

První pomoc – ZS 2018-19

(obecné informace o nabízených předmětech, termíny výuky a pokyny k platbám za kurzy)

Vážení studenti,

blíží se začátek nového semestru, a proto níže naleznete základní informace o výuce předmětů „První pomoc“ (nabídka kurzů, termíny, pokyny k platbě apod.).



Informace pro všechny studenty:

1) Zápis předmětů - DŮLEŽITÉ

- a) Prosíme, abyste byli **v jeden okamžik vždy zapsáni maximálně na jednu variantu** základního kurzu (týká se především 1. kol a registrace předmětů). Chápeme, že dopředu nevíte, která varianta kurzu se Vám bude hodit do rozvrhu, takže se zapisujete např. jak na pravidelnou tak na blokovou/terénní variantu, nicméně tím blokujete místa pro další studenty. Buďte tedy kolegiální, zvolte si jeden kurz a až v případě, že se Vám následně nehodí, tak si запиšte jiný – i proto jsou přesné termíny kurzů naplánovány již na začátku 1. kola registrace předmětů.
- b) Zároveň Vás žádáme – pokud již nyní víte, že se Vám termíny nehodí či nechcete výuku absolvovat, tak se prosím v SIS z předmětu škrtněte. Počet míst na kurzech je omezený a v opačném případě opět blokujete místa kolegům, kteří by o absolvování měli skutečně zájem. Stejně tak pokud byste např. těsně před výukou onemocněli, tak nám to prosím dejte vědět, ať víme, s kým máme či nemáme počítat.
- c) Vstupním předpokladem všech kurzů je alespoň průměrná fyzická i psychická zdatnost. **Upozorňujeme, že obzvláště terénní varianty kurzů nejsou vhodné pro osoby s psychickými potížemi či fyzickým omezením.** Vzhledem k vyšší náročnosti zmíněných terénních kurzů (MB180C25T, MB180C36Z, MB108C36L) využijte v těchto případech kurzy vyučované přímo v Praze na PŘF (MB180C25 či MB180C25P). Rovněž doporučujeme se předem ozvat garantovi (Mgr. Radim Kuba, radimkuba@email.cz) a účast na kurzu probrat (např. s ohledem na případné úpravy režimu atd.).

2) Platby za kurzy

Přesné pokyny k platbě Vámi zvoleného kurzu naleznete níže u vybrané varianty kurzu. Částku lze zaplatit bankovním převodem nebo poštovní poukázkou na číslo účtu PŘF UK.

Platby je nutné uhradit nejpozději do 12. 10. 2018!

Dokud není uhrazen základní obnos, není možné zarezervovat výukové prostory a riskujete tím, že kurz bude zrušen – prosím, buďte solidární se svými kolegy, kteří kurz chtějí absolvovat, a buď včas platbu uhradte, nebo se z kurzu škrtněte.

3) Další pokyny a informace

- a) **Bližší pokyny ke kurzu** (kdy a kde bude výuka, jak bude kurz probíhat apod.) Vám zašleme přibližně týden před začátkem Vašeho kurzu.
- b) **Obecné informace** o naší skupině, systému výuky či co si pak určitě nezapomenout vzít s sebou naleznete na webových stránkách: <http://www.prvnipomocprfuk.eu/>
- c) Pokyny pro studenty UK obecně jsou zde: <http://www.prvnipomocprfuk.eu/pro-studenty-uk/>
Doplněk pro kurzy v Říčanech je zde: <http://www.prvnipomocprfuk.eu/hajenka-ricanskeho-muzea/>
- d) Rovněž nás můžete sledovat i na našem **facebookovém profilu**, kam se snažíme dávat zajímavosti z problematiky první pomoci a její výuky:
 - o <https://www.facebook.com/prvnipomocprfuk/>
 - (tam také následně naleznete fotografie pořízené v průběhu kurzu)

Pokud by Vám něco nebylo jasné nebo by byly jakékoliv dotazy, neváhejte se na nás obrátit. Jinak se budeme těšit na našich kurzech na viděnou!

S pozdravem,

Mgr. Radim Kuba, vedoucí skupiny a garant výuky
E-mail: radimkuba@email.cz

Katedra učitelství a didaktiky biologie
Přírodovědecká fakulta, Univerzita Karlova
Viničná 7, 128 44 Praha 2
<http://www.prvnipomocprfuk.eu/> | www.natur.cuni.cz

1) Základní kurz

Základní kurz je na PŘF UK vyučován ve 3 variantách (náplň je u všech variant kurzu totožná, předměty se liší pouze místem výuky či časovým rozvržením). Jen připomínáme, že základní kurzy jsou vzájemně neslučitelné (můžete absolvovat pouze jeden z nich):

a) MB180C25 První pomoc ve škole („bloková“)

- charakteristika

- bloková varianta - 2 víkendy, výuka probíhá na PŘF
- odkaz v SIS:
 - <https://is.cuni.cz/studium/predmety/index.php?do=predmet&kod=MB180C25>

- termíny výuky v ZS 2018/2019:

- 1. paralelka: **20. - 21. 10. + 10. - 11. 11. 2018**, Viničná 7, učebna B2P
 - výuka každý den 9:00-17:00 (předběžně)
 - prosíme, zapište se v SIS na rozvrhový lístek paralelky, kterou chcete absolvovat
- 2. paralelka: **17. - 18. 11. 2018 + 1. - 2. 12. 2018**, Viničná 7, učebna B2P
 - výuka každý den 9:00-17:00 (předběžně)
 - prosíme, zapište se v SIS na rozvrhový lístek paralelky, kterou chcete absolvovat

- cena: **100 Kč** (platí se pronájem plavecké dráhy v bazénu za účelem výuky záchrany tonoucího)

- **platbu je nutné uhradit nejpozději do 12. 10. 2018**
- **bezhotovostní platba**
 - uvedenou částku uhradte na účet: **38533021/0100**
 - variabilní symbol: **111800**
 - specifický symbol: **18025**
 - **do poznámky k platbě napište:**
 - celé jméno a příjmení a „PP - ZS 2018-19“
- **DŮLEŽITÉ POKYNY PO PROVEDENÍ PLATBY**
 - (bez provedení následujícího postupu nebude Vaše platba evidována!):
 - 1) Po provedení platby si **uložte potvrzení o provedení platby**
 - např. kopii výpisu z bankovního účtu (stačí „Print Screen“ provedené platby, sken útržku poštovní poukázky či jiné analogické potvrzení o odeslání platby)
 - 2) Potvrzení **pojmenujte podle vzoru:** „příjmení_jméno_PP“
 - 3) Potvrzení platby **nahrajte pomocí formuláře na:** http://bit.ly/potvrzeni_studenti
 - pro nahrání souboru je nutné být přihlášen prostřednictvím google účtu (využijte např. fakultní e-mailovou adresu)
 - **nahraná potvrzení budeme průběžně kontrolovat a v případě, že by něco nebylo v pořádku, ještě před kurzem se Vám ozveme**

b) MB180C25P První pomoc ve škole („pravidelná“)

- charakteristika

- pravidelná varianta – 3 vyučovací hodiny každý týden, výuka probíhá na PŘF
- odkaz v SIS:
 - <https://is.cuni.cz/studium/predmety/index.php?do=predmet&kod=MB180C25P>

- termíny výuky v ZS 2018/2019:

- paralelka: **pravděpodobně každý pátek nebo úterý 9:00 - 11:15**, Viničná 7, učebna B4
 - (den ještě bude upřesněn)
 - důrazně upozorňujeme, že jednou z podmínek úspěšného absolvování kurzu je přítomnost na první lekci (**2./5. 10. 2018**) – na první lekci budou sděleny organizační podrobnosti a probírána nejdůležitější témata, která lze jinak pouze stěží dostudovat
- prosíme, запиšte se v SIS na rozvrhový lístek paralelky, kterou chcete absolvovat

- cena: **100 Kč** (platí se pronájem plavecké dráhy v bazénu za účelem výuky záchran tonoucího)

- **platbu je nutné uhradit nejpozději do 12. 10. 2018**

○ bezhotovostní platba

- uvedenou částku uhradte na účet: **38533021/0100**
- variabilní symbol: **111800**
- specifický symbol: **18025**
- **do poznámky k platbě napište:**
 - celé jméno a příjmení a „PP - ZS 2018-19“

• **DŮLEŽITÉ POKYNY PO PROVEDENÍ PLATBY**

- **(bez provedení následujícího postupu nebude Vaše platba evidována!):**

1) Po provedení platby si **uložte** potvrzení o provedení platby

- např. kopii výpisu z bankovního účtu (stačí „Print Screen“ provedené platby, sken útržku poštovní poukázky či jiné analogické potvrzení o odeslání platby)

2) Potvrzení **pojmenujte** podle vzoru: „příjmení_jméno_PP“

3) Potvrzení platby **nahrajte** pomocí formuláře na: http://bit.ly/potvrzeni_studenti

- pro nahrání souboru je nutné být přihlášen prostřednictvím google účtu (využijte např. fakultní e-mailovou adresu)
- **nahraná potvrzení budeme průběžně kontrolovat a v případě, že by něco nebylo v pořádku, ještě před kurzem se Vám ozveme**

c) MB180C25T První pomoc ve škole - terénní

- charakteristika

- bloková varianta vyučovaná mimo Prahu – Říčanská hájovna
- **odkaz v SIS:**
 - <https://is.cuni.cz/studium/predmety/index.php?do=predmet&kod=MB180C25T>

- termíny výuky v ZS 2018/2019:

- 1. paralelka: **27. - 30. 10. 2018** (sobota až úterý), Říčanská hájovna
 - výuka každý den 9:00-18:00 (předběžně)
 - prosíme, zapište se v SIS na rozvrhový lístek paralelky, kterou chcete absolvovat
- 2. paralelka: **24. - 27. 11. 2018** (sobota až úterý), Říčanská hájovna
 - výuka každý den 9:00-18:00 (předběžně)
 - prosíme, zapište se v SIS na rozvrhový lístek paralelky, kterou chcete absolvovat

- cena: **800 Kč** (ubytování a pronájem objektu) – budeme vybírat již na začátku semestru

- **platbu je nutné uhradit nejpozději do 12. 10. 2018**
 - dokud není uhrazen základní obnos, není možné rezervovat výukové prostory a riskujete tím, že kurz bude zrušen – prosím, buďte solidární se svými kolegy, kteří kurz chtějí absolvovat, a odešlete platbu co nejdříve

○ **bezhotovostní platba**

- uvedenou částku uhradte na účet: **38533021/0100**
- variabilní symbol: **111800**
- specifický symbol: **18025**
- **do poznámky k platbě napište:**
 - celé jméno a příjmení a „PP - ZS 2018-19“

• **DŮLEŽITÉ POKYNY PO PROVEDENÍ PLATBY**

- **(bez provedení následujícího postupu nebude Vaše platba evidována!):**

1) **Po provedení platby si **uložte** potvrzení o provedení platby**

- např. kopii výpisu z bankovního účtu (stačí „Print Screen“ provedené platby, sken útržku poštovní poukázky či jiné analogické potvrzení o odeslání platby)

2) **Potvrzení **pojmenujte** podle vzoru: „příjmení_jméno_PP“**

3) **Potvrzení platby **nahrajte** pomocí formuláře na: http://bit.ly/potvrzeni_studenti**

- pro nahrání souboru je nutné být přihlášen prostřednictvím google účtu (využijte např. fakultní e-mailovou adresu)
- **nahraná potvrzení budeme průběžně kontrolovat a v případě, že by něco nebylo v pořádku, ještě před kurzem se Vám ozveme**

▪ **Storno podmínky při odhlášení:**

- Pokud nebude domluveno jinak, tak v případě, že se kurzu nakonec nebudete moci účastnit, účtujeme při odhlášení stornopoplatek - pro terénní kurz vracíme z 800 Kč pouze 500 Kč z důvodu pokrytí administrativy a pronájmu pro proběhnutí kurzu pro zbylé studenty. Vratné peníze je nutné si vyzvednout nejpozději do 14 dnů od prvního dne proběhlého kurzu, a to podle pokynů na:

- <https://www.prvnipomocprfuk.eu/pokyny-pro-vyzvedavani-materialu-na-prf-uk/>

2) Simulace

Po absolvování základního kurzu si můžete potřebné znalosti a dovednosti zopakovat a rozšířit na samostatných „simulacích“. Od ZS 17-18 je možné splnit simulace ve stejném semestru jako základní kurz - je nastavena korekvizita). Upozorňujeme, že pokud však základní kurz neplánujete absolvovat, tak se, prosím, na simulační předměty nepřihlašujte – blokujete místa svým kolegům a SIS by Vás později stejně „vyšoupl“.

a) MB180C36Z První pomoc - simulace zimní

- charakteristika

- předmět je vyučován blokově v rozsahu 2 dny - celkově však přes 2 noci, předběžný harmonogram kurzu:
 - první den (ráno příjezd a následně výuka)
 - druhý den (výuka v průběhu dne, po večeri noční zásahy - cca 22:00 - 01:00)
 - třetí den (ráno zápočty, úklid, odjezd)
- odkaz v SIS:
 - <https://is.cuni.cz/studium/predmety/index.php?do=predmet&kod=MB180C36Z>

- termíny výuky v ZS 2018/2019:

- **26. - 28. 2. 2018 (sobota - pondělí)**, Říčanská hájovna
 - prosíme, zapište se v SIS na rozvrhový lístek paralelky, kterou chcete absolvovat

- cena: **650 Kč** (ubytování a pronájem objektu)

- **platbu je nutné uhradit nejpozději do 12. 10. 2018**
 - dokud není uhrazen základní obnos, není možné rezervovat výukové prostory a riskujete tím, že kurz bude zrušen – prosím, buďte solidární se svými kolegy, kteří kurz chtějí absolvovat, a odešlete platbu co nejdříve
- **bezhotovostní platba**
 - uvedenou částku uhradte na účet: **38533021/0100**
 - variabilní symbol: **111800**
 - specifický symbol: **18036**
 - **do poznámky k platbě napište:**
 - celé jméno a příjmení a „PP - ZS 2018-19“
- **DŮLEŽITÉ POKYNY PO PROVEDENÍ PLATBY**
 - **(bez provedení následujícího postupu nebude Vaše platba evidována!):**
 - 1) Po provedení platby si **uložte potvrzení o provedení platby**
 - např. kopii výpisu z bankovního účtu (stačí „Print Screen“ provedené platby, sken útržku poštovní poukázky či jiné analogické potvrzení o odeslání platby)
 - 2) Potvrzení **pojmenujte podle vzoru:** „příjmení_jméno_PP“
 - 3) Potvrzení platby **nahrajte pomocí formuláře na:** http://bit.ly/potvrzeni_studenti
 - pro nahrání souboru je nutné být přihlášen prostřednictvím google účtu (využijte např. fakultní e-mailovou adresu)
 - **nahraná potvrzení budeme průběžně kontrolovat a v případě, že by něco nebylo v pořádku, ještě před kurzem se Vám ozveme**

- **Storno podmínky při odhlášení:**

- Pokud nebude domluveno jinak, tak v případě, že se kurzu nakonec nebudete moci účastnit, účtujeme při odhlášení stornopoplatek - pro terénní kurz vracíme z 600 Kč pouze 400 Kč z důvodu pokrytí administrativy a pronájmu pro proběhnutí kurzu pro zbylé studenty. Vratné peníze je nutné si vyzvednout nejpozději do 14 dnů od prvního dne proběhlého kurzu, a to podle pokynů na:
 - <https://www.prvniplomocprfuk.eu/pokyny-pro-vyzvedavani-materialu-na-prf-uk/>

b) MB180C36L První pomoc - simulace letní

- **charakteristika**

- předmět je vyučován blokově v rozsahu 2 dny - celkově však přes 2 noci, předběžný harmonogram kurzu:
 - první den (ráno příjezd a následně výuka)
 - druhý den (výuka v průběhu dne, po večeri noční zásahy - cca 22:00 - 01:00)
 - třetí den (ráno zápočty, úklid, odjezd)
- **odkaz v SIS:**
 - <https://is.cuni.cz/studium/predmety/index.php?do=predmet&kod=MB180C36L>

- **termíny výuky v ZS 2018/2019:**

- výuka v tomto semestru neprobíhá

3) Další „studentské“ předměty

Kromě základních kurzů první pomoci a simulačních předmětů naše skupina zajišťuje výuku ještě několika předmětů, které mohou být zařazeny do studentských výukových plánů. Níže naleznete bližší informace.

a) MB180C44 - Běžná a krizová komunikace ve škole

- Náš nejnovější typ kurzu, který je vyučován v zimním semestru. Předmět je zaměřen na rozvoj komunikačních dovedností využitelných ve školní praxi i mimo ni. Zahrnuje osvojování a základních znalostí i dovedností se zacílením jak na běžné pedagogické prostředí, tak na krizové situace, se kterými se lidé mohou setkat i v osobním životě. Základním cílem je rozvoj atributů potřebných pro práci a interakci s dalšími lidmi.
- Studenti získají základní orientaci ve vybraných tématech sociální psychologie (sociální percepce, neverbální komunikace, intuice, emoce atd.), s přesahy v rámci primární prevence (vývojové a tranzitorní krize, sexualita,...), a natrénují vhodné způsoby komunikace se školním kolektivem či rodinnými příslušníky žáků. Součástí výuky je tedy i řešení konfliktních a krizových situací (základy krizové intervence) včetně následné psychohygieny. Kurz obsahuje praktické nácviky, řešení modelových situací, diskuse o problematice a sebereflexe pokroku studentů.
- Ze spektra situací, které učitelé mohou ve své praxi řešit, lze uvést např.: interakci s rodiči žáků, kteří v závislosti na situaci nemusí být vždy komunikačně „korektní“ (např. „špatná nálada“ rodičů z důvodu slabých studijních výsledků žáka), zvládání nevhodného chování žáků, či komunikaci se žáky v rámci utváření klimatu školní třídy; situace, kdy v rodině některého z žáků dojde k úmrtí, což jeho fungování ve školním kolektivu může (minimálně dočasně) značně ovlivnit; rovněž, i v rámci akcí pořádanými školou, se ve třídě mohou objevit situační krize spojené např. s užíváním návykových látek, šikanou či vážným zraněním, úmrtím či dokonce únosem některého z žáků, což atmosféru a fungování kolektivu pozmění. V neposlední řadě učitelé mohou řešit otázky související s poruchami příjmu potravy, týrání a zneužívání.
- Pro mnoho učitelů jsou tyto situace velmi zátěžové, neboť se s nimi doposud nemuseli setkat, či netuší, jak na ně reagovat a jakým způsobem s jednotlivými osobami komunikovat. Ačkoliv se v dnešní době v mnoha školách setkáme se školními metodiky prevence či psychology, prvotní kontakt (či následný v rámci výuky) se zasaženými osobami musí řešit a zvládat každý vyučující, tedy i vyučující přírodovědných předmětů.
- **odkaz v SIS:**
 - o <https://is.cuni.cz/studium/predmety/index.php?do=predmet&kod=MB180C44>
- **termíny výuky v ZS 2018/2019:**
 - o 3 vyučovací hodiny každý týden, výuka probíhá na PŘF
 - o předběžně středa 16:30-18:45



b) MB180P25 - Ochrana člověka za mimořádných událostí

- Po absolvování základního kurzu první pomoci si u nás můžete zapsat tento další předmět (MB180P25), který je vyučován v letním semestru. Cílem programu je připravit absolventy účinně reagovat na vzniklé běžné rizikové i mimořádné události, tj. budete schopni v případě mimořádné události adekvátně ochránit sebe a osoby ve svém okolí.
- Naučíte se tedy např. to, jaké druhy mimořádných událostí máme (od zemětřesení, přes povodně až po jaderné výbuchy či dopravní nehody), jak se evakuovat a jak si správně sbalit evakuační zavazadlo, jak udělat improvizovanou osobní ochranu (např. v případě úniku chemických látek), třídění raněných metodou START či třeba základy psychologické první pomoci. Součástí obvykle jsou i besedy s odborníky (např. se záchranáři, policisty, hasiči, krizovými interventy, armádou ČR...).
- **odkaz v SIS:**
 - o <https://is.cuni.cz/studium/predmety/index.php?do=predmet&kod=MB180P25>
- **termíny výuky v ZS 2018/2019:**
 - o 2 vyučovací hodiny každý týden, výuka probíhá na PŘF
 - o výuka v tomto semestru neprobíhá

Ochrana člověka za mimořádných událostí; MB180P25 LS

- Absolvovali jste náš **Základní kurz první pomoci**?
- Zajímá Vás co dělat při **mimořádných událostech**?
 - Chtěli byste vědět jak funguje **Integrovaný záchranný systém** a **debatovat** s jejich členy?

Tak **neváhejte** a **zapište si**,
zbývají poslední místa ☺

Ochrana člověka za mimořádných událostí: bezpečnost



www.prvnapomocprfuk.eu

4) Další kurzy

Nezávisle na absolvování našich základních kurzů a simulací můžete získat nebo si zopakovat znalosti a dovednosti z první pomoci na dalších kurzech, které nabízíme. Tyto kurzy jsou zpravidla zařazeny do programů Celoživotního vzdělávání (CŽV) a jak veřejnost, tak i studenti jsou samozřejmě velmi vítáni. Po jejich absolvování získáte osvědčení potvrzující Vaši účast na kurzu.

a) Zdravotník zotavovacích akcí (ZZA)

- O co se jedná?

- Kurz akreditovaný MŠMT a je určený všem nadšencům do první pomoci. Po jeho absolvování a složení závěrečných zkoušek dostanete osvědčení o absolvování kurzu, které Vás opravňuje vykonávat činnost zdravotníka na zotavovacích akcích, školách v přírodě, výletech, táborech atd. Platnost získaného osvědčení je doživotní.

- Co se naučíte?

- Během kurzu si připomenete základy stavby lidského těla, naučíte se poskytovat základní přednemocniční první pomoc, seznámíte se s právy a povinnostmi zdravotníků, ale také se vypravíte do bazénu, kde se naučíte základy poskytování první pomoci tonoucím.

- Termíny výuky v akademickém roce 2018/2019:

- jarní kurz - 3 víkendy únor/březen 2019
 - **8.-10. 2. 2019 + 22.-24. 2. 2019 + 8.-10. 3. 2019**, Viničná 7
 - (výuka předběžně: pátek 17:00-19:00, sobota a neděle 9:00-17:30)
 - cena 3500 Kč
- letní kurz – pobytový kurz
 - **20. - 26. 7. 2019**, Říčanská hájovna
 - (výuka předběžně: každý den 8:30-17:30)
 - cena 3500 Kč

- Bližší podrobnosti a přihlášku naleznete na:

- <http://www.prnipomocprfuk.eu/zdravotnik-zotavovacich-akci-zza/>



b) První pomoc pro pedagogy I (jak ji poskytovat a jak ji učit)

- **O co se jedná?**
 - o Kurz zaměřený na vzdělávání pedagogů, lektorů, vychovatelů a všech, kteří se chtějí dozvědět informace o tom, jak první pomoc vyučovat (ať už jde o výuku na základní či střední škole nebo o školení pro skauty...). Na tomto kurzu se účastníci naučí nejen základy první pomoci, ale kurz obsahuje i metodické pasáže (a tedy návod, jak první pomoc učit).
- **Pro koho je kurz určen?**
 - o Všem učitelům, lektorům, vychovatelům a především těm, kteří v rámci svých aktivit provádí školení první pomoci (např. školení dětí před výlety, prázdninami, v laboratoři...).
- **Co se naučíte?**
 - o V rámci kurzu si můžete nejen prohloubit a zopakovat základy první pomoci (bezvědomí, mdloby, resuscitace, masivní krvácení, ale např. i popáleniny či celotělové křeče), ale hlavně si během cvičných situací (simulací) vše prakticky vyzkoušet.
 - o Kurz bude zahrnovat i metodickou část výuky první pomoci. Dozvíte se tedy, která témata je vhodné vyučovat, odnesete si i základní znalost maskování a mnoho metodických tipů pro výuku první pomoci.
- **Termíny výuky v akademickém roce 2018/2019:**
 - o **6. - 7. 10. 2018**
 - výuka probíhá na PŘF, Viničná 7, B2P
 - cena 1200 Kč
 - o **13. - 14. 4. 2019**
 - výuka probíhá na PŘF, Viničná 7, B2P
 - cena 1200 Kč
- **Bližší podrobnosti a přihlášku naleznete na:**
 - o <http://www.prvniplomocprfuk.eu/prvni-pomoc-pro-pedagogy/>

