992 година.**
*Стандардни средства за укажување прва помош (2 часа) Стерилни гази, вата, завои, триаглести марами, леплива трака, полуетиленска фолија, безопасни игли, ножички, стерилни ракавици	1.На учениците им се покажува слика на која што има претставено дете кое што седи на спортско игралиште со повредено колено и слабо крварење. Преку прашања се поведува дискусија како тие би постапиле во таа ситуација кога ќе видат повредено другарче? Дали ќе му помогнат? Што ќе направат? На учениците им се укажува на важноста на укажување на помош кога на некој ќе му биде потребна. Учениците имаат можност да се запознаат со кутијата за прва помош како и со стандардните средства кои треба да ги има во една кутија за прва

	помош. Големината, формата и содржината на кутијата за прва помош е стандардизирана. Основно е во секоја кутија за прва помош да има: -**Неколку стерилни гази, во различна големина** - се користат за покривање на раните и за изработка на компресивни преврски; -**Вата** - може да се користи при компресивни преврски и имобилизација; -**Неколку завои, со различна широчина** - служат за прицврстување на стерилните гази при преврзувањето, за изработка на компресивна преврска и за имобилизација; -**Најмалку 2 триаглести марами** - се употребуваат за преврзување, за имобилизација и за сопирање на крварење со подврзување; -**Леплива трака (фластер)** - се користи за прилепување на стерилна газа, завршување на преврска, облепување на поливинилска фолија и сл.; -**Пакување со различни димензии на ханзапласт, за покривање на мали рани;** -**Полуетиленска фолија** - при отворена рана на граден кош и др.; -**Безопасни игли** - за завршување на преврска, прицврстување на марама, обвивка; -**Ножички или заштитен жилет** - за сечење на завоен материјал, леплива трака и сл.; -**Стерилни ракавици** за еднократна употреба - за заштита од болест што се пренесува преку крв; 2.Учениците во парови си ги разменуваат средствата од кутијата за прва помош, со тоа што ги именуваат и ја кажуваат нивната намена.
*Обезбедување на просторот и лична заштита (1 час)	1.На учениците им се објаснува дека многу е важно да се обезбеди просторот при давање прва помош како и да се обрне внимание на личната заштита.Пр.при сообракајна несреќа просторот се обезбедува со сигурносен триаголник кој се поставува пред местото на нрсреќата.Кај други повреди просторот се обезбедува така што се тргаат сите опасни предмети што се наоѓаат во близина на повредениот.Пр.стаклено шише, алкохол, таблети, кабел, жица..

<table>
<tr><td></td><td>Личната заштита се постигнува со ставање ракавици, избегнување контакт со крв, плунка или повратени маси.
Се симулираат вежби со кои учениците вежбаат обезбедување простор и лична заштита.</td></tr>
<tr><td>*Добивање согласност за прва помош, психолошка подршка и известување на службите за помош
(2 часа)</td><td>1.На учениците им се демонстрира пристап кон повредениот во неколку чекори
-Ставање ракавици и протресување раменици,.Пр.Дали сте добро?
-Претставување како лице кое е обучено да помогне.Пр.Јас сум Стефан Стојанов, обучен сум за прва помош.
-Барање согласност за да се помогне.Пр.Дали може да ви помогнам?
-Давање психолошка подршка на повредениот.Пр.Бидете храбри, се ќе биде во ред, тука сум за да ви помогнам.
-Известување на службите за прва помош тел.194/ се кажува адреса или местото на несреката, колку има повредени и во каква состојба се.
-Доколку повредениот не е свесен се зафрла главата назад, се отвара долната вилица и се ослободуваат дишните патишта.

2.Се изведуваат симулациски вежби помеѓу учениците за да се извежбаат чекорите за пристап кон повредениот.</td></tr>
<tr><td colspan="2" align="center">Тема 2 Видови повреди</td></tr>
<tr><td colspan="2">Знаења/вештини</td></tr>
<tr><td colspan="2">• Знае што се повреди</td></tr>
<tr><td colspan="2">• Разликува видови повреди маханички, топлотни, хемиски во зависност од видот на видот на причинителот и отворени и затворени повреди</td></tr>
<tr><td colspan="2">• Применува техники на преврски во зависност од местото на повредата</td></tr>
<tr><td colspan="2">• Изведува практични вежби и техники за преврски</td></tr>
<tr><td colspan="2">Ставови/вредности</td></tr>
<tr><td colspan="2">• Развива емпатија и хумани вредности</td></tr>
<tr><td colspan="2">• Стекнува вештина за грижа за себе си и другите околу него.</td></tr>
<tr><td colspan="2">• Ги подобрува своите вештини за давање прва помош.</td></tr>
<tr><td colspan="2"></td></tr>
</table>

Содржини (поими) и број на часови	Примери за активности
*Видови повреди (2 часа) Механички Топлотни Хемиски Отворени Затворени	1.Учениците добиваат објаснување за повреди.Повредите се оштетувања на организмот предизвикани од различни, надворешни, штетни влијанија. Штетните влијанија можат да бидат физички (механички и топлотни) и хемиски. На учениците им се дава хамер/флипчарт и на него се запишани видовите повреди и преку техника ЗСН тие запишуваат што знаат, што сакаат за знаат и да научат.Потоа со наставникот дискутираат и тој им објаснува за видовите повреди. **Механички** повреди кои настануваат како последица на делување на надворешна физичка сила, се делат на рани, нагмечувања,исчашување и скршеници. **Топлотните** повреди се последица на надворешни влијанија на високи и ниски температури, се делат на изгореници,смрзнатини, оладување, топлотен удар,топлптна исцрпеност, топлотни грчеви и сончаница. **Хемиските** повреди се предизвикани од хемиски материи, киселини или бази. **Затворените повреди** се повреди на длабоките ткива, мускули, коски при тоа кожата надворешно не е повредена **Отворените повреди** се повреди на кожата, при тоа длабоките ткива можат да бидат неповредени. На крајот учениците запишуваат што научиле и ја дополнуваат техниката ЗСН 2.Учениците изработуваат постер со видовите повреди.
*Техники на преврски (7 часа) Преврска на дланка со завој Преврска на колено Преврска на лакт Преврска на глава Преврска на око	За секоја од наведените преврски наставникот прави демонстрација на преврската пред учениците со помош на стерилни гази и завој, а потоа следи увежбување на преврската од страна на секој ученик, при што треба да се обрне внимание на начинот на ракување со стерилна газа, пр.отварање со два прста и поставување директно на раната, како и начинот на држење и одмотување на завојот.Учениците можат и во групи да се поделат па секоја група прави увежбување на преврската и прави демонстрација на истата пред останатите групи.Се оценува квалитетот

	на преврските од страна на учениците Може да се направи и натпревар во најдобро изведени преврски.
*Техника за поставување на повредениот во странична положба (2 часа)	1.Во странична положба се поставува повреден кој диши спонтано за да се одржува проодноста на дишните патишта.Наставникот им демонстрира поставување во странична положба во неколку чекори. -Клекнете покрај повредениот, отстранете очила ѓердани, часовник доколку има -Раката на повредениот од вашата страна се поставува под прав агол свиткана во лактот. -Со една ваша дланка фатете ја другата рака на повредениот и зафрлете ја преку телото под неговиот образ. -Со слободната рака фатете му ја поодалечената нога во надколеница,свиткајте ја во коленото така што стапалото ке лежи на подлогата. -Свртете го повредениот кон себе. -Зафрлете ја главата кон назад така што дишните патишта да бидат ослободени -Повикајте ИМП/итна медицинска помош -Заштитете го од студ или топлина -Давајте психолошка подршка 2.Изведување практични вежби со учениците за поставување на повредениот во странична положба.
Тема 3: Крварења	
Знаења/вештини	
• Знае што е крварење.	
• Разликува видови крварење во зависност од видот на крвните садови	
• Разликува надворешно и внатрешно крварење	
• Применува техники за сопирање на крварење.	
Ставови/вредности	
• Ја разбира опасноста и последиците од силното крварење и доагање до состојба на шок.	
• Стекнува вештина за соработка, почит и достоинство за човековото битие.	
Содржини (поими) и број на часови	Примери за активности

*Видови крварење (1 час) Артериско Венско Капиларно *Надворешно и внатрешно крварење .	Разговор со учениците за видови краварења, сериозност на повредите со крварење и состојба до која може да доведе едно крварење. Се прави поделба на видови крварења Во зависност од видот на крвните садови може да биде **Артериско**-крвта е светла , а истекувањето е во вид на пулсирачки млаз **Венско** –крвта е темна, а истекувањето е во вид на постојано лиење. **Капиларно**-крвта е светла , а истекувањето е во вид на оросување. Во зависност од тоа каде истекува крвта може да биде Надворешно – крварењето е видливо и може да се стави под контрола Внатрешно-крварењето е невидливо и во повекето случаеви потребна е хируршка интервенција за да се запре. Учениците изработуваат постер за видови крварења.
*Техники за сопирање на крварење. (6 часа) Сопирање на крварење со притискање, дигитална компресија Сопирање на крварење со компресивен завој Сопирање на крварење со директно притискање на раната Крварење од нос Крварење од уво Внатрешно крварење	1.На учениците им се демонстрира сопирање на крварење преку силно притискање со прстите над местото на повредата односно крварењето.пр. Со притискање на вратот доколку крварењето е од главата Со притискање под пазувите доколку има крварење во надлактицата на раката Со притискање во жлебот на коленото од позади доколку крвари подколеница. Важно е да се знае дека ваквото сопирање на крварење е од привремен карактер. Учениците во парови ја изведуваат вежбата. 2.Компресивната преврска се применува кога раната продолжува да крвари , но не се применува на врат, стомак и седална регија.Се изведува во повеќе чекори -на местото на раната ставете стерилна газа -над раната поставете тврд предмет: завој, запалка, парче дрво -преку тврдиот предмет поставете кружен завој кој ќе го притиска предметот и ќе го сопира крварењето. -доколку не сопира крварењто компресивниот завој не се вади туку над недо повторно се поставува тврд предмет и повторно завој. Учениците во парови ја изведуваат вежбата.

	3. На учениците им се демонстрира постапка за сопирање на крварење со директно притискање на раната.Тоа се прави во случај кога има обилни крварења. -на местото на крварењето поставете неколку слоеви стерилна газа -директно притискајте со прсти или со тупаница. Учениците во парови ја изведуваат вежбата. 4.На учениците им се демонстрира сопирање на крварење од нос во чекори -поставете го повредениот во седната положба со главата надолу , за да може крвта да истекува -притиснете го мекиот дел на носот и држете 10мин. -по 10мин се проверува дали престанало крварењето -доколку не престанува постапката се повторува -диколку не престанува по 30мин повредениот се носи во болница Учениците во парови ја изведуваат вежбата. 5 На учениците им се демонстрира постапка за помош при крварење од уво..Крварење од уво може да настане поради пукање на ушното тапанче, инфекции, повреди на увото... -сместете го повредениот во полуседната положба со главата навалена кон повредената страна. -држете на увото стерилна газа или компреса - не го затварајте увото - однесете го повредениот во болница. Учениците во парови ја симулираат и изведуваат вежбата. 6.Учениците следат демонстрација од наставникот.Внатрешно крварење може да биде последица на удар, скршеница , повреди на внатрешни органи...При тоа повредениот може да се препознае преку следните симптоми: бледа ладна кожа, збунетост, вознемиреност, жед, болка, крварење од телесните отвори.Бидејки главна опасност е појава на шок, се применува постапка за повредениот каково шокова состојба - не му се дава на повредениот храна ниту вода -легнете го на грб - подигнете ги нозете над висина на срцето

	-олабавете ја тесната облека -покријте го и постојано комуницирајте додека да дојде ИМП Учениците во парови ја симулираат и изведуваат вежбата.

Тема 4: Скршеници на коски

Знаења/вештини

- Идентификува и именува видови скршеници
- Препознава знаци на скршеница на коски кај повредениот
- Знае правила при имобилизација.
- Изведува практични активности за давање прва помош при скршеници.

Ставови/вредности

- Ја разбира сериозноста на скршеницата како повреда
- Развива силно чувство за подготвеност за давање помош
- Пренесува емоции, соработува со другите и гради заеднички вредности

Содржини (поими) и број на часови	Примери за активности
*Видови скршеници (1 час) целосни и нецелосни отворени и затворени	1.На учениците им се објаснува поимот скршеница.Скршеница или фрактура е прекин на континуитетот на коската најчесто заради механички повреди. Коската може да биде целосно прекината или нецелосно односно само напукната. При **отворена скршеница** постои рана, а во некои случаеви може и коската да се гледа При **затворена скршеница** кожата е здрава и не постои рана. Учениците прават ППпрезентација за видови скршеници
*Знаци на скршеници на коски кај повредениот (1 час)	1.На учениците им се бара да запишат претпоставки кои би биле знаците или симптомите што се појавуваат кај повреден со скршеница.Потоа следи дискусија и разговор со наставникот.На крај наставникот им ги запишува заклучоците -оток и модринки на местото

	-болка и потешкотии при движење -видлива рана од која се гледа самата коска -знаци на шок доколку е скршена карлицата .
*Правила на имобилизација (1 час)	 1.Дискусија со учениците за поимот имобилизација и кои би биле правилата за имобилизација.Изведените заклучоци се запишуваат како чекори -опфатете два соседни зглоба помеѓу кои се наоѓа скршеницата -повредениот поставете го во најсоодветна положба -прицврстувањето со средствата за имобилизација направете го над и под местото на скршенизата , а не врз неа -средствата за имобилизација не ги поставувајте премногу цврсто -внимавајте прстите на екстремитетите да не станат модри, доколку се случи такво нешто поправете ја имобилизацијата -на отворена скршеница прво преврзете ја раната, а потоа направете имобилизација. Учениците дискутираат за важноста на правилата на имобилизациј .
 *Сршеници на коски (5 часа) Скршеница на надлактица Скршеница на подлактица Скрешеница на карлица Скршеница на надколеница Скршеница на подколеница	1.Учениците следат демонстација за имобилизација на скршеница на надлактица која се изведува со две триаголни марами во чекори -Свиткајте ја повредената рака во агол од 90 степени така што дланката да биде свртена кон рамото на здравата рака -првата триаголна марама завиткајте ја како повекеслоен завој преку повредената рака -двата краја на марамата што поминуваат преку градниот кош врзете ги под пазувата на здравата рака -втората триаголна марама поставете ја преку подлактицата и врзете ја под местото на скршеницата Потоа учениците вежбата ја пробуваат во парови менувајки си ги улогите. 2.Учениците следат демонстација за имобилизација на скршеница на подлактица која се изведува со две триаголни марами во чекори -свиткајте ја повредената рака во агол од 90 стеоени

	-едната триаголна марама се поставува под подлактицата со врвот кон лактот, а краевите се врзуваат околу врат -другата триаголна марама поставете ја како повеќеслоен завој околу првата марама, таа служи за фиксирање на првата марама Потоа вежбата ја пробуваат во парови менувајки си ѓи улогите. 3.Учениците следат демонстрација на имобилизација на карлица во неколку чекори -сместете го повредениот на грб -смирувајте го постојано и храбрете го -помогнете му лесно да ги свитка нозете во колената и поставете мека ткаенина под нив и меѓу нив. -направете имобилизација со две триаголни марами едната на стапалата, другата на колениците -не го преместувајте повредениот, чекајте да дојде ИМП 4.Имобилизација на надколеница или најдолгата коска кај човекот, бутна коска се врши со 7 триаголни марами и две штици -повредениот лежи на грб, а марамите се завиткуваат како повекеслоен завој -првата марама се поставува под долната половина на градниот кош -втората марама се поставува под стомакот -третата марама се поставува под карлицата -четвртата и петтата марама се поставуваат над и под скршеницата на надколеница -шестата се поставува под средина на подколеница -седмата под скочниот зглоб -подолгата штица се поставува врз отворените марами до ногата на повредениот од надворешната страна почнувајки од под пазувите до стапалото. -кратката штица се поставува врз отворените марами од внатрешната страна на повредената нога по должина на целата нога. -марамите се врзуваат околу штиците и телото. Оваа вежба задолжително се работи во парови. 5.Имобилизацијата на скршеница на подколеница треба да го опфати коленото и скочниот зглоб со 5 марами и 2 штици.

	-повредениот лежи на грб, а марамите се завиткуваат како повекеслоен завој -првата марама се поставува над коленото, а последната над скочниот зглоб -штиците се поставуваат од пределот над коленото до стапалото -марамите се врзуваат околу штиците и телото -имобилизација нога со нога се прави во ситуација кога нема штици Учениците во парови ја увежбуваат имобилизацијата на подколеница

Тема 5: Повреди како резултат на влијание на високи и ниски температури	
Знаења/вештини	
• идентификува повреди како резултат на високи и ниски температури	
• препознава знаци на изгореница, топлотен удар и смрзнатина	
• знае постапки и чекори за прва помош при повреди од различни температурни влијанија	
• Изведува практични активности за давање прва помош	
Ставови/вредности	
• Ја разбира и сфака сериозноста на повредите од температурни влијанија	
• Гради универзално чувство на солидарност и хуманост	
Содржини (поими) и број на часови	Примери за активности
*Изгореници (1 час)	Учениците следат насоки за постапки при повреда од изгореници.Изгорениците се повреди кои настануваат под влијание на високи температури на кожата како оган, врели предмети, пареа и слично.Запалената облека може да се гаси на два начина: сува постапка преку тркалање на повредениот на земјата и мотање во дебела ткаенина и гасење со помош на вода.При тоа се постапува по селдните чекори -охрабрување и смирување на повредниот -отсранување на облеката која не е припиена за телото -ладење на изгореното место со вода барем 10мин -покривање на изгореницата со сува газа Постапките ги пробуваат и увежбуваат учениците мегусебно.

*Топлотен удар/сончаница (1 час)	Учениците дискутираат кога може да се добие сончаница. При сончаница се постапува по следните чекори -смирување и охрабрување на повредениот -преместување на повредениот под сенка -поставување на повредениот во полулегната положба -поставување ладни облоги на телото и главата -давање на ладни напитоци Постапките ги пробуваат и увежбуваат учениците мегусебно .
*Смрзнатини (1 час)	Учениците дискутираат кога може да се добијат смрзнатини.Смрзнатините настануваат под влијание на ниски температури на кожата.Најчесто се јавуваат на прстите на рацете, стапалата, ушите и носот.На тие места кожата ја менува бојата од црвена, модра и бела.Постапки за укажување прва помош --охрабрување и смирување на повредниот -отсранување на облеката и замена со сува -сместување на повредениот на топло -давање на топли напитоци Постапките ги пробуваат и увежбуваат учениците мегусебно.