

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI
FAKULTA PEDAGOGICKÁ
CENTRUM TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

**PROBLEMATIKA PRVNÍ POMOCI A ÚRAZOVOSTI V
TĚLESNÉ VÝCHOVĚ NA ZÁKLADNÍ ŠKOLE**

DIPLOMOVÁ PRÁCE

Bc. Rostislav Kohout

Učitelství tělesné výchovy pro základní školy, obor TV – Ge

Vedoucí práce: Mgr. Petra Špottová, Ph.D.

Plzeň, 2019

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracoval samostatně
s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

Plzeň, 21. června 2019

.....
vlastnoruční podpis

Rád bych poděkoval vedoucí mé diplomové práce, paní Mgr. Petře Špottové, Ph.D., za odborné vedení, cenné informace a podnětné připomínky v průběhu zpracování diplomové práce. Dále bych chtěl poděkovat panu Mgr. Tomáši Kubalovi, panu Mgr. Zdeňku Karasovi a zúčastněným respondentům za umožnění realizace praktické části mé diplomové práce.

OBSAH

SEZNAM ZKRATEK.....	6
1 ÚVOD.....	7
2 ROZBOR TEORETICKÝCH VÝCHODISEK ZKOUMANÉ PROBLEMATIKY .9	
2.1 PRVNÍ POMOC.....	9
2.2 DRUHY PRVNÍ POMOCI.....	9
2.2.1 LAICKÁ PRVNÍ POMOC	9
2.2.2 TECHNICKÁ PRVNÍ POMOC	10
2.2.3 ODBORNÁ PŘEDNEMOCNIČNÍ PRVNÍ POMOC	10
2.2.4 NEMOCNIČNÍ PÉČE.....	10
2.3 POSTUP PŘI POSKYTOVÁNÍ PRVNÍ POMOCI.....	11
2.4 PRVNÍ POMOC A LEGISLATIVA.....	12
2.4.1 NEPOSKYTNUTÍ PRVNÍ POMOCI A TRESTNÍ ZÁKON	13
2.5 ŠKOLSKÝ ZÁKON, RVP A PRVNÍ POMOC	13
2.6 ÚRAZY.....	14
2.6.1 DEFINICE ÚRAZU ŽÁKA	15
2.6.2 PŘÍČINY VZNIKU ÚRAZŮ	15
2.7 POSTUP UČITELE PŘI ÚRAZU	17
2.8 PREVENCE A BEZPEČNOST V HODINĚ TĚLESNÉ VÝCHOVY.....	17
2.8.1 DOPOMOC A ZÁCHRANA	18
2.8.2 DRUHY KONTROL HŘIŠŤ.....	19
2.8.3 BEZPEČNOSTNÍ POŽADAVKY PRO UČITELE TV	20
3 CÍL, ÚKOLY A HYPOTÉZY PRÁCE	22
3.1 CÍL.....	22
3.2 ÚKOLY	22
3.3 HYPOTÉZY	22
4 METODIKA PRÁCE.....	23
4.1 VÝZKUMNÝ SOUBOR.....	23
4.2 VÝZKUMNÁ SITUACE	23

4.3	VÝZKUMNÉ METODY	24
4.4	ZPRACOVÁNÍ DAT	24
5	VÝSLEDKY A DISKUZE	26
5.1	VYHODNOCENÍ DOTAZNÍKU	26
5.2	DOTAZNÍK – ÚRAZY VE ŠKOLNÍ TĚLESNÉ VÝCHOVĚ	26
5.2.1	CELKEM.....	26
5.2.2	CHLAPCI	34
5.2.3	DÍVKY	40
5.3	DOTAZNÍK – 1. POMOC.....	46
5.3.1	CELKEM.....	46
5.3.2	6. TŘÍDA.....	53
5.3.3	9. TŘÍDA	59
5.4	CELKOVÉ HODNOCENÍ DOTAZNÍKU 1. POMOCI.....	65
6	ZÁVĚR.....	69
7	RESUMÉ, SUMMARY	71
	SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ	73
	SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK A GRAFŮ	76
	PŘÍLOHY.....	I

SEZNAM ZKRATEK

PP – první pomoc

KPR – kardiopulmonální resuscitace

ZŠ – základní škola

TV – tělesná výchova

RVP – rámcový vzdělávací program

ŠVP – školní vzdělávací program

IZS – integrovaný záchranný systém

HZS – hasičský záchranný sbor

ZZS – zdravotnická záchranná služba

PČR – Policie ČR

MŠMT - Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

USA – United States of America

1 ÚVOD

Každý občan České republiky je povinen poskytnout první pomoc a to nejlépe podle svého svědomí a vědomí. Neučiní-li tak, může za to být zákonně potrestán. První pomoc, alespoň tu opravdu základní, by měl znát každý člověk. Každému z nás se v životě může dříve či později přihodit, že bude svědkem nějaké události, kdy budou druzí okamžitě potřebovat pomoc. Vždyť právě o drahocenný čas jde při úrazech nejvíce a do příjezdu záchranné služby může leckdy uběhnout i několik minut. Poskytnutím první pomoci se může člověku zachránit život. Poskytnout první pomoc je zákonem daná záležitost a dle mého názoru i morální povinnost. Může se ale i stát, že pomoc nebudou potřebovat ti druzí, ale budeme to my sami.

V současnosti je výuka první pomoci na základních školách povinná. To je sice dobrá zpráva a rozhodně je to správné, jde ale o to, jakou má výuka časovou dotaci a jak kvalitně je vyučována. Podle mého názoru by se výuka měla zkvalitnit, ale především by se měla každoročně opakovat tak, aby se žákům dostatečně zautomatizovala a v případě potřeby by se ji nebáli použít ani pod stresem.

Téma své diplomové práce jsem si vybral hned z několika důvodů. První z nich je fakt, že kvalita a znalost první pomoci mezi širokou veřejností v České republice není uspokojivá, což dokazují různá průzkumná šetření a statistiky. Dalším důvodem byla má účast v programu Work and Travel v USA v roce 2016, kde jsem necelé 3 měsíce působil na pozici plavčíka. Před odcestováním jsme měli povinnost absolvovat kurz první pomoci při společnosti The American Red Cross. Tam jsem zjistil, že mé vědomosti a dovednosti především s poskytováním první pomoci nejsou dostačující, a proto jsem ještě následně absolvoval kurz Českého plavčíka.

Má diplomová práce je rozdělena do dvou hlavních částí. První je část teoretická, kde shrnu a představím druhy první pomoci, shrnu informovanost a výuku první pomoci na základních školách. Dále se budu věnovat úrazům a jejich příčinám. V praktické části budu vycházet z hypotéz, které jsem si na začátku stanovil, následně představím metodiku práce. Získaná data vyhodnotím a na základě této analýzy vyslovím závěry, potvrdím či vyvrátím stanovené hypotézy. Cílem tohoto šetření bude zjistit úrazovost zapojených žáků ve školní

tělesné výchově i mimo ni a dále informovanost a úroveň znalostí v oblasti poskytování laické první pomoci při základních poraněních a stavech ohrožujících život.

2 ROZBOR TEORETICKÝCH VÝCHODISEK ZKOUMANÉ PROBLEMATIKY

2.1 PRVNÍ POMOC

„První pomoc je soubor jednoduchých a účelných opatření, která při postižení či náhlém ohrožení zdraví nebo života účinně snižují rozsah a následky poškození. První pomocí se rozumí pomoc, která je poskytnuta před příjezdem zdravotnické záchranné služby či kvalifikovaného odborníka (Kelnarová, 2012, s. 10).“

Cílem první pomoci je snaha o co největší snížení případné újmy na zdraví, předcházení možným potížím, mírnění bolesti a přeprava zraněného do nemocnice či jiného zdravotnického zařízení, kde je následně provedeno odborné ošetření a léčba.

2.2 DRUHY PRVNÍ POMOCI

Druhy první pomoci můžeme rozdělit podle toho, kdo první pomoc poskytuje. Autoři se v dělení mírně rozcházejí, většina z nich se ale shodne na následujícím:

2.2.1 LAICKÁ PRVNÍ POMOC

Laická první pomoc je soubor základních jednoduchých postupů a technických opatření, poskytnutá laikem (tedy člověkem bez potřebného zdravotnického vzdělání). Úkolem laické první pomoci je zachránit život postiženého, péče o něj do příjezdu ZZS (nebo jiné odborné pomoci) a v případě nutnosti i improvizovaný přesun zraněného na bezpečné místo, kde mu první pomoc může být poskytnuta. Tato pomoc je charakteristická tím, že se provádí bez specializovaného vybavení nebo jiných prostředků. Obecně se pro raněné doporučuje dodržování pravidla tzv. 5T (teplo, ticho, tekutiny, tišení bolesti, transport), přičemž tekutiny se doporučuje nepodávat. Tyto zásady však neplatí pro všechny typy úrazů a je třeba se jimi řídit s rozvahou. Pro úplného laika se laickou první pomocí rozumí i pouhé zavolání na linku 155 a přivolání ZZS (Bydžovský, 2004).

2.2.2 TECHNICKÁ PRVNÍ POMOC

Úkolem technické první pomoci je odstranění příčiny úrazu, vyproštění zraněného a následně jeho přesun do bezpečí, čímž se postiženému vytvoří základní podmínky pro poskytnutí zdravotnické první pomoci. Technickou první pomoc zpravidla zajišťují speciálně vycvičené týmy, nejčastěji ji poskytují hasiči nebo ostatní složky integrovaného záchranného systému, horská či vodní záchranná služba. Není-li v nebezpečí zachráncův život, může i laik poskytnout technickou první pomoc a to například tím, že vyvětrá uzavřený prostor v případě otravy jedovatými plyny. Uhasí oheň, vypne elektřinu nebo plyn, vyprostí nebo přesune postiženého na bezpečné místo. Záleží na typu nehody nebo ohrožení (Kelnarová, 2012).

2.2.3 ODBORNÁ PŘEDNEMOCNIČNÍ PRVNÍ POMOC

Úkolem odborné přednemocniční první pomoci je zlepšit zdravotní stav zraněného a případně ho stabilizovat. Tato pomoc logicky navazuje na tu předchozí. Tímto pojmem rozumíme poskytnutí odborné pomoci zdravotnickým personálem, kterou zajišťují záchranáři, lékaři nebo zdravotní sestry. Jedná se o poskytnutí pomoci týmem zdravotnické záchranné služby. Tito vyškolení odborníci již mají možnost podat zraněnému potřebné léky nebo využít diagnostickou techniku (např. EKG, tonometr, fonendoskop, ...) nebo léčebné přístroje (např. ventilátor, defibrilátor, ...) a terapeutické postupy splňující lege artis (správný postup), které odpovídají nejvyššímu dosaženému vědeckému poznání. Součástí odborné přednemocniční první pomoci je i transport postiženého do nemocnice či jiného zdravotnického zařízení (Zdravotník zotavovacích akcí, 2008).

2.2.4 NEMOCNIČNÍ PÉČE

Nemocniční péče navazuje na tu přednemocniční a jedná se o první pomoc v nemocnici nebo v jiném zdravotnickém zařízení, kterou provádí zdravotnický personál. Úkolem nemocniční péče je zlepšení zdravotního stavu zraněného a jeho následné vyléčení. Do této péče patří oddělení JIP, ARO a jiné (Zdravotník zotavovacích akcí, 2008).

2.3 POSTUP PŘI POSKYTOVÁNÍ PRVNÍ POMOCI

„Při ošetřování zraněného či nemocného je nutné postupovat systematicky:

- *Posoudit situaci*
- *Zachovat klid a rozvahu, uklidnit postiženého*
- *Odhadnout předběžnou diagnózu*
- *Okamžitě poskytnout ošetření odpovídající zdravotnímu stavu; při úrazu s ohledem na to, že může jít o více než jedno zranění*
- *Zajistit další ošetření lékařem, v nemocnici nebo doma, podle závažnosti stavu postiženého*
- *Vyhotovit písemnou zprávu pro osobu přebírající odpovědnost, která se týká vzniku zranění či náhlého onemocnění i způsobu poskytnuté pomoci (Pávková, 2008, s. 1).“*

Správně poskytovaná první pomoc musí být účelná, rychlá, rozhodná a musí respektovat bezpečnost zachránce (to znamená, že zachránce první pomoc neposkytne, může-li být sám v ohrožení zdraví nebo života). Pokud se první pomoc poskytne rychle a kvalitně, v některých případech, především v těch závažnějších, se tím sníží rozsah možných následků (Pávková, 2008).

Neméně důležitou součástí je při ošetřování zraněného i psychologický vliv, který na pacienta přeneseme svým počínáním a jednáním. Ke zraněnému bychom měli být otevření, měli bychom mu předávat relevantní informace o jeho zdravotním stavu a neměli bychom mu zbytečně lhát. Pokud postižený svůj úraz zlehčuje a ošetření odmítá, měli bychom mu jeho tvrzení pádnými argumenty vyvrátit a přesvědčit ho, aby se ošetření nebránil. Naopak při závažnějších zdravotních komplikacích je vhodné pacienta spíše uklidnit a nevštěpovat mu, jak moc ošetření potřebuje. Tyto informace by ho mohli poněkud zbytečně rozrušit a popřípadě i zhoršit jeho celkový stav (Pávková, 2008).

Poraněnému vždy vykáme a nejdříve představíme sami sebe a až poté se ptáme na jméno dotyčného. Snažíme se zraněného uklidnit tím, že se budeme chovat klidně, příjemně a budeme mu odpovídat na všechny dotazy. Případnou agresí pacienta, ať už

fyzickou nebo verbální, se nenecháme rozhodit a snažíme se vcítit do situace, ve které zraněný je. Zase jej ale zbytečně nezatěžujeme naší lítostí. Při každém ošetření musí pacient sedět nebo ležet a je vhodné, aby dotyčný viděl, co děláme. Není vhodné, aby se mezi zachránci, nebo mezi zachráncem a zraněným, rozběhla debata o tom, jak moc vážné poranění je nebo jakákoliv zdravotnický nepodložená a nejasná diagnóza či předpověď (Bydžovský, 2004).

Dle Bydžovského (2004, s. 9) „**poraněné vyšetřujeme:**

- **Pohledem** → pozorování chování, vzhledu, barvy kůže (bílá např. při zástavě oběhu, červená u přehřátí a otrav CO, cyanotická při dušení ap.)
- **Poslechem** → odebrání anamnézy od pacienta, dále např. pozorování šelestů při dýchání
- **Pohmatem** → zkouška pulzu (na krční tepně, arteria carotis), dýchání (na hrudníku), neporušenosti skeletu prohmatáním, pozorování teploty kůže atd.
- **Čichem** → zjištění zápachu např. po acetonu, alkoholu; při pomočení, při pokálení atd.“

2.4 PRVNÍ POMOC A LEGISLATIVA

V České republice a většině zemí světa je občan povinen poskytnout první pomoc do příjezdu zdravotnické záchranné služby a to co nejlépe podle svých schopností a možností, pokud se tím sám nevystaví činnosti ohrožující jeho vlastní život či zdraví (nebezpečí výbuchu, požár, vysoké napětí, atd...). Základní povinností pro všechny, ať už úplně laiky nebo pokročilé, je zavolání na linku 155 a tím přivolání záchranné zdravotní služby. Operátoři na druhé straně linky by nám měli také poradit a říct, co dělat, pokud si nejsme s první pomocí jistí. U úplných laiků, kteří si s první pomocí vůbec nevědí rady, se za dostačující rozumí i jen samotné přivolání ZZS (Franěk, 2014).

2.4.1 NEPOSKYTNUTÍ PRVNÍ POMOCI A TRESTNÍ ZÁKON

Neposkytnutí první pomoci je v České republice trestným činem, podle zákona č. 40/2009 Sb., trestní zákoník, ve znění pozdějších předpisů, kde jsou v § 150 a § 151 stanoveny sankce za neposkytnutí pomoci. Tento trestný čin je v zákoně přesně formulován, rozdílnou trestní sazbou je rozlišeno neposkytnutí pomoci v případech:

§ 150

(1) Kdo osobě, která je v nebezpečí smrti nebo jeví známky vážné poruchy zdraví, neposkytne potřebnou pomoc, ač tak může učinit bez nebezpečí pro sebe nebo jiného, bude potrestán odnětím svobody až na 2 roky.

(2) Kdo osobě, která je v nebezpečí smrti nebo jeví známky vážné poruchy zdraví, neposkytne potřebnou pomoc, ač je podle povahy svého zaměstnání povinen takovou pomoc poskytnout, bude potrestán odnětím svobody až na 3 léta nebo zákazem činnosti.

§ 151

Řidič dopravního prostředku, který po dopravní nehodě, na níž měl účast, neposkytne osobě, která při nehodě utrpěla újmu na zdraví, potřebnou pomoc, ač tak může učinit bez nebezpečí pro sebe nebo jiného, bude potrestán odnětím svobody až na 5 let nebo zákazem činnosti (www.mvcr.cz, Sbírka zákonů č. 40/2009, částka 11, s. 34).

2.5 ŠKOLSKÝ ZÁKON, RVP A PRVNÍ POMOC

Základním dokumentem je školský zákon č. 561/2004 Sb. Je to zákon o předškolním, základním, středním, vyšším odborném a jiném vzdělávání. Tento zákon nám stanovuje školní docházku, rozdělení do stupňů i typů škol, možnosti výchovy ve školských, ale i mimoškolských zařízeních, zvláštní péči směřující k rozvoji osobnosti žáků talentovaných i oslabených, spolupráci s podniky a institucemi aj (www.msmt.cz, Školský zákon).

Rámcový vzdělávací program (RVP) definuje ve školství České republiky nejvyšší úroveň obsahu vzdělávání spolu s projektem Národní program pro rozvoj vzdělávání (tzv. Bílá kniha). V roce 2004 MŠMT schválilo nové principy v politice pro vzdělávání žáků od 3 do 19 let. Toto rozhodnutí změnilo systém kurikulárních dokumentů, které jsou nyní

vytvářeny na dvou úrovních a to na úrovni státní (RVP) a na úrovni školské (ŠVP) (www.nuv.cz, Rámcové vzdělávací programy).

V rámcovém vzdělávacím programu, z něhož vychází školní vzdělávací program (ŠVP), není výuka první pomoci přesně definována. Určitým způsobem je zmíněna či napsána jako očekávaný výstup nebo učivo ve vzdělávacích oblastech člověk a společnost, člověk a příroda, člověk a zdraví, člověk a svět práce. Z toho tedy vyplývá, že samotné školy si mohou nezávisle na sobě určit různou časovou dotaci pro výuku první pomoci.

Žáci tedy mohou ovládat poskytování první pomoci výborně, protože jejich škola si ve svém školním vzdělávacím programu vyhradila několik hodin pro výuku PP nebo naopak mohou mít žáci alarmující nedostatky v tomto ohledu, protože se danému tématu téměř vůbec nevěnovali nebo jen okrajově, aniž by za to sami mohli.

2.6 ÚRAZY

„Úraz je vymežován, jako poškození zdraví, které vzniká většinou náhle, působením vnější síly, která přesahuje svoji intenzitou adaptační možnosti lidského organismu (Grivna a kol., 2003, s. 12).“

S lehkým úrazem se snad setkal již každý z nás. Málokdo si ale uvědomí, že úraz není jen pohmožděnina nebo zlomenina. Každým rokem totiž mají úrazy v České republice na svědomí okolo 300 dětských životů a jsou tak nejčastější příčinou úmrtí dětí (Tošovský a spol., 2006).

„Úrazy patří k nejzávažnějším příhodám trvale měnícím zdravotní stav v početné části české populace. V dětském věku jsou úrazy v příčinách úmrtí na prvním místě (Grivna a kol., 2003, s. 106).“

Často slyšíme, že úraz je nešťastná náhoda, které se nedalo nijak předejít. Byla to náhlá a neočekávaná situace. Z těchto slov lze vyvodit, že úraz nelze předpokládat a nijak se proti němu bránit. Ovšem není tomu tak. Pokud bychom se „ponořili“ více do hloubky, zjistili bychom, že většina úrazů se pravidelně opakuje se stejným nebo podobným scénářem a mnohým z nich by se dalo lehce předejít. Naprosto drtivá většina úrazů totiž vzniká zbytečně a za velkou část z nich si můžeme i my sami (Tošovský, 1977).

Odhaduje se, že veškeré finanční náklady a prostředky spojené s výlohami na léčení úrazů v České republice se každoročně pohybují mezi 10 – 15 miliardami korun.

2.6.1 DEFINICE ÚRAZU ŽÁKA

„Úrazem žáka je úraz, který se stal žákům při vzdělávání nebo s ním přímo souvisejících činnostech a při poskytování školských služeb. Jedná se tedy zejména o úrazy žáků na vycházkách, výletech, zájezdech, putováních, exkurzích, při koupání, při výuce plavání a lyžařském výcviku, sportovních a turistických kurzech, zahraničních výletech, při účasti na soutěžích a přehlídkách.“

„Úrazem žáků není úraz, který se žákům stane na cestě do školy a zpět, nebo na cestě na místo nebo cestou zpět, jež bylo určeno jako shromaždiště mimo prostory školy při akcích konaných mimo školu (www.msmt.cz, Metodický pokyn k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních zřizovaných Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy).“

2.6.2 PŘÍČINY VZNIKU ÚRAZŮ

„Úrazy vznikají spolupůsobením čtyř faktorů: hostitele (člověk postižený úrazem), činitele (různé druhy a formy přenosu energie), přenašeče (vektor – osoba anebo věc, která působí svojí silou, přenáší energii anebo zabraňuje přenosu) a prostředí. Hostitel, tedy dítě, má řadu vlastností, které jej predisponují k určitým druhům úrazů (Grivna a kol., 2003, s. 12).“

Pilný (2018) vidí příčiny vzniku úrazů podobně, nicméně je nedělí do čtyř, ale hned do šesti skupin a poukazuje na fakt, že na vznik úrazu má vliv celá řada faktorů, které se navzájem ovlivňují. Dále také říká, že ne všechny úrazy jsou neovlivnitelné. Některé se u sportovců ovlivnit dají a u některých se dá snížit jejich vliv.

Šest skupin příčin vzniku úrazů dle Pilného (2018):

1) Osobní vlastnosti sportovce

Do první skupiny řadíme antropologické vlastnosti cvičenců. Patří sem stavba kostí, svalů a další faktory, které nejsou ovlivnitelné. Do ovlivnitelných vlastností řadíme

například výkonnost nebo zdravotní stav. Při výzkumech a šetřeních se prokázalo, že velká část úrazů se stane při přecenění svých vlastních schopností sportovce, kdy tělo už nemá jistou koordinaci. Člověk je také náchylnější k úrazům, když není v pořádku jeho zdravotní stav. Důležitou součástí této skupiny jsou i vlastnosti psychické, jako například nepozornost nebo nedbalost, které se však při správném působení trenéra nebo učitele mohou pozitivně ovlivnit.

2) Vliv druhé osoby

Patří sem vliv trenéra, učitele, rodičů, spolužáků a dalších. Nechá-li se žák „vyhecovat“ spolužáky, může tím přecenit svoje schopnosti a tím může dojít k úrazu. Při hře to může být právě spolužák v roli protihráče, který ve snaze vyhrát nechtěně zraní dotyčného. Co se týče učitele, ten hraje nepostradatelnou roli týkající se především nácviku nových pohybových dovedností, kde je za potřebí dopomoc, jako je tomu například u náradí v gymnastice.

3) Objektivní příčiny vyplývající z daného sportovního odvětví

Zde hraje hlavní roli daný sport nebo sportovní odvětví, které se bude v hodině tělesné výchovy dělat. Například v gymnastice, především při nácviku nových prvků, kdy dochází k častým chybám a pádům, je za potřebí učitele, aby dostatečně zabezpečil potřebné náradí a zajistil co nejvíce bezpečí pro žáky.

4) Klimatické a hygienické podmínky

Vliv teploty může negativně ovlivnit vznik úrazu. Pokud je nízká teplota, žáci nejsou zcela rozcvičeni a zahřátí a dostanou se do extrémních poloh, může to vést ke vzniku úrazu. Naopak vysoké teploty a zvýšená vlhkost vzduchu vedou rychleji k vyčerpávání organismu, vyššímu stupni únavy a tím následkem je i tělo náchylnější ke vzniku úrazu.

5) Technické vybavení

Do této skupiny patří výzbroj a výstroj sportovců, náradí, ochranná zařízení a pomůcky, které mají zabránit vzniku úrazu. Veškeré technické vybavení musí být v dobrém a provozuschopném stavu, jinak není možné jej z bezpečnostních důvodů používat. Pedagog musí náradí co nejlépe zabezpečit, aby minimalizoval riziko vzniku úrazu.

6) Organizační činitel

Organizační činitel je šestou skupinou, která má vliv na vznik úrazu. Tento činitel je však v tělesné výchově na základní škole zanedbatelný, protože se zde převážně jedná o správné uspořádání tréninkových jednotek a závodů či zápasů, nebo vliv přesunů na sportovcův výkon a přetrénování. Důležitou roli zde hraje také regenerace, odpočinek a kompenzace opomíjených svalů.

2.7 POSTUP UČITELE PŘI ÚRAZU

1. Okamžitě ukončit veškerou činnost v tělocvičně.
2. Okamžitě poskytnutí první pomoci nebo nezbytného ošetření.
3. Přivolání zdravotnické záchranné služby (tel. č. 155, 112) nebo odvoz zraněného, je-li potřeba. Posoudí pedagog na základě závažnosti poranění.
4. Po poskytnutí první pomoci se neprodleně informují rodiče nebo zákonní zástupci zraněného žáka a domluví se další postup péče.
5. Učitel přesně a pečlivě zapíše úraz do knihy úrazů.
6. Škola vyšetří příčiny a okolnosti vzniku úrazu.
7. Vyplnit se studentem úrazový formulář pro pojišťovnu.
8. Každý úraz projednat v předmětové komisi – zavedení účinných preventivních opatření (www.tv4.ktv-plzen.cz; Právní podmínky, bezpečnost).

2.8 PREVENCE A BEZPEČNOST V HODINĚ TĚLESNÉ VÝCHOVY

I přes sebelepšího kantora či výborné technické zajištění tělocvičen, nebo jiných sportovních zařízení, se časem nějaký úraz přihodí. Ať chceme nebo ne, někdy úrazu nelze zabránit. Co ovšem můžeme udělat pro minimalizaci vzniku jakéhokoliv úrazu, je jeho patřičná prevence.

2.8.1 DOPOMOC A ZÁCHRANA

Dopomoc a záchrana jsou pojmy, které spolu úzce souvisí, ale nejsou totožné. Každý trenér nebo učitel by měl být schopen poskytnout kvalitní dopomoc a záchranu cvičícímu, protože tím může zamezit pádu či úrazu. Při dopomoci a záchraně se tedy cvičenec a cvičitel dostávají do přímého fyzického kontaktu (Libra, 1971).

Se zvyšující se náročností cvičení se zvyšuje i náročnost na dopomoc a záchranu. Správné a kvalitní dopomoci i záchraně se nedá naučit hned, chce to především dostatečné množství praxe. Není-li dopomoc nebo záchrana poskytnuta správně a cvičenec daný prvek provede špatně, může to vést k úrazu. V hodinách tělesné výchovy je vhodné, když učitel neposkytuje dopomoc a záchranu sám, ale permanentně do ní zapojuje i ostatní žáky (Gájer a Határ, 1962).

Libra (1971) uvádí, že **dopomoc** má především cvičenci vytvořit správnou představu o provedení pohybu a tím urychlit celý proces nácvičku. Využívá se především při učení se nové pohybové dovednosti, kdy učitel svými zásahy pomáhá při provádění cvičení, aby tím usnadnil a zlehčil právě prováděnou činnost. Důležitým úkolem je zde také zabezpečení žáka při nezvládnutí cviku, aby se nezranil.

Druhy dopomoci:

- a) **přímá** - je charakterizovaná přímým kontaktem se cvičícím (podržení, podepření, postrčení)
 - učitel dopomáhá cvičenci, ale pouze do té míry, aby i sám cvičenec vynaložil určité úsilí

- b) **nepřímá** - není zde přímý fyzický kontakt, dopomoc zde představuje úpravu náradí a cvičebního prostředí (více žíněnek, šikmá plocha při nácvičku výmyku atd.) a dále sem také patří používání slovních či jiných akustických signálů (vyskoč, teď)

„V současné době jsou záchrana a dopomoc neoddělitelnou součástí metodiky vyučování v gymnastice a mimo to důležitým prostředníkem v boji proti úrazům (Růžičková, 1978, s. 35).“

Dále Libra (1971) definuje **záchrana** jako taková opatření, která minimalizují vznik úrazu sportovce. Lze ji rozdělit na:

a) přímou - charakterizovanou pohotovým fyzickým zásahem zachránce

b) nepřímou - spočívající v zajištění cvičícího místa (použití žíněnek)

c) sebezáchranu - zabránění možnému úrazu při nezdařeném cvičení vlastní zásluhou cvičícího. Principem sebezáchrany je buď zabránění pádu (vhodný seskok) nebo přizpůsobení nebezpečného pádu v poměrně bezpečný (zpomalení pádu, pád „na všechny čtyři“, převedení přímého dopadu na pohyb valivý - např. kotoul, přidržení jednou rukou co nejdéle, atd.)

„Záchrana je pohotová činnost trenéra, kterou podpoří cvičenku při neúspěšném provedení cviku, zachytí ji a zabrání pádu, zranění. Sleduje cvičenku a zasahuje až v krajním případě. Především musí zabránit pádům na hlavu a zraněním páteře (Růžičková, 1978, s. 35).“

2.8.2 DRUHY KONTROL HŘIŠŤ

Tak jako v každém sportovním odvětví se musejí provádět kontroly sportovních zařízení, není tomu jinak ani u zařízení tělovýchovných. Zde rozlišujeme 3 základní druhy kontrol hřišť:

1) Běžná vizuální kontrola

Učitel má za povinnost provést běžnou vizuální kontrolu před zahájením jakékoliv činnosti nebo pohybové aktivity. Tato kontrola se provádí v každé hodině tělesné výchovy a není nijak zvlášť důkladná. Jde o rozpoznání nápadného nebezpečí jako je například: konstrukční pevnost, ostré hrany, stav hracího povrchu, čistota, dostatečný prostor mezi náradím, vyčnívající základy a jiné.

2) Provozní kontrola

Tato kontrola je již důkladnější a podrobnější než pouhá vizuální kontrola. Zkoumá se funkce jednotlivých zařízení a jejich následná stabilita, především z hlediska stupně opotřebení. Provádí se v rozmezí každých 1 až 3 měsíců nebo jinak dle

návodu výrobce. Velkou pozornost je potřeba věnovat součástem, které mají být po celou svou životnost pevně ukotveny nebo jinak upevněny.

3) Roční hlavní kontrola

Roční hlavní kontrola se provádí v rozmezí nepřesahující 12 měsíců. Jejím úkolem je zjistit celkový stav bezpečnosti zařízení, základů a povrchů, např. koroze kovových částí nebo známek rozpadu náradí a náčiní nebo jiných předmětů v tělocvičně. Velká pozornost se zde věnuje také opraveným, vyměněným a dodatečně vestavěným částem. Součástem upevněným po celou dobu jejich životnosti je potřeba taktéž věnovat zvláštní pozornost. Je nutné si uvědomit, že roční hlavní kontrolu musí výhradně provádět osoby k tomu oprávněné v souladu s pokyny výrobce (Jindráček, 2011).

Pro provoz tělovýchovných zařízení je potřeba dalších bezpečnostních norem:

- bezpečnostní normy (osvětlení, teplota, čistota)
- pronajaté objekty nutně smluvně zabezpečit
- lékárnička vhodně a dostupně umístěná (kontrola 2 krát ročně + doplnění)
- písemné poučení pro případ úrazu (telefon první pomoci, ...)

2.8.3 BEZPEČNOSTNÍ POŽADAVKY PRO UČITELE TV

Bezpečnostní požadavky, které je nutno dodržovat z hlediska právní ochrany učitele tělesné výchovy, jsou dle Jindráčka (2011):

- přítomnost v pedagogickém procesu
- stálý přehled o všech žácích
- upevňování vědomé kázně žáků
- kontrola náradí a náčiní
- údržba cvičebního prostoru
- výuka v souladu s platnými učebními osnovami a dalšími předpisy

- promyšlená organizace práce
- správná ukázka a vysvětlení
- výuka dopomoci a záchrany jako součást nácviku
- postup v souladu s didaktickými požadavky (volba vhodných metod a forem)
- kontrola vhodného cvičebního úboru a obuvi
- výuka v souladu se speciálními předpisy (lyžování, plavání, ...)

3 CÍL, ÚKOLY A HYPOTÉZY PRÁCE

3.1 CÍL

Cílem diplomové práce je posoudit úroveň znalostí žáků 6. a 9. tříd ZŠ v oblasti první pomoci a zjistit nejčastější příčiny a okolnosti vedoucí k úrazům ve školní tělesné výchově.

3.2 ÚKOLY

Na základě výše zmíněného cíle si stanovujeme následující úkoly:

- 1) předložit teoretický základ dané problematiky, sumarizovat základní přístupy a pojmy v oblasti první pomoci a úrazovosti,
- 2) prostřednictvím dotazníkového šetření získat data z vybraných základních škol,
- 3) interpretovat výsledky, potvrdit či vyvrátit stanovené hypotézy, vyvodit závěry pro teorii a praxi.

3.3 HYPOTÉZY

H1: Předpokládáme, že u výzkumného souboru bude úrazovost ve školní tělesné výchově procentuálně vyšší u chlapců než u dívek.

H2: Předpokládáme, že oslovení žáci/žákyně 6. tříd budou mít nižší celkové skóre testu znalostí první pomoci než oslovení žáci/žákyně 9. tříd.

H3: Předpokládáme, že většina úrazů se stává při nácviu nových dovedností nebo při sportovních hrách s míčem.

4 METODIKA PRÁCE

Pro získání dat jsem si pro svou práci vybral metodu dotazníkového šetření. Nejdříve jsem si stanovil cíl mé práce a na základě tohoto cíle byl sestaven dotazník. Dotazník není standardizovaný, nicméně bylo provedeno pilotní šetření u skupiny dětí na 33. ZŠ v Plzni. Otázky nejednoznačné a sporné byly obměněny a dotazník tak lze považovat za validní. Pilotní šetření bylo provedeno na podzim roku 2018.

4.1 VÝZKUMNÝ SOUBOR

Po pilotním přezkoušení a následné úpravě několika otázek jsem se při šetření zaměřil na dvě základní školy na jihozápadě Plzeňského kraje ve městě Domažlice.

Výzkumné šetření proběhlo v prosinci roku 2018 a dotazníky byly rozdány žákům šestých a devátých tříd, tedy dětem staršího školního věku. Celkem byly dotazníky rozdány ve čtyřech třídách (po dvou na každé ZŠ) a dohromady jsem jich zpět obdržel 93. Při vyhodnocování dotazníků jsem jich však z těchto 93 vyplněných musel 5 vyřadit, protože odpovědi v nich nebyly dostačující. Celkem jsem tedy vyhodnocení dělal z 88 dotazníků.

První školou byla Nová škola Domažlice. Z této školy jsem dostal zpět 42 validních dotazníků. Ze 42 dotazníků jich bylo z deváté třídy 18 a z šesté třídy 24. V deváté třídě mi dotazník vyplnilo 6 chlapců a 12 děvčat. V šesté třídě to pak bylo hochů 9 a dívek 15.

Druhou školou byla Základní škola Domažlice, Komenského 17. Zde jsem zpět obdržel 46 validních dotazníků. Z deváté třídy jich bylo 21, z toho 12 chlapců a 9 děvčat. Z šesté třídy to bylo dotazníků 25, z čehož bylo 13 hochů a 12 dívek.

4.2 VÝZKUMNÁ SITUACE

Po domluvě s řediteli obou základních škol a následném odsouhlasení učitelů, kteří vyučovali tělesnou výchovu, jsem se domluvil na termínu, kdy by bylo nejvhodnější přijít a dotazníky ve třídách rozdat. Chtěl bych touto cestou tedy poděkovat oběma ředitelům, dotyčným učitelům a jejich žákům za to, že mi umožnili provést výzkumné šetření právě na jejich školách.

Nejprve byly dotazníky osobně zkonzultovány s dotyčnými učiteli. Před rozdáním dotazníků byla dětem vysvětlena celá situace mého průzkumu, kdo jsem, k čemu mi budou získaná data sloužit a že jde o zcela anonymní zkoumání, které bude sloužit výhradně k účelům mé diplomové práce. Následně byly děti požádány, aby odpovídaly pravdivě.

4.3 VÝZKUMNÉ METODY

Pro získání dat jsem si pro svou práci vybral metodu dotazníkového šetření. Nepochybnou výhodou dotazníku je časová nenáročnost pro zkoumajícího, možnost oslovení velkého množství dotazovaných a tím pádem i možnost velkého množství získaných dat. Naopak nevýhodou písemného dotazníku může být pravdivost získaných dat. Respondent nemusí vždy odpovídat pravdivě nebo v případě otevřených otázek může být „líný“ napsat celou odpověď.

Otázky v dotazníku dělíme na tři základní typy: otevřené, uzavřené a polouzavřené (polootvřené). Otevřené otázky dávají dotazovanému respondentovi možnost se zcela volně vyjádřit. U uzavřených otázek je výběr z několika variant odpovědí. Polouzavřené otázky jsou kombinací dvou předchozích typů. Polouzavřené otázky nabízejí baterii variant odpovědí a ponechávají místo i pro své vlastní vyjádření.

V našem dotazníku byly použity pouze otázky uzavřené. To z toho důvodu, aby sumarizace dat nebyla zbytečně složitá kvůli rozsahu odpovědí.

Dotazníky se skládají ze dvou částí. První část je věnována úrazům a část druhá první pomoci. Celkem je v dotazníku 21 otázek, přičemž první dvě otázky na začátku jsou zaměřeny na rozdělení respondentů.

4.4 ZPRACOVÁNÍ DAT

Při zpracování dat byly dotazníky nejprve zkontrolovány a některé vyřazeny pro svoji neúplnost. Po zkontrolování byly výsledky zaznamenávány písemně a následně přeneseny do počítačového programu MS Excel. Zde byla data zadána do tabulek a posléze z nich byly vytvořeny grafy, které demonstrují výsledky v kapitole 5. Výsledky předkládáme v procentuálním vyjádření nebo četností zastoupení ve výzkumném souboru. Vzhledem k rozsahu výzkumného souboru a záměrnému výběru škol nelze námi získaná

data zobecňovat a interpretovat výsledky jako obecné závěry. Nicméně nám slouží cíleně pro potřeby této diplomové práce a zapojených základních škol.

5 VÝSLEDKY A DISKUZE

5.1 VYHODNOCENÍ DOTAZNÍKU

Dotazníkovým šetřením byly zjišťovány informace o úrazech a znalostech poskytnutí první pomoci dětí na základní škole v šesté a deváté třídě, tedy u dětí staršího školního věku.

Při vyhodnocení dotazníku jsem se nejdříve zaměřil na úrazy. Úrazy jsem vyhodnotil celkově pro všechny respondenty dohromady a poté jsem ještě zvláště vyhodnotil chlapce a dívky, abych je mohl posléze porovnat a zjistit, komu se úrazy stávají častěji a jakého typu. Pouze u celkového vyhodnocení úrazů můžeme nalézt první dvě otázky, které se týkají pohlaví respondentů a rozlišení tříd. U vyhodnocení chlapců a dívek již tyto dvě otázky nejsou graficky znázorněny, protože to znovu není třeba. U chlapců a dívek se tedy začíná otázkou číslo tři.

Po úrazech jsem vyhodnotil druhou stranu dotazníku, tedy první pomoc. V ní šlo především o znalost poskytnutí první pomoci. Nejdříve jsem druhou stranu dotazníku vyhodnotil celkově a poté ještě zvláště pro šestou a devátou třídu, abych je mohl porovnat a vyvodit závěry.

Na konec našeho šetření jsem ještě otázky, které se týkaly znalosti první pomoci, oznámkoval. Jednalo se o posledních osm otázek na druhé straně dotazníku. Zde jsem vyhodnotil výsledky testu pro čtyři skupiny, které byly rozděleny do dvou kategorií. V první skupině jsem porovnal celkové skóre testu znalostí první pomoci u žáků šestých a devátých tříd. V druhé skupině to bylo porovnání výsledků u chlapců a dívek.

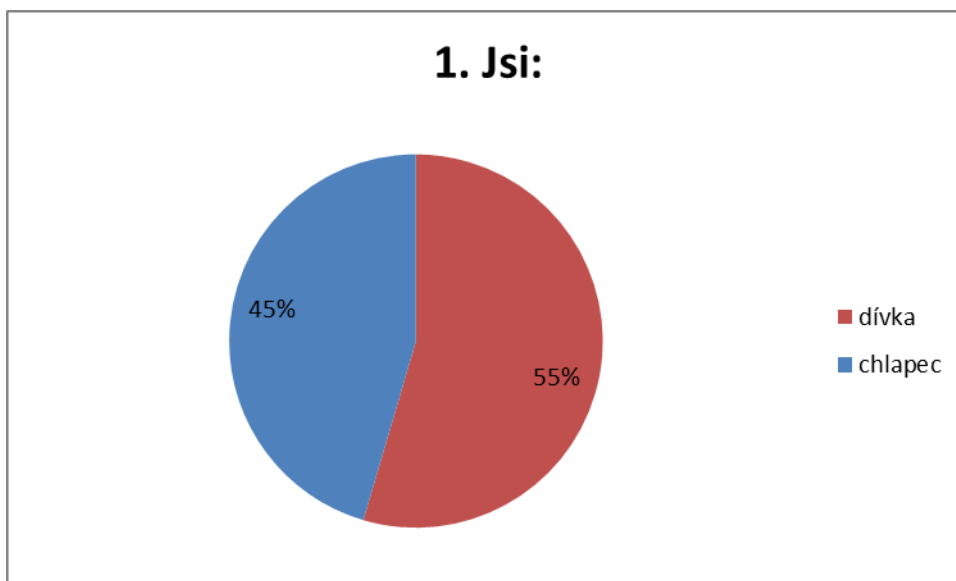
5.2 DOTAZNÍK – ÚRAZY VE ŠKOLNÍ TĚLESNÉ VÝCHOVĚ

5.2.1 CELKEM

V následujícím textu předkládáme výsledky dotazníku úrazů ve školní tělesné výchově bez rozdílu pohlaví od všech respondentů (tj. 88 dotazníků). Grafy odpovídají na jednotlivé otázky z dotazníku.

Otázka č. 1 – Jsi:

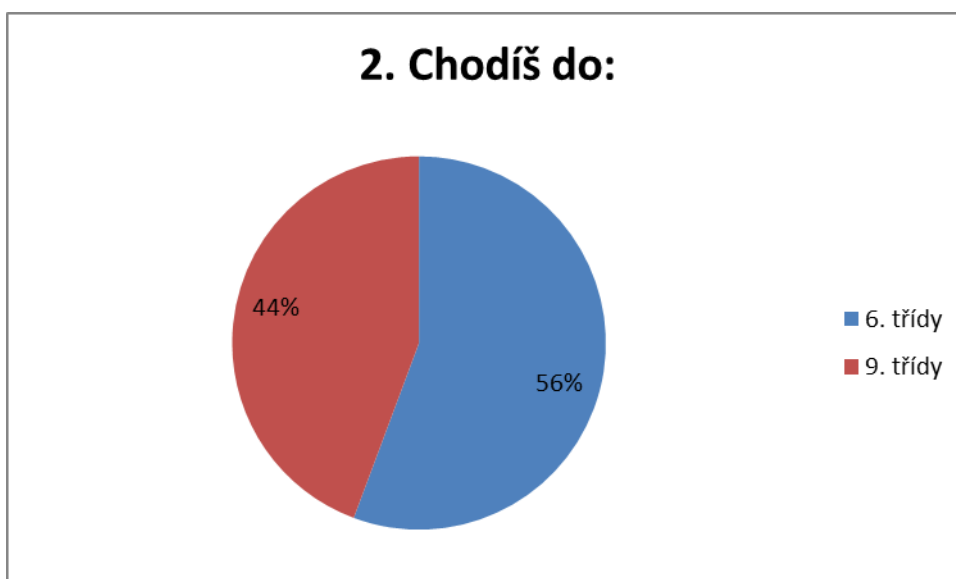
Z 88 dotázaných žáků bylo 40 chlapců a 48 dívek (viz graf č. 1).



Graf 1 - Procentuální znázornění odpovědí na první otázku

Otázka č. 2 – Chodíš do:

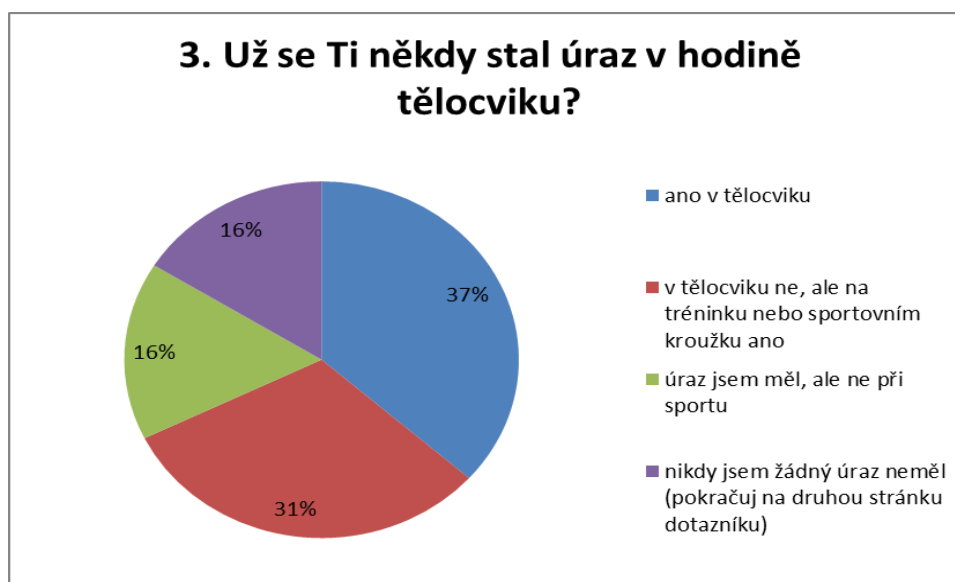
Dotazník vyplnilo z deváté třídy 39 studentů a ze třídy šesté 49 (viz graf č. 2).



Graf 2 - Procentuální znázornění odpovědí na druhou otázku

Otázka č. 3 - Už se Ti někdy stal úraz v hodině tělocviku?

V otázce číslo 3 jsme zjišťovali, zda se již dotazovaným úraz někdy během života stal. 34 žáků odpovědělo, že se jim úraz stal v tělesné výchově (viz graf č. 3). 29 dotazovaným, tedy 31 % respondentů, se úraz sice nestal v tělesné výchově, ale někde na tréninku nebo sportovním kroužku ano. Dětem, kterým se úraz stal, ale ne při sportu, bylo 15 a stejnému počtu dětí se žádný úraz nikdy nestal. Z hodnot napsaných výše jasně vyplývá, že úrazů je více, než dotazovaných. To je způsobeno tím, že některým žákům se úrazů stalo více. Jedné žákyni z deváté třídy se dokonce stal třikrát úraz v tělesné výchově a ještě dvakrát při sportovním tréninku. Proto nám zde dosažené hodnoty nesouhlasí s počtem respondentů.

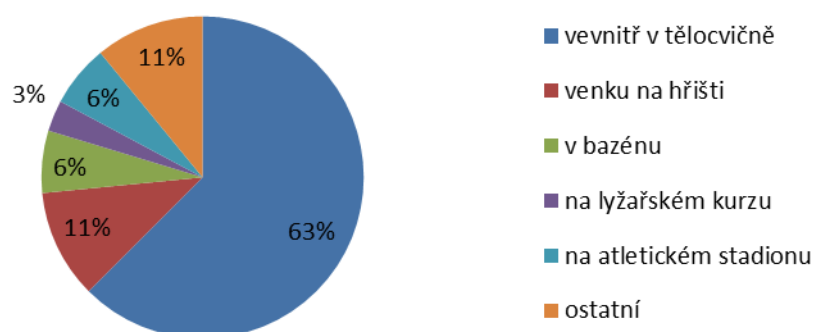


Graf 3 - Procentuální znázornění odpovědí na třetí otázku

Otázka č. 4 - Pokud se Ti v tělocviku stal úraz, bylo to:

U čtvrté otázky měli žáci vybrat, kde se jim úraz v tělesné výchově stal. 40 dotázaných uvedlo, že se jim úraz stal vevnitř v tělocvičně a 7 dotázaným se stal venku na hřišti (viz graf č. 4). Úraz v bazénu zakroužkovali 4 žáci. Na lyžařském kurzu se zranili 2 sportovci, 4 na atletickém stadionu a zbylým 7 se stal úraz někde jinde při hodině TV. Nejvíce úrazů se stalo vevnitř v tělocvičně, což potvrzuje fakt, že v tělocvičně tráví děti drtivou většinu výukového času při tělesné výchově.

4. Pokud se Ti v tělocviku stal úraz, bylo to:

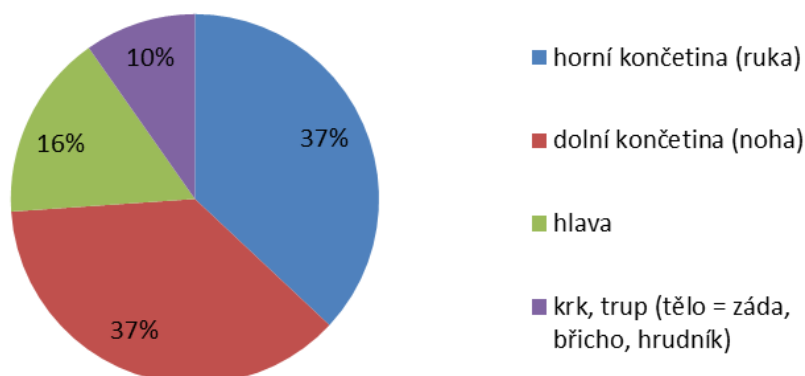


Graf 4 - Procentuální znázornění odpovědí na čtvrtou otázku

Otázka č. 5 - Na které části těla jsi úraz měl?

Pátá otázka zjišťovala, na které části těla se dětem úraz stal. Nejvíce úrazů se dětem stalo na horní a dolní končetině. V obou případech to bylo po 34 zraněních (viz graf č. 5). 15 žákům, tedy 16 % dotazovaným, se stal úraz na hlavě a zbylým 9 se poranění přihodilo v oblasti krku nebo trupu.

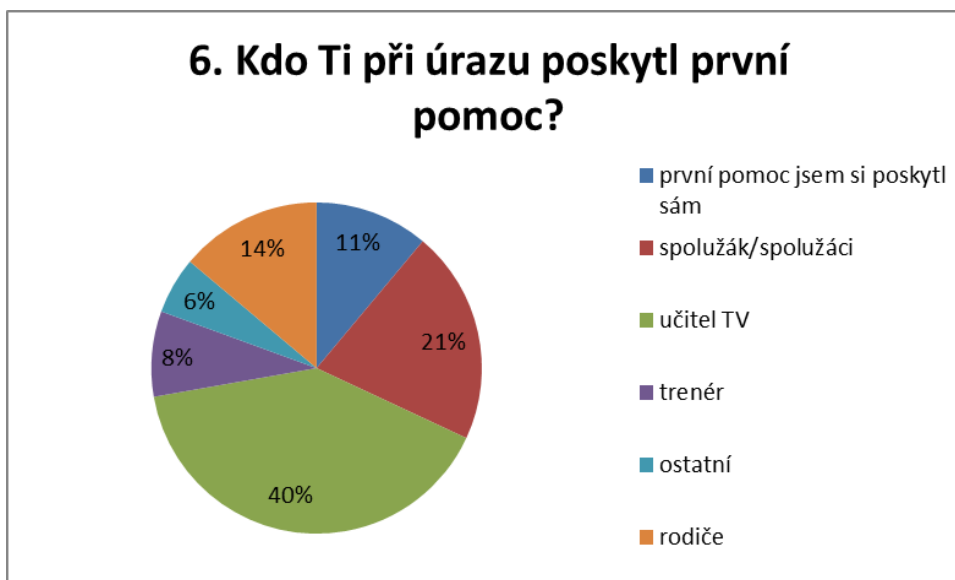
5. Na které části těla jsi úraz měl?



Graf 5 - Procentuální znázornění odpovědí na pátou otázku

Otázka č. 6 - Kdo Ti při úrazu poskytl první pomoc?

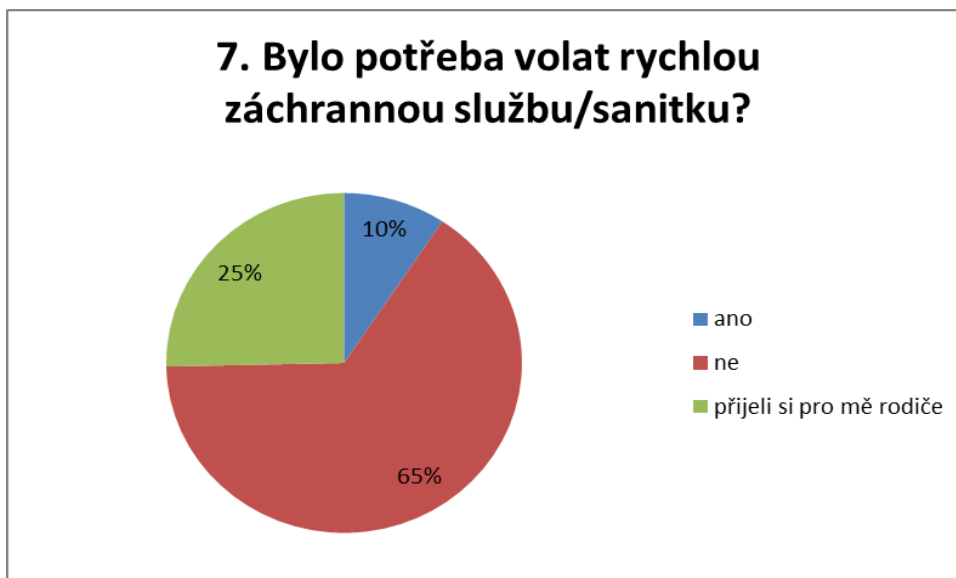
Šestá otázka zkoumala, kdo zraněnému poskytl první pomoc. Ve 29 případech to byl učitel TV, v 15 případech to byli spolužáci a v 10 situacích rodiče (viz graf č. 6). V 8 případech si poraněný poskytl první pomoc sám. V 8 % případů, tedy u 6 sportovců, pomoc poskytl trenér a ve 4 případech s pomocí přispěchal někdo jiný, nebo také nikdo.



Graf 6 - Procentuální znázornění odpovědí na šestou otázku

Otázka č. 7 - Bylo potřeba volat rychlou záchrannou službu/sanitku?

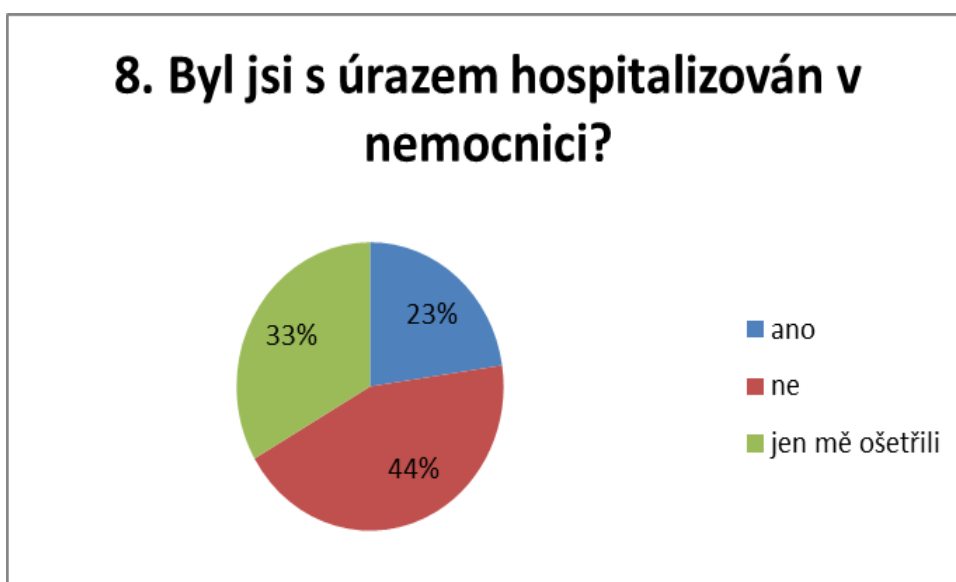
Otázka číslo sedm se ptala na to, zda bylo potřeba volat rychlou záchrannou službu. Podle předpokladu odpověděla více než polovina dotázaných, že ne (viz graf č. 7), přesněji 65 % (tedy 49 dotázaných). Tento výsledek nám dokazuje, že při sportovních aktivitách se dějí častěji menší úrazy, kvůli kterým není potřeba volat záchrannou službu. Pro 19 dětí si přijeli sami rodiče a pro 7 žáků si musela přijet ZZS.



Graf 7 - Procentuální znázornění odpovědí na sedmou otázku

Otázka č. 8 - Byl jsi s úrazem hospitalizován v nemocnici?

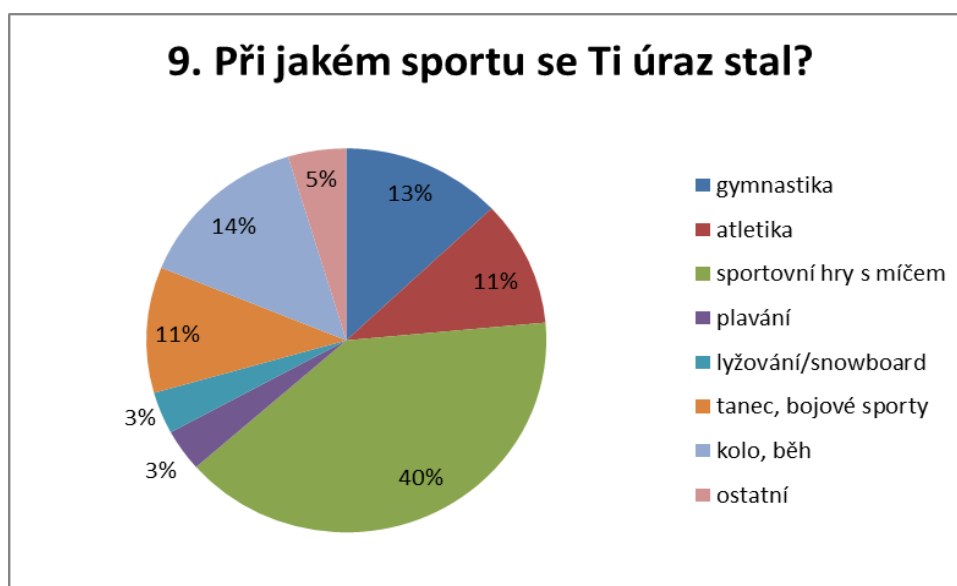
Na otázku číslo osm odpovědělo 33 dětí (tedy 44 % dotázaných), že ne. 25 žáků bylo jen ošetřeno a 17 jich bylo hospitalizováno (viz graf č. 8).



Graf 8 - Procentuální znázornění odpovědí na osmou otázku

Otázka č. 9 - Při jakém sportu se Ti úraz stal?

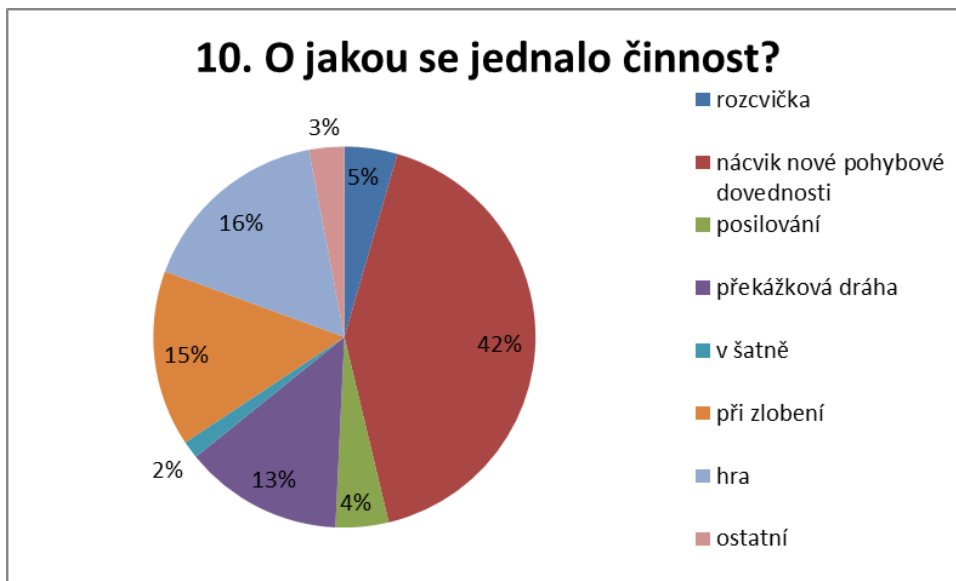
U otázky deváté byla široká škála odpovědí, kde však jasně dominovala odpověď - sportovní hry s míčem (viz graf č. 9). Tuhle odpověď zaškrtno 34 sportovců, tedy 40 % respondentů, a potvrdili jsme si tím tak jednu z našich hypotéz. Druhým v pořadí bylo kolo/běh, které si vybralo 12 dotázaných. 11 žákům se úraz přihodil při gymnastice a shodně po 9 zraněných vybralo možnost atletika a tanec/bojové sporty. Shodně po 3 úrazech se stalo na plavání a při lyžování nebo snowboardu. Při ostatních sportech se úraz stal celkem 4 žákům.



Graf 9 - Procentuální znázornění odpovědí na devátou otázku

Otázka č. 10 - O jakou se jednalo činnost?

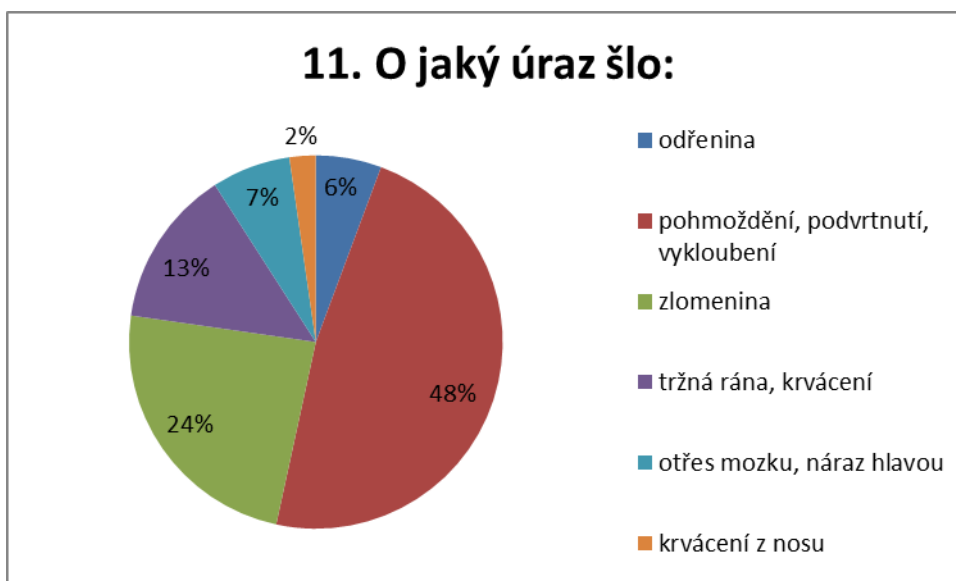
Při nácviu nové pohybové dovednosti se zranilo 42 % dotazovaných (tedy 28 respondentů), což byla v porovnání s ostatními možnostmi nejčastější odpověď, a znovu jsme si tím potvrdili naši hypotézu (viz graf č. 10). 16 % respondentů, tedy 11 žáků, vybralo možnost hra. Příjemné překvapení bylo, že 15 % dotázaných (10 dětí) se přiznalo k tomu, že si úraz přivodili při zlobení. 9 žákům se poranění přihodilo při překážkové dráze a 3 dětem se úraz stal při rozcvičce i při posilování. Jeden sportovec si úraz přivodil v šatně a dva zbylí při ostatních činnostech.



Graf 10 - Procentuální znázornění odpovědí na desátou otázku

Otázka č. 11 - O jaký úraz šlo:

V poslední otázce o úrazech bylo zjišťováno, o jaký úraz šlo. Ve 48 % případů (u 42 dětí) se jednalo o pohmoždění, podvrtnutí nebo vykloubení (viz graf č. 11). 21 žákům se stala zlomenina a 12 dotázaných označilo tržnou ránu nebo krvácení. 6 sportovcům se dokonce stal i otřes mozku nebo měli náraz do hlavy. 5 žákům se přihodila odřenina a zbylé 2 postihlo krvácení z nosu.



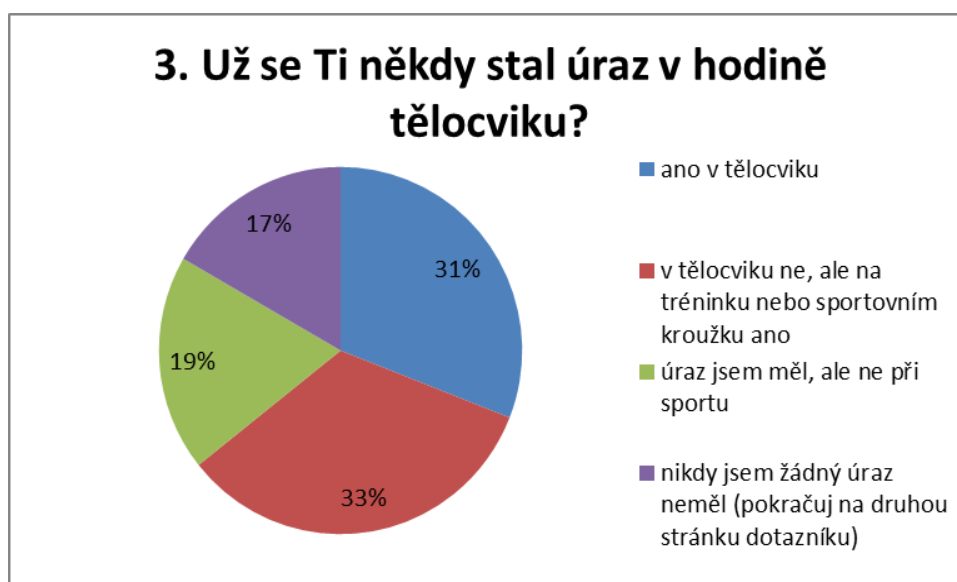
Graf 11 - Procentuální znázornění odpovědí na jedenáctou otázku

5.2.2 CHLAPCI

V následujícím textu předkládáme výsledky dotazníku úrazů ve školní tělesné výchově pouze od chlapců (tj. 40 dotazníků). Grafy odpovídají na jednotlivé otázky z dotazníku, přičemž zde začínáme až otázkou číslo 3. První dvě otázky jsou zde vynechány a to z toho důvodu, že již není třeba respondenty znovu rozdělovat.

Otázka č. 3 - Už se Ti někdy stal úraz v hodině tělocviku?

Přes 30 % hochů uvedlo, že se jim někdy v životě již úraz v tělesné výchově stal (viz graf č. 12). 33 % uvádí, že se jim přihodilo zranění na tréninku nebo sportovním kroužku. Zajímavé je, že 19 % se úraz stal, ale ne při sportu. Šťěstí mělo 17 % dotázaných chlapců, kterým se úraz zatím nikdy nestal.

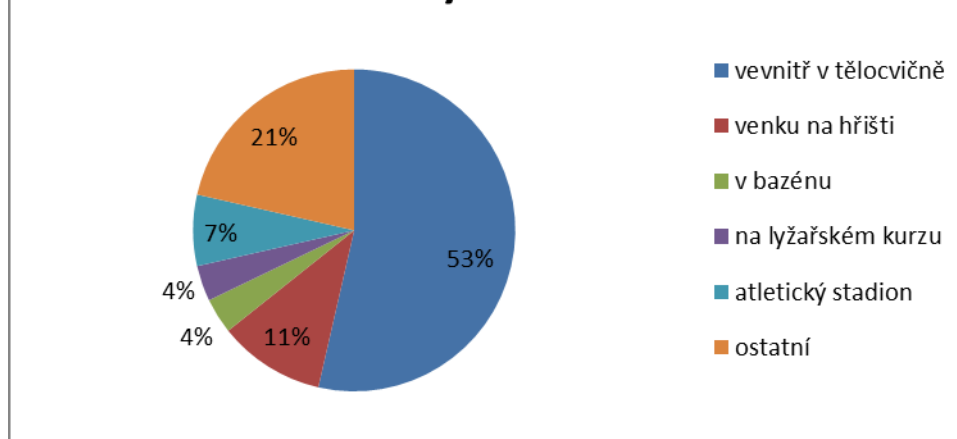


Graf 12 - Procentuální znázornění odpovědí na třetí otázku

Otázka č. 4 - Pokud se Ti v tělocviku stal úraz, bylo to:

Nejvíce úrazů se chlapcům stalo vevnitř v tělocvičně, kterých bylo 53 % (viz graf č. 13). 21 % žáků se zranění přihodilo na jiných místech, než ze kterých mohli dotazovaní vybírat. Třetím nejpočetnějším místem výskytu úrazů bylo hřiště venku, kde se zranilo 11 % hochů. Zbytek zranění se stal na atletickém stadionu, lyžařském kurzu nebo v bazénu.

4. Pokud se Ti v tělocviku stal úraz, bylo to:



Graf 13 - Procentuální znázornění odpovědí na čtvrtou otázku

Otázka č. 5 - Na které části těla jsi úraz měl?

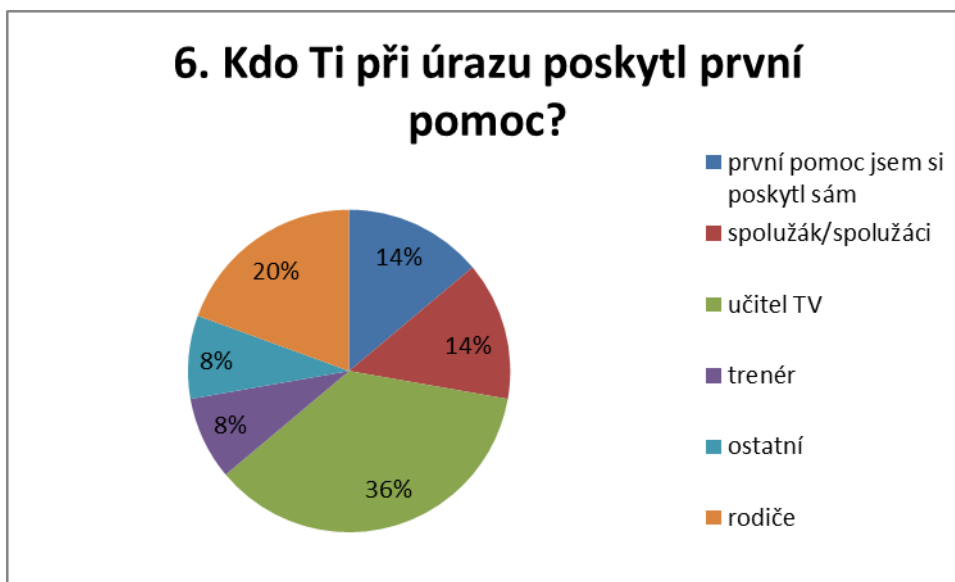
Nejvíce úrazů se hochům stalo na horní končetině, konkrétně 33 % (viz graf č. 14). Na dolní končetině úraz utrpělo 31 % a 28 % dotázaným chlapcům se zranění přihodilo na hlavě. S velkým odstupem vzadu zůstalo poranění v oblasti krku a trupu, které zvolilo 8 % chlapců.



Graf 14 - Procentuální znázornění odpovědí na pátou otázku

Otázka č. 6 - Kdo Ti při úrazu poskytl první pomoc?

Nejčastěji poskytl první pomoc učitel TV, konkrétně ve 36 % případů (viz graf č. 15). Druhou nejčastější odpovědí byli rodiče (20 %). Shodně po 14 % se na třetím až čtvrtém místě umístila možnost spolužák/spolužáci a první pomoc jsem si poskytl sám. Taktéž se stejnými výsledky, tentokrát v 8 % případů, poskytl PP trenér nebo někdo jiný.

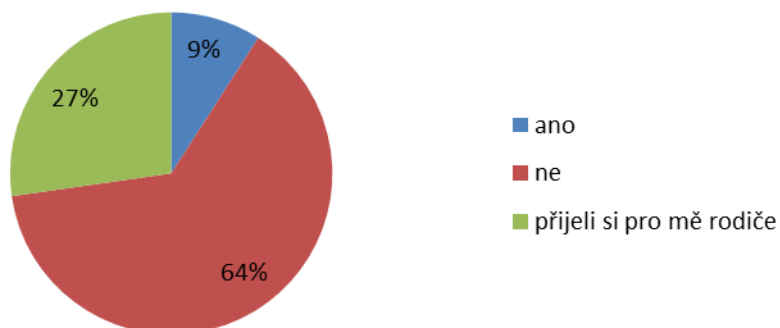


Graf 15 - Procentuální znázornění odpovědí na šestou otázku

Otázka č. 7 - Bylo potřeba volat rychlou záchrannou službu/sanitku?

V 64 % případů nebylo nutné volat záchrannou službu (viz graf č. 16). U 27 % si pro zraněného přijeli sami rodiče a pouze pro 9 % chlapců si ZZS přijet musela.

7. Bylo potřeba volat rychlou záchranou službu/sanitku?

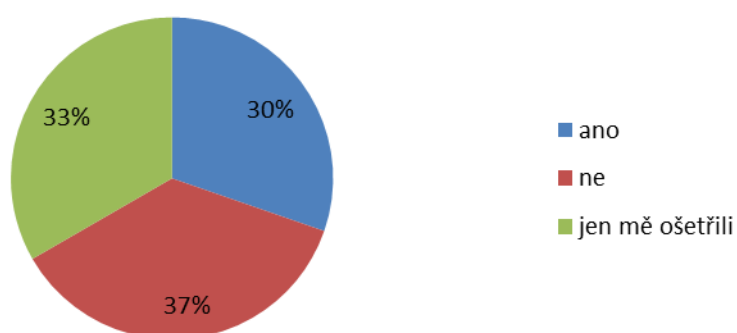


Graf 16 - Procentuální znázornění odpovědí na sedmou otázku

Otázka č. 8 - Byl jsi s úrazem hospitalizován v nemocnici?

Hospitalizováno v nemocnici nemuselo být 37 % zraněných (viz graf č. 17). Pouhé ošetření se týkalo 33 % chlapců a 30 % hospitalizováno být muselo.

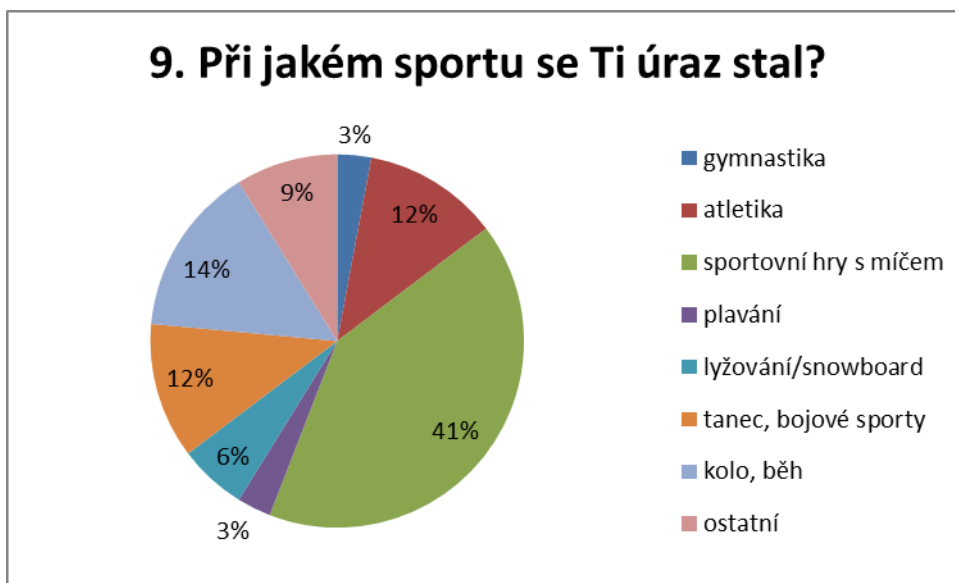
8. Byl jsi s úrazem hospitalizován v nemocnici?



Graf 17 - Procentuální znázornění odpovědí na osmou otázku

Otázka č. 9 - Při jakém sportu se Ti úraz stal?

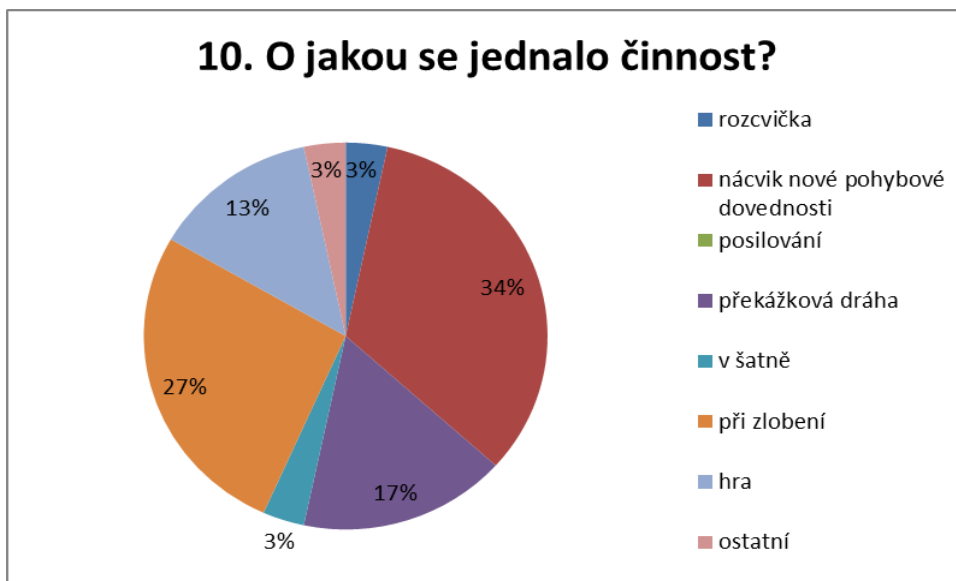
Nejvíce úrazů se stalo při sportovních hrách s míčem, konkrétně 41 % (viz graf č. 18). Ve 14 % případů se úraz přihodil při jízdě na kole nebo běhu. Shodně po 12 % chlapců zaškrtnulo možnost atletika a tanec/bojové sporty. Dále se pak umístila možnost ostatní s 9 % a 6 % chlapců zatrhlo odpověď lyžování/snowboard. Shodně po 3 % byla vybrána možnost plavání a gymnastika.



Graf 18 - Procentuální znázornění odpovědí na devátou otázku

Otázka č. 10 - O jakou se jednalo činnost?

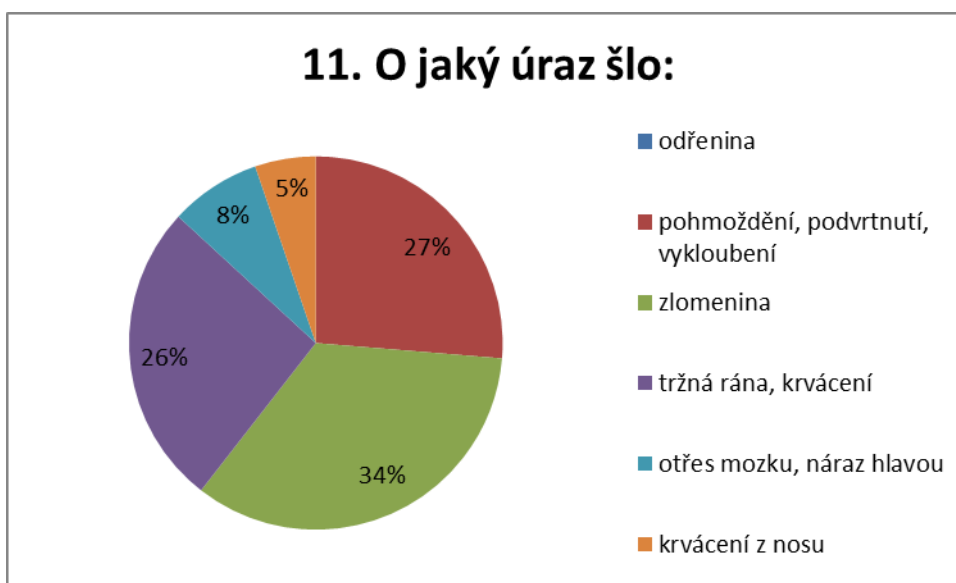
Při výběru činnosti, u níž se úraz stal, nejvíce žáků zvolilo možnost nácvik nové pohybové dovednosti, konkrétně 34 % (viz graf č. 19). Příjemným zjištěním bylo, že 27 % chlapců se přiznalo k tomu, že se jim úraz stal při zlobení. Dále v pořadí byla překážková dráha se 17 % a hra se 13 %. Na konci se shodně po 3 % umístily možnosti rozcvička, v šatně a ostatní.



Graf 19 - Procentuální znázornění odpovědí na desátou otázku

Otázka č. 11 - O jaký úraz šlo:

Nejčastější odpovědí byla zlomenina, která se stala ve 34 % případů (viz graf č. 20). 27 % chlapců se přihodilo pohmoždění, podvrtnutí nebo vykloubení. U dalších 26 % to byla tržná rána nebo krvácení. 8 % dotázaných hochů mělo otřes mozku nebo náraz do hlavy a 5 % postihlo krvácení z nosu.



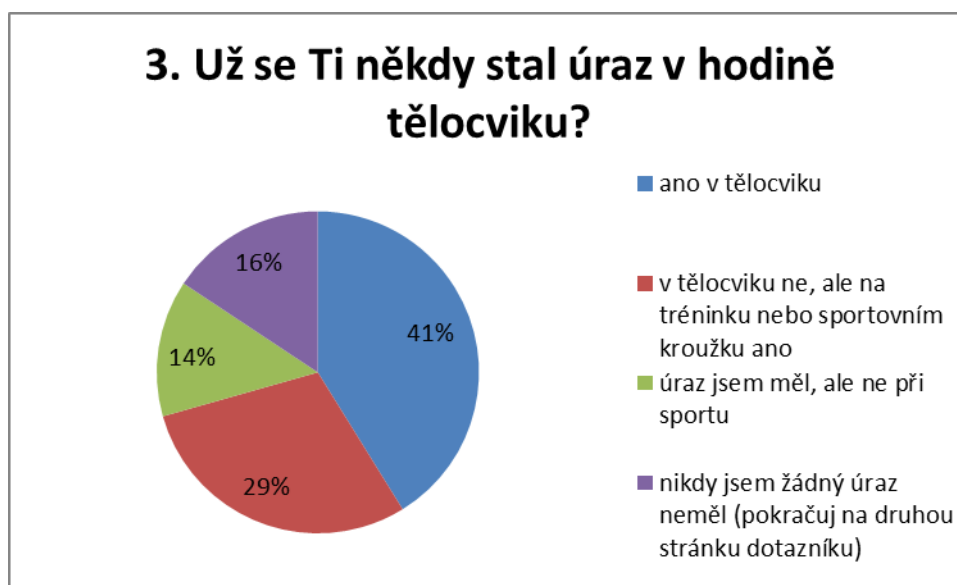
Graf 20 - Procentuální znázornění odpovědí na jedenáctou otázku

5.2.3 DÍVKY

V následujícím textu předkládáme výsledky dotazníku úrazů ve školní tělesné výchově pouze od dívek (tj. 48 dotazníků). Grafy odpovídají na jednotlivé otázky z dotazníku, přičemž zde, taktéž jako u chlapců, začínáme až otázkou číslo 3. První dvě otázky jsou zde vynechány a to z toho důvodu, že již není třeba respondenty znovu rozdělovat.

Otázka č. 3 - Už se Ti někdy stal úraz v hodině tělocviku?

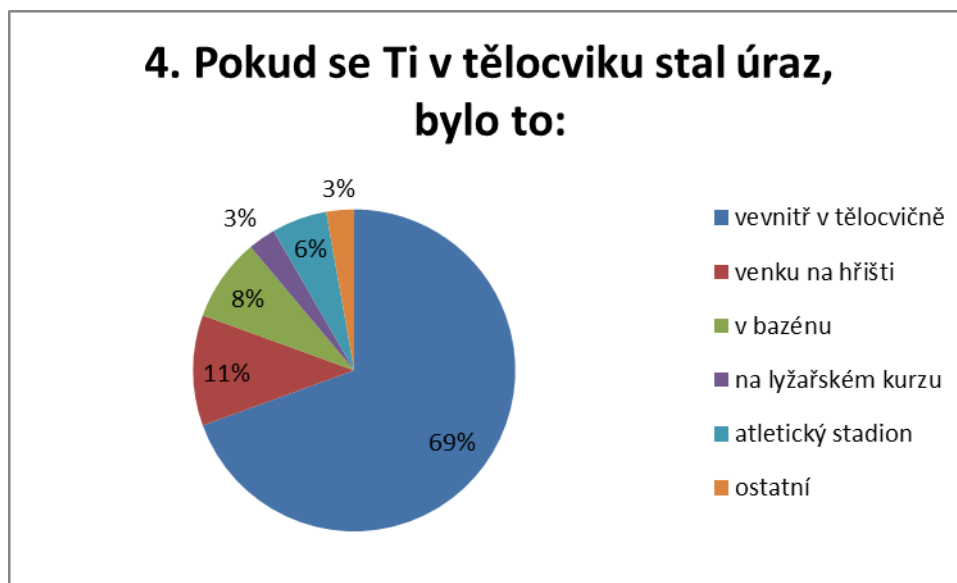
Přesně 41 % dívek uvedlo, že se jim někdy v životě již úraz v tělesné výchově stal (viz graf č. 21). 29 % uvádí, že se jim přihodilo zranění na tréninku nebo sportovním kroužku. Zajímavé je, že 14 % se úraz stal, ale ne při sportu. Šťěstí mělo 16 % dotázaných dívek, kterým se úraz zatím nikdy nestal.



Graf 21 - Procentuální znázornění odpovědí na třetí otázku

Otázka č. 4 - Pokud se Ti v tělocviku stal úraz, bylo to:

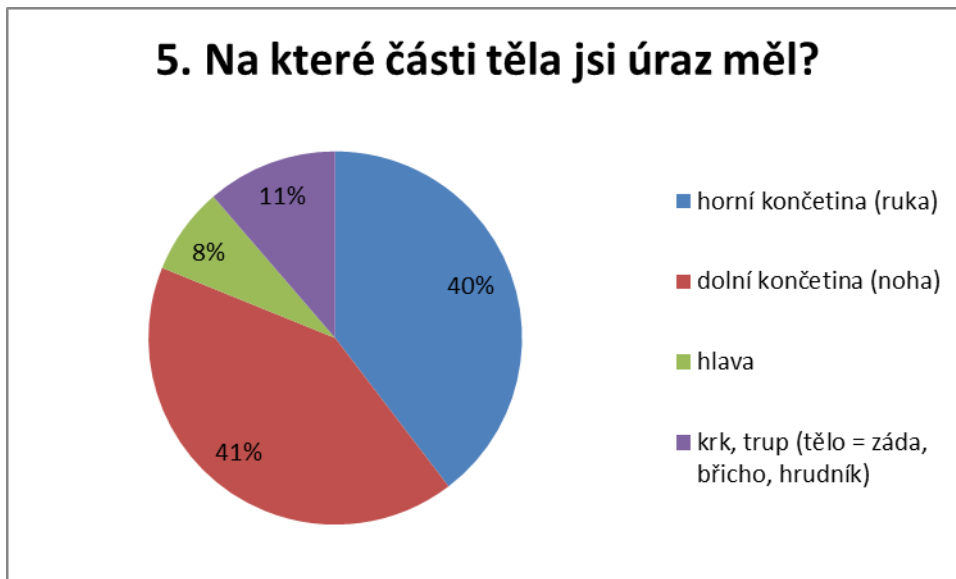
Nejvíce úrazů se dívkám stalo vevnitř v tělocvičně, kterých bylo 69 % (viz graf č. 22). Druhým nejpočetnějším místem výskytu úrazů bylo hřiště venku, kde se zranilo 11 % dívek. 8 % děvčat si zranění přivodilo v bazénu a na atletickém stadionu to bylo 6 % dívek. Shodně po 3 % žákyň se zranění přihodilo na lyžařském kurzu a na jiných místech, než ze kterých mohly vybírat.



Graf 22 - Procentuální znázornění odpovědí na čtvrtou otázku

Otázka č. 5 - Na které části těla jsi úraz měl?

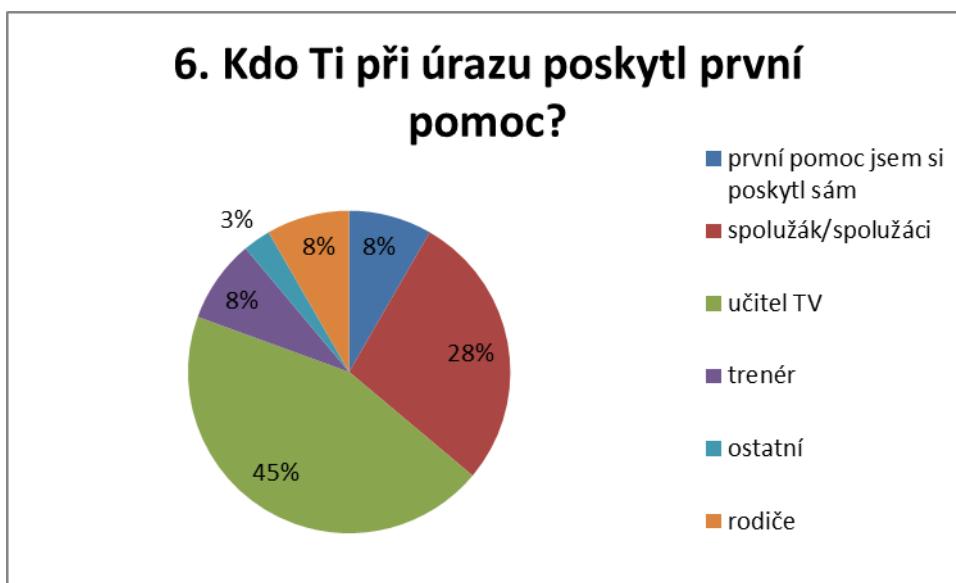
Nejvíce úrazů se dívkám stalo na dolní končetině, konkrétně 41 % (viz graf č. 23). Na horní končetině úraz utrpělo 40 % a 11 % dotázaným dívkám se zranění přihodilo v oblasti krku nebo trupu. Na posledním místě zůstalo poranění hlavy, které zvolilo 8 % děvčat.



Graf 23 - Procentuální znázornění odpovědí na pátou otázku

Otázka č. 6 - Kdo Ti při úrazu poskytl první pomoc?

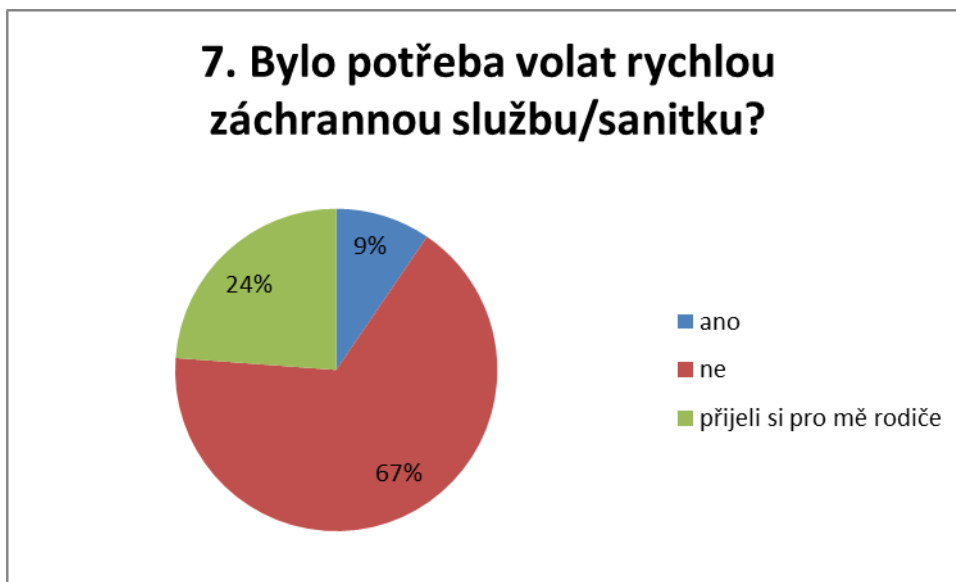
Nejvíce krát poskytl první pomoc učitel TV, konkrétně ve 45 % případů (viz graf č. 24). Druhou nejčastější odpovědí byli spolužáci (28 %) a shodně po 8 % se na třetím až pátém místě umístily možnosti trenér, rodiče a první pomoc jsem si poskytla sama. Ve 3 % případů poskytl PP někdo jiný.



Graf 24 - Procentuální znázornění odpovědí na šestou otázku

Otázka č. 7 - Bylo potřeba volat rychlou záchrannou službu/sanitku?

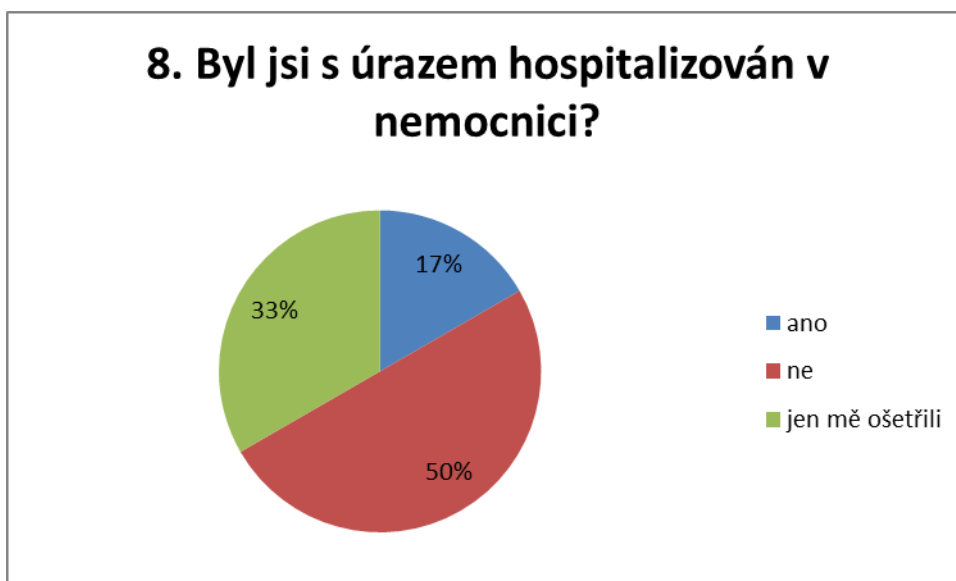
V 67 % případů nebylo nutné volat záchrannou službu (viz graf č. 25). U 24 % si pro zraněnou přijeli sami rodiče a pouze pro 9 % děvčat si ZZS přijet musela.



Graf 25 - Procentuální znázornění odpovědí na sedmou otázku

Otázka č. 8 - Byl jsi s úrazem hospitalizován v nemocnici?

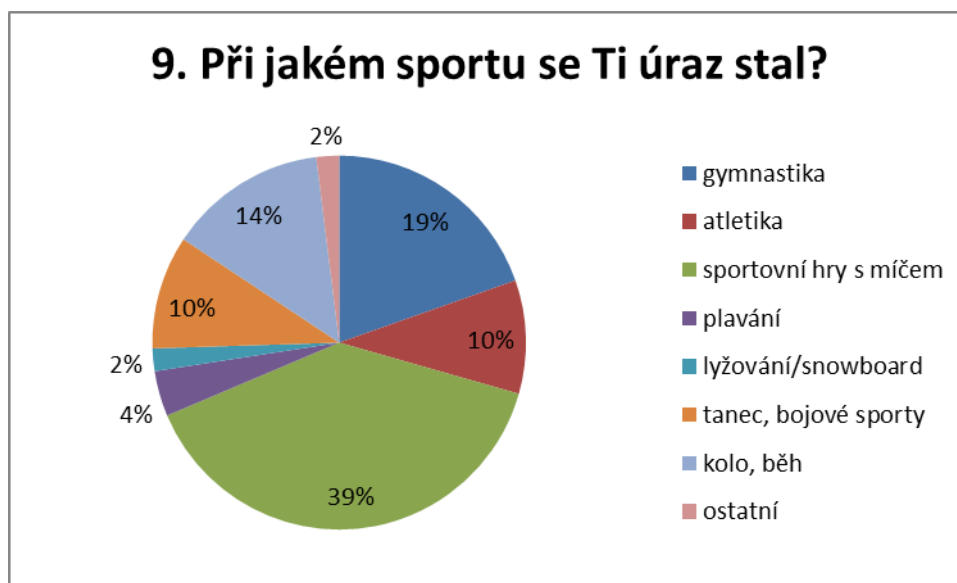
Hospitalizována v nemocnici nemusela být hned polovina děvčat (viz graf č. 26). Pouhé ošetření se týkalo 33 % dívek a 17 % hospitalizováno být muselo.



Graf 26 - Procentuální znázornění odpovědí na osmou otázku

Otázka č. 9 - Při jakém sportu se Ti úraz stal?

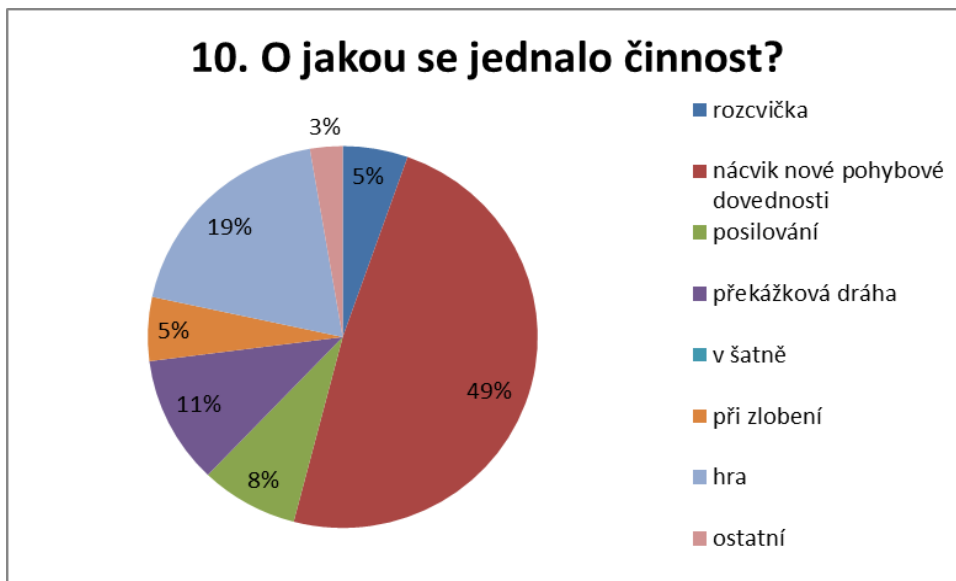
Nejvíce úrazů se stalo při sportovních hrách s míčem, konkrétně 39 % (viz graf č. 27). V 19 % případů se úraz přihodil při gymnastice. 14 % dívek se úraz stal při jízdě na kole nebo při běhu. Shodně po 10 % děvčat zaškrtnlo možnost atletika a tanec/bojové sporty. Dále se pak umístila možnost plavání se 4 % a shodně po 2 % byla vybrána možnost lyžování/snowboard a ostatní.



Graf 27 - Procentuální znázornění odpovědí na devátou otázku

Otázka č. 10 - O jakou se jednalo činnost?

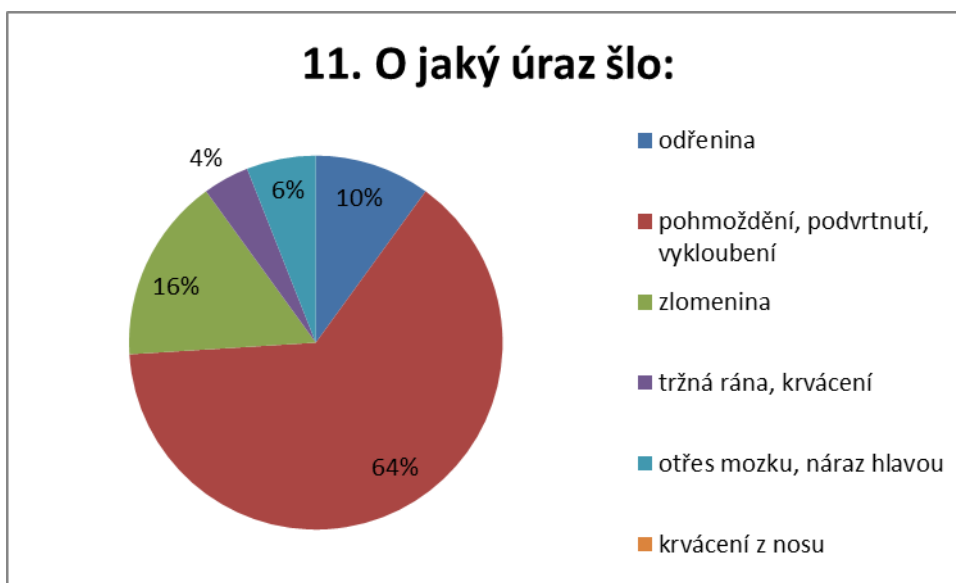
Při výběru činnosti, u níž se úraz stal, nejvíce žákyň zvolilo možnost nácvik nové pohybové dovednosti, konkrétně 49 % (viz graf č. 28). Dále v pořadí pak byla hra s 19 %, překážková dráha s 11 % a 8 % u posilování. Shodně po 5 % se umístily možnosti rozcvička a při zlobení. Odpovědi nám uzavírá možnost ostatní, která byla zvolena 3 % děvčat. U dívek se v šatnách nestal žádný úraz.



Graf 28 - Procentuální znázornění odpovědí na desátou otázku

Otázka č. 11 - O jaký úraz šlo:

Nejčastější odpovědi bylo pohmoždění, podvrtnutí nebo vykloubení, které se stalo v 64 % případů (viz graf č. 29). 16 % děvčat se přihodila zlomenina. U dalších 10 % to byla odřenina. 6 % dotázaných dívek mělo otřes mozku nebo náraz do hlavy a 4 % se přihodila tržná rána nebo krvácení. Žádnou dívku nepostihlo krvácení z nosu.



Graf 29 - Procentuální znázornění odpovědí na jedenáctou otázku

5.3 DOTAZNÍK – 1. POMOC

5.3.1 CELKEM

V následujícím textu předkládáme výsledky dotazníku první pomoci bez rozdílu pohlaví od všech respondentů (tj. 88 dotazníků). Grafy odpovídají na jednotlivé otázky z dotazníku. Otázky začínají znovu číslem 1, protože se jedná o nové téma a novou stranu dotazníku.

Otázka č. 1 - Myslíš si, že znáš zásady první pomoci?

Celkem si 73 žáků, tedy 83 % dotazovaných, myslí, že zná zásady první pomoci, což bylo zajímavé zjištění (viz graf č. 30). Zbylých 15 žáků (17 %) si myslí pravý opak.



Graf 30 - Procentuální znázornění odpovědí na první otázku

Otázka č. 2 - Už jsi někdy někomu poskytoval první pomoc?

První pomoc ještě nikdy nikomu neposkytovalo 72 dětí, tedy 82 % respondentů (viz graf č. 31). Zbylých 16 dotázaných uvedlo, že ano.



Graf 31 - Procentuální znázornění odpovědí na druhou otázku

Otázka č. 3 - Jaké je telefonní číslo na rychlou záchrannou službu?

Záchrannou službu by správně vytočilo 98 % dotázaných, tedy 86 dětí, což je potěšující zjištění (viz graf č. 32). Pouze 2 žáci by místo ZZS vytočili HZS. Nikdo by nevolal PČR.



Graf 32 - Procentuální znázornění odpovědí na třetí otázku

Otázka č. 4 - Co uděláš, když uvidíš zraněného člověka?

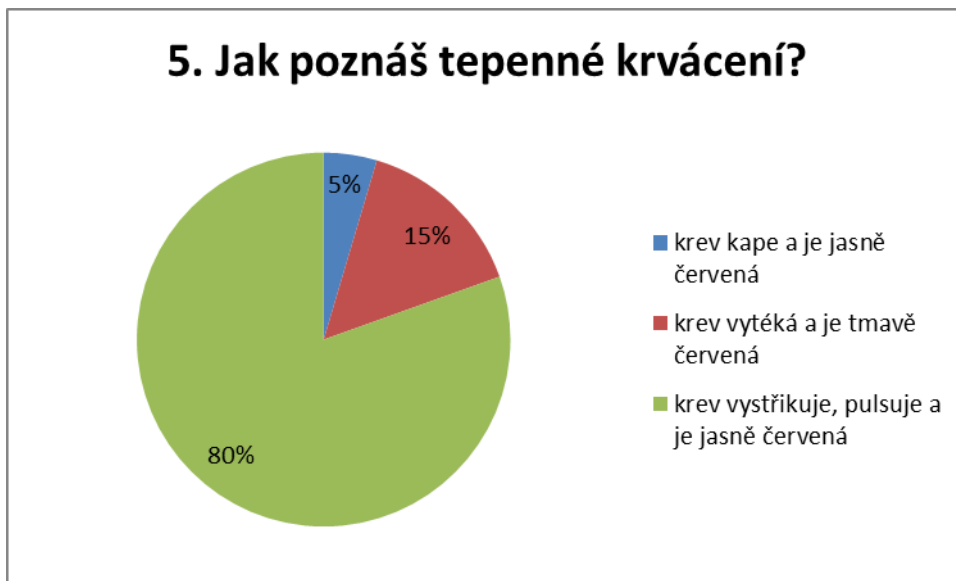
Pokud by žáci zahlédli zraněného člověka, 55 % z nich by okamžitě zavolalo ZZS (viz graf č. 33). 39 dětí, tedy 44 % dotázaných, by se zraněnému pokusilo poskytnout PP a vyhodnotit jeho stav. Zbylé 1 %, tedy 1 žák, by utekl hledat lékárníčku. Z následujícího grafu tedy jasně vidíme, že více než polovina žáků odpověděla špatně.



Graf 33 - Procentuální znázornění odpovědí na čtvrtou otázku

Otázka č. 5 - Jak poznáš tepenné krvácení?

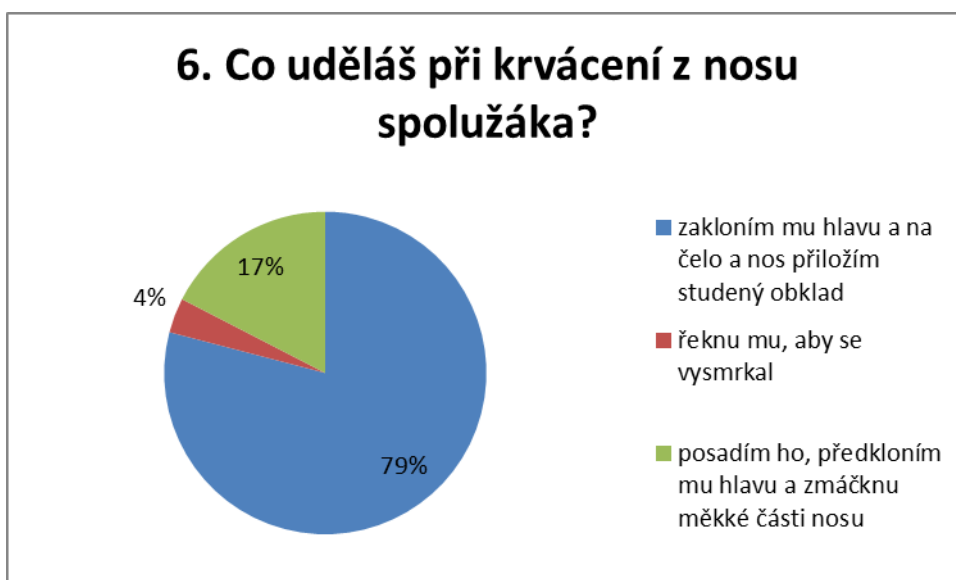
Tepenné krvácení by poznalo 70 dětí, tedy 80 % respondentů (viz graf č. 34). Zbýlých 20 %, tedy 18 žáků, by jej nepoznalo.



Graf 34 - Procentuální znázornění odpovědí na pátou otázku

Otázka č. 6 - Co uděláš při krvácení z nosu spolužáka?

U otázky číslo šest došlo k největšímu počtu chybných odpovědí u první pomoci (viz graf č. 35). Hned 69 žáků (79 %) by poskytlo špatnou první pomoc při krvácení z nosu tím, že by postiženému zaklonili hlavu a na čelo a nos by mu přiložili studený obklad. Další 4 % dětí by PP poskytlo špatně radou, aby se dotýčný vysmrkal. Pouze 16 z 88 dětí by PP poskytlo správně.



Graf 35 - Procentuální znázornění odpovědí na šestou otázku

Otázka č. 7 - Život je bezprostředně ohrožen, když postižený:

Správně zde odpovědělo 74 žáků, tedy 84 % respondentů (viz graf č. 36). Zbýlých 14 žáků zaškrtnulo jednou ze dvou špatných možností.



Graf 36 - Procentuální znázornění odpovědí na sedmou otázku

Otázka č. 8 - Jaké stavy ohrožují život?

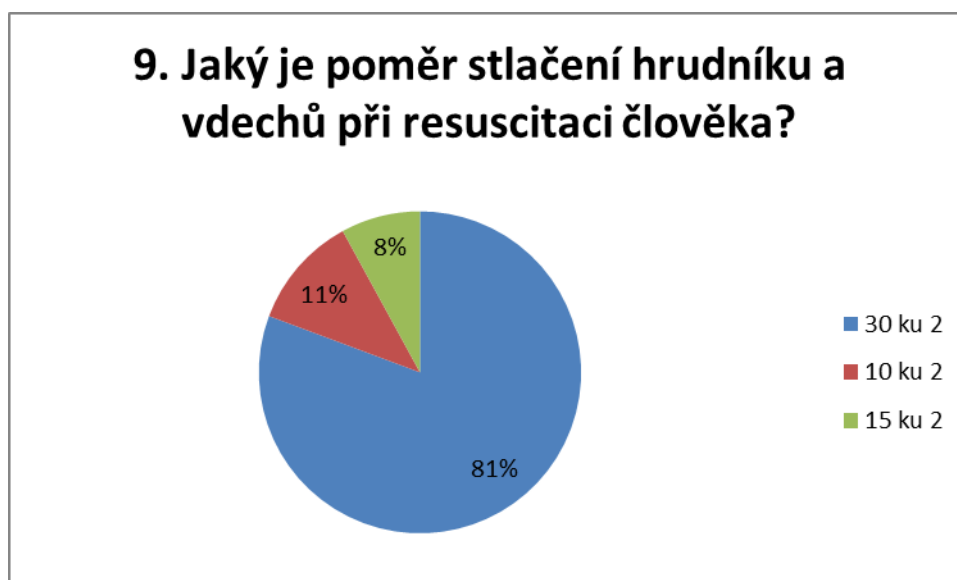
Otázka číslo osm se společně s otázkou ptající se na číslo ZZS stala nejzdařilejší, co se týče počtu správných odpovědí (viz graf č. 37). Hned 85 žáků, tedy 98 % dotázaných, ví, že mezi stavy ohrožující život patří zástava dechu, bezvědomí nebo masivní krvácení. Zbylí 3 žáci (2 %) by tento stav nepoznali.



Graf 37 - Procentuální znázornění odpovědí na osmou otázku

Otázka č. 9 - Jaký je poměr stlačení hrudníku a vdechů při resuscitaci člověka?

Správný poměr stlačení hrudníku a vdechů při resuscitaci člověka by provedlo 81 % dotázaných, tedy 71 žáků (viz graf č. 38). Špatný poměr 10 ku 2 vybralo 10 dětí (11 %) a druhou špatnou odpověď vybralo 7 respondentů (8 %).



Graf 38 - Procentuální znázornění odpovědí na devátou otázku

Otázka č. 10 - V čem spočívá první pomoc u podvrtnutí kotníku?

Při podvrtnutí kotníku by správnou PP provedlo 72 % dotázaných, tedy 64 žáků (viz graf č. 39). 21 dětí (24 %) by postižené místo pevně zavázala obvazem, což je první špatná odpověď. Druhou špatnou odpověď zadrželi 3 žáci, tedy 4 % respondentů.



Graf 39 - Procentuální znázornění odpovědí na desátou otázku

5.3.2 6. TŘÍDA

V následujícím textu předkládáme výsledky dotazníku první pomoci pouze pro šestou třídu (tj. 49 dotazníků). Grafy odpovídají na jednotlivé otázky z dotazníku. Otázky začínají znovu číslem 1.

Otázka č. 1 - Myslíš si, že znáš zásady první pomoci?

Ze 49 žáků šestých tříd si celkem 80 % myslí, že zná zásady první pomoci (viz graf č. 40). Zbýlých 20 % si myslí pravý opak.



Graf 40 - Procentuální znázornění odpovědí na první otázku

Otázka č. 2 - Už jsi někdy někomu poskytoval první pomoc?

První pomoc ještě nikdy nikomu neposkytovalo 84 % dětí šestých tříd (viz graf č. 41). Zbýlých 16 % dotázaných uvedlo, že ano.



Graf 41 - Procentuální znázornění odpovědí na druhou otázku

Otázka č. 3 - Jaké je telefonní číslo na rychlou záchrannou službu?

Záchrannou službu by správně vytočilo 98 % dotázaných (viz graf č. 42). Pouze 2 % žáků by místo ZZS vytočili HZS. Žádný z dotázaných by nevolal PČR.



Graf 42 - Procentuální znázornění odpovědí na třetí otázku

Otázka č. 4 - Co uděláš, když uvidíš zraněného člověka?

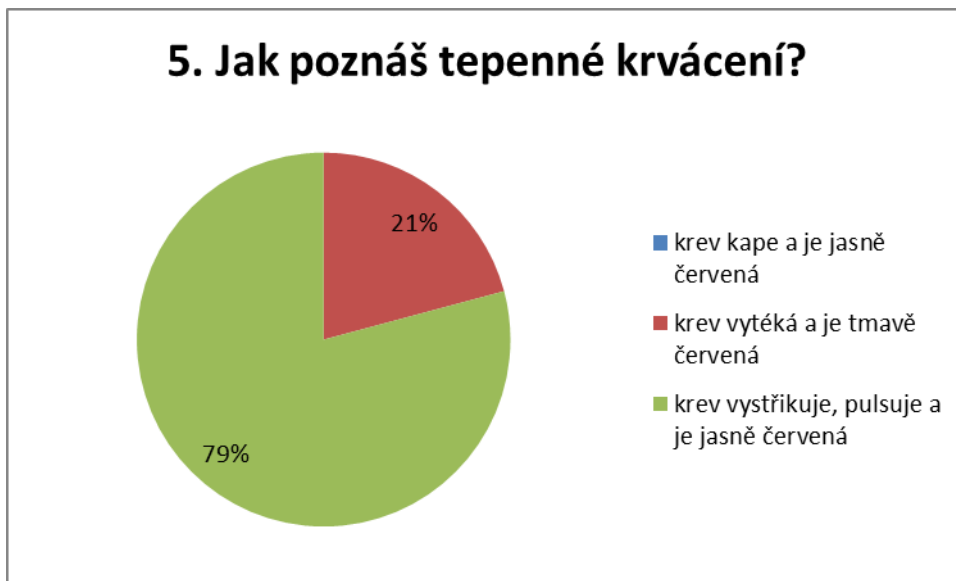
Pokud by žáci šestých tříd zahlédli zraněného člověka, 67 % z nich by okamžitě zavolalo ZZS (viz graf č. 43). 33 % dotázaných by se zraněnému pokusilo poskytnout PP a vyhodnotit jeho stav. Nikdo z žáků by neutekl hledat lékárníčku. Z následujícího grafu tedy vidíme, že necelých 70 % dětí z šestých ročníků odpovědělo špatně.



Graf 43 - Procentuální znázornění odpovědí na čtvrtou otázku

Otázka č. 5 - Jak poznáš tepenné krvácení?

Tepenné krvácení by poznalo 79 % respondentů (viz graf č. 44). Zbýlých 21 % by jej nepoznalo.



Graf 44 - Procentuální znázornění odpovědí na pátou otázku

Otázka č. 6 - Co uděláš při krvácení z nosu spolužáka?

U otázky číslo šest došlo k největšímu počtu chybných odpovědí u první pomoci (viz graf č. 45). Hned 85 % žáků by poskytlo špatnou první pomoc při krvácení z nosu tím, že by postiženému zaklonili hlavu a na čelo a nos by mu přiložili studený obklad. Pouze 15 % dětí by PP poskytlo správně.



Graf 45 - Procentuální znázornění odpovědí na šestou otázku

Otázka č. 7 - Život je bezprostředně ohrožen, když postižený:

Správně zde odpovědělo 74 % respondentů (viz graf č. 46). Zbýlých 26 % žáků zaškrtnulo jednu ze dvou špatných možností.



Graf 46 - Procentuální znázornění odpovědí na sedmou otázku

Otázka č. 8 - Jaké stavy ohrožují život?

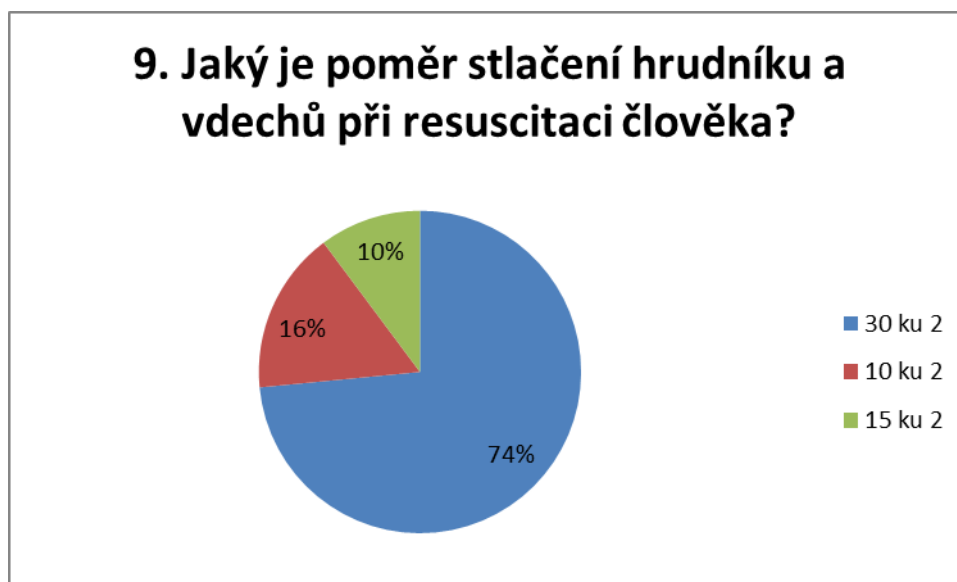
Otázka číslo osm dopadla pro šestý ročník nejlépe, jak mohla (viz graf č. 47). Všichni žáci zde odpověděli správně, což je velice potěšující okolnost.



Graf 47 - Procentuální znázornění odpovědí na osmou otázku

Otázka č. 9 - Jaký je poměr stlačení hrudníku a vdechů při resuscitaci člověka?

Správný poměr stlačení hrudníku a vdechů při resuscitaci člověka by provedlo 74 % dotázaných (viz graf č. 48). Špatně zde odpovědělo zbylých 26 % žáků.



Graf 48 - Procentuální znázornění odpovědí na devátou otázku

Otázka č. 10 - V čem spočívá první pomoc u podvrtnutí kotníku?

Při podvrtnutí kotníku by správnou PP provedlo 76 % dotázaných (viz graf č. 49). 16 % dětí by postižené místo pevně zavázalo obvazem, což je první špatná odpověď. Druhou špatnou odpověď zvolilo 8 % žáků.



Graf 49 - Procentuální znázornění odpovědí na desátou otázku

5.3.3 9. TŘÍDA

V následujícím textu předkládáme výsledky dotazníku první pomoci pouze pro devátou třídu (tj. 39 dotazníků). Grafy odpovídají na jednotlivé otázky z dotazníku. Otázky začínají znovu číslem 1.

Otázka č. 1 - Myslíš si, že znáš zásady první pomoci?

Celkem si 87 % dotazovaných žáků z devátých tříd myslí, že zná zásady první pomoci (viz graf č. 50). Zbýlých 13 % dětí si to nemyslí.



Graf 50 - Procentuální znázornění odpovědí na první otázku

Otázka č. 2 - Už jsi někdy někomu poskytoval první pomoc?

První pomoc ještě nikdy nikomu neposkytovalo 79 % respondentů z devátých tříd (viz graf č. 51). Zbýlých 21 % dotázaných uvedlo, že ano.



Graf 51 - Procentuální znázornění odpovědí na druhou otázku

Otázka č. 3 - Jaké je telefonní číslo na rychlou záchrannou službu?

Záchrannou službu by správně vytočilo 97 % dotázaných dětí (viz graf č. 52). Pouze 3 % žáků by místo ZZS vytočili HZS. Žádný z dotázaných by nevolal PČR.



Graf 52 - Procentuální znázornění odpovědí na třetí otázku

Otázka č. 4 - Co uděláš, když uvidíš zraněného člověka?

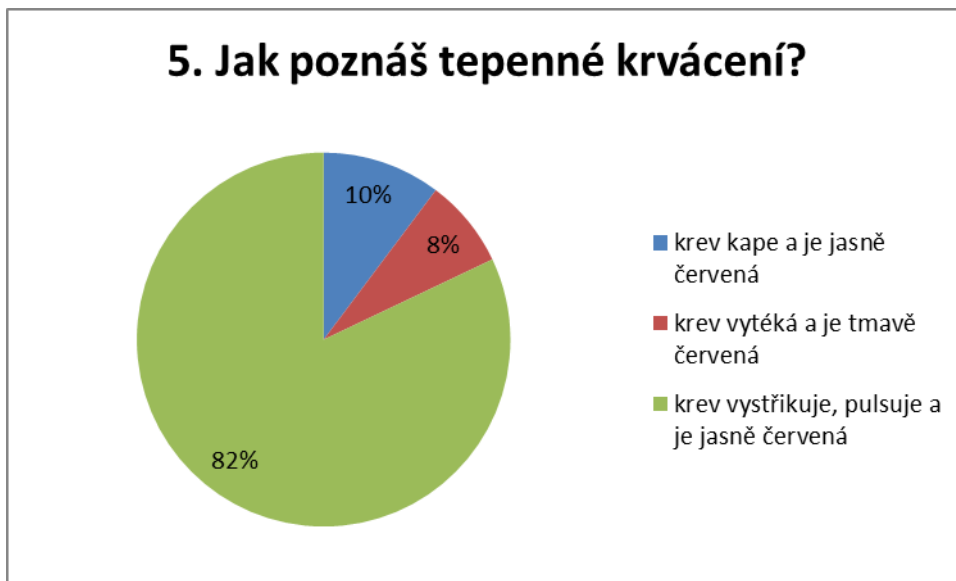
Pokud by žáci devátých ročníků zahlédli zraněného člověka, 57 % z nich by se zraněnému pokusilo poskytnout PP a vyhodnotit jeho stav (viz graf č. 53). 41 % respondentů by okamžitě zavolalo ZZS a zbylá 2 % by utekla hledat lékárníčku. Z následujícího grafu tedy vidíme, že více než polovina žáků odpověděla správně. Když porovnáme odpovědi se žáky šestých tříd, vidíme, že zde mají „devátáci“ lepší znalost.



Graf 53 - Procentuální znázornění odpovědí na čtvrtou otázku

Otázka č. 5 - Jak poznáš tepenné krvácení?

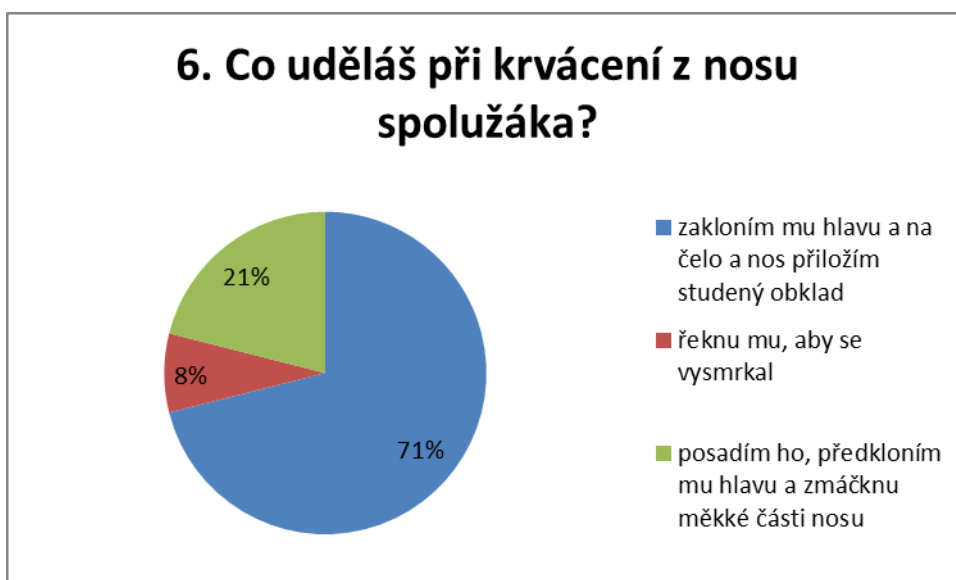
Tepenné krvácení by poznalo 82 % respondentů (viz graf č. 54). Zbýlých 18 % žáků by jej nepoznalo.



Graf 54 - Procentuální znázornění odpovědí na pátou otázku

Otázka č. 6 - Co uděláš při krvácení z nosu spolužáka?

Stejně jako tomu bylo při celkovém vyhodnocení i u žáků šestých tříd, tak i zde dopadla otázka číslo šest velice špatně (viz graf č. 55). 71 % respondentů by poskytlo špatnou první pomoc při krvácení z nosu tím, že by postiženému zaklonili hlavu a na čelo a nos by mu přiložili studený obklad. Dalších 8 % žáků by PP poskytlo špatně radou, aby se dotyčný vysmrkal. Pouze 21 % dětí by PP poskytlo správně.



Graf 55 - Procentuální znázornění odpovědí na šestou otázku

Otázka č. 7 - Život je bezprostředně ohrožen, když postižený:

Správně zde odpovědělo 97 % respondentů (viz graf č. 56). Zbylá 3 % žáků vybrala jednu ze dvou špatných možností.



Graf 56 - Procentuální znázornění odpovědí na sedmou otázku

Otázka č. 8 - Jaké stavy ohrožují život?

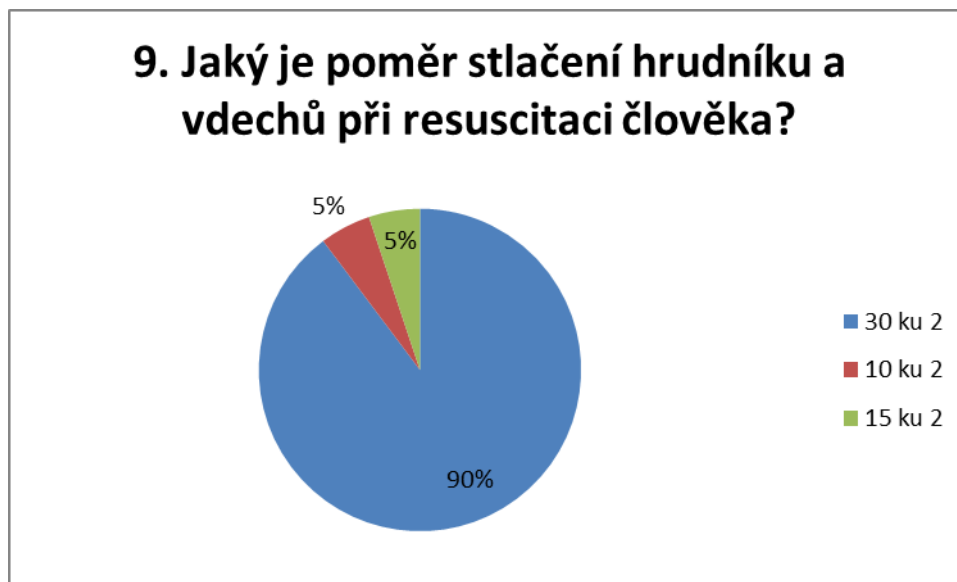
95 % dotázaných ví, že mezi stavy ohrožující život patří zástava dechu, bezvědomí nebo masivní krvácení (viz graf č. 57). Zbylých 5 % žáků by tento stav nepoznali.



Graf 57 - Procentuální znázornění odpovědí na osmou otázku

Otázka č. 9 - Jaký je poměr stlačení hrudníku a vdechů při resuscitaci člověka?

Správný poměr stlačení hrudníku a vdechů při resuscitaci člověka by provedlo 90 % dotázaných (viz graf č. 58). Špatný poměr 10 ku 2 vybralo 5 % dětí a druhou špatnou odpověď taktéž 5 % respondentů.



Graf 58 - Procentuální znázornění odpovědí na devátou otázku

Otázka č. 10 - V čem spočívá první pomoc u podvrtnutí kotníku?

Při podvrtnutí kotníku by správnou PP provedlo 67 % dotázaných žáků (viz graf č. 59). 33 % žáků devátých tříd by postižené místo pevně zavázalo obvazem, což je první špatná odpověď. Druhou špatnou odpověď nezvolil nikdo.



Graf 59 - Procentuální znázornění odpovědí na desátou otázku

5.4 CELKOVÉ HODNOCENÍ DOTAZNÍKU 1. POMOCI

V následujícím textu předkládáme výsledky celkového hodnocení dotazníku první pomoci. Celkové hodnocení bylo zpracováno z posledních 8 otázek dotazníku PP (tj. otázka 3 až 10), které jsou výhradně zaměřeny na úroveň znalostí a vědomostí. Vyhodnocení bylo rozděleno do 4 skupin ve 2 kategoriích. V první kategorii jsme mezi sebou porovnali žáky šestých a devátých tříd a v kategorii druhé to byly výsledky mezi chlapci a děvčaty.

Jelikož jsme chtěli porovnávat výsledky z testu, museli jsme si vytvořit hodnotící škálu (viz tab. č. 1). Ta spolu s výsledky byla následující:

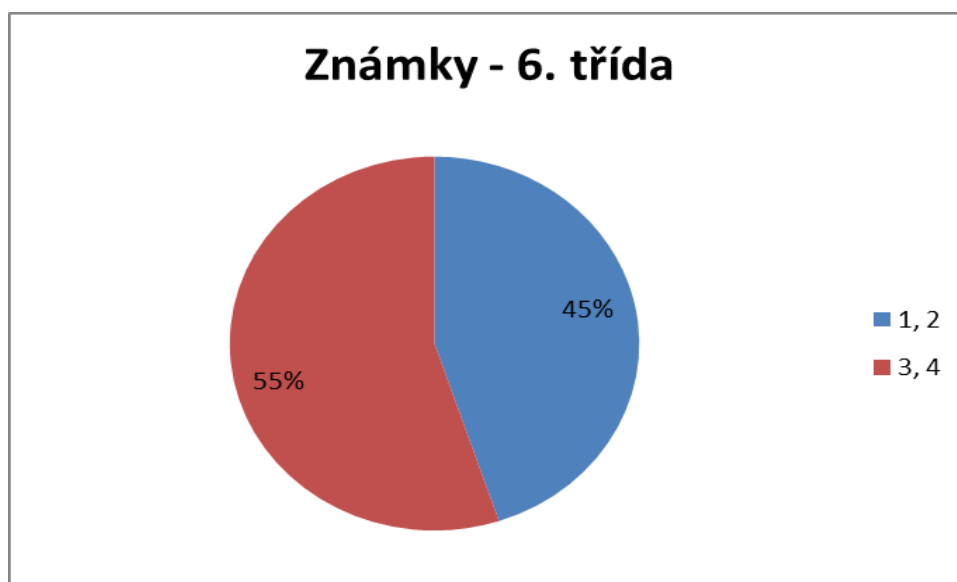
Body	Známka	6. třída	9. třída	chlapci	dívky
8	1	0	4	0	4
7 – 6	2	22	28	23	27
5 – 4	3	26	5	16	15
3 a méně	4	1	2	1	2

Tabulka 1 – Celkové vyhodnocení dotazníku první pomoci

Pro lepší představu úrovně znalostí o poskytnutí PP ještě předkládáme 4 grafy podle rozdělení skupin. Abychom mohli zhodnotit, zda žáci znalosti o PP mají, rozhodli jsme se známky z testu 1 a 2 považovat za znalosti dostačující. Naopak známky 3 a 4 považujeme za nedostačující.

Celkové vyhodnocení známek pro 6. třídu

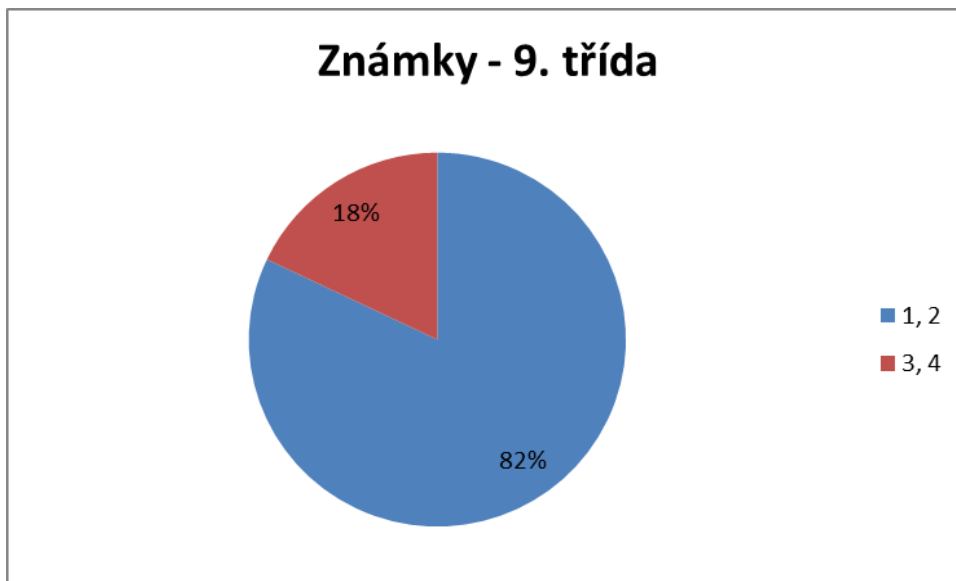
Z výsledku vyhodnocení musíme bohužel konstatovat, že více než polovina (55 %) dětí ze šestých tříd nemá dostačující znalosti o poskytování PP (viz graf č. 60). Zbylých 45 % žáků pak obdrželo známku 1 nebo 2, což můžeme považovat za dostačující znalosti.



Graf 60 - Procentuální znázornění známek pro 6. třídu

Celkové vyhodnocení známek pro 9. třídu

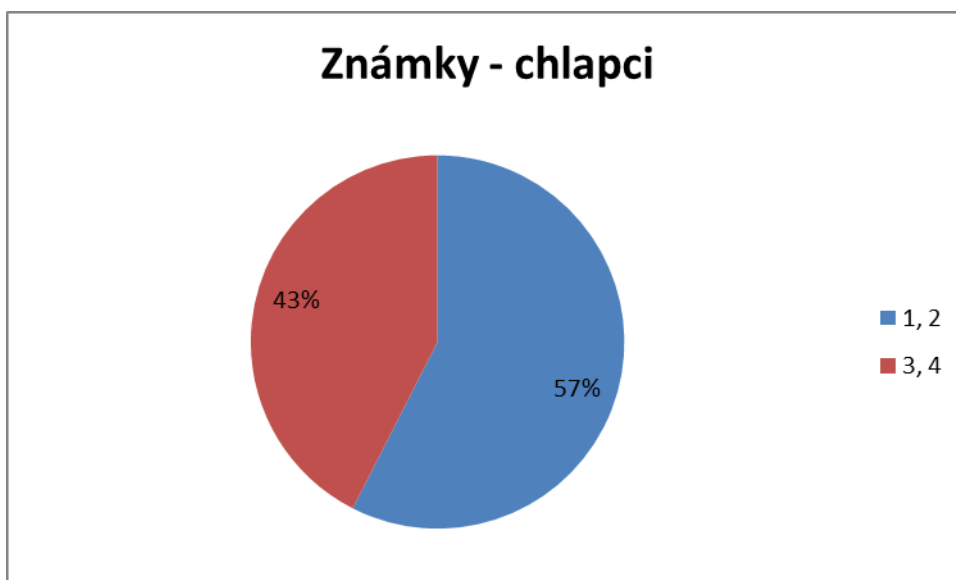
Respondenti z devátých tříd jsou v 82 % případů znalí a umějí poskytnout první pomoc (viz graf č. 61). Zbylých 18 % obdrželo známku 3 nebo 4 a lze tedy jejich vědomosti o PP považovat za neuspokojivé. Z grafů známek pro šestou a devátou třídu lze potvrdit jednu z našich hypotéz, která zněla, že oslovení žáci/žákyně 6. tříd budou mít nižší celkové skóre testu znalostí první pomoci než oslovení žáci/žákyně 9. tříd.



Graf 61 - Procentuální znázornění známek pro 9. třídu

Celkové vyhodnocení známek pro chlapce

Chlapci z šestých a devátých tříd mají z 57 % dobré znalosti o PP (viz graf č. 62). Nicméně chybějících 43 % by se základy první pomoci měli doučit.



Graf 62 - Procentuální znázornění známek pro chlapce

Celkové vyhodnocení známek pro dívky

Děvčata si v porovnání s chlapci vedla lépe (viz graf č. 63). 65 % dotázaných dívek dostalo ze známkování 1 nebo 2 a jejich znalosti o poskytování první pomoci tedy považujeme za uspokojivé. Ve zbylých 35 % jejich výsledky ale považujeme za nedostačující.



Graf 63 - Procentuální znázornění známek pro dívky

6 ZÁVĚR

První pomoc je činnost, kterou by měl ovládat každý člověk a osvojujeme si ji již ideálně od útlého věku. Nejde o nic složitého, ale jedná se o jednoduché úkony či opatření, která minimalizují újmu na zdravotním stavu poraněného či člověka v nebezpečí života. V mnoha případech se dá první pomocí i zachránit život. Odborníci tvrdí, že např. při včasné kardiopulmonální resuscitaci (i když není masáž srdce prováděna úplně technicky správně) je šance na přežití vyšší, než když není zahájena vůbec.

První pomoc by se tedy měla vyučovat již na základních školách, čemuž se tak naštěstí děje. Výuka PP je důležitou součástí našeho vzdělávacího systému, ale její rámec není pevně a jasně stanoven, což vede k poměrně vysoké autonomii jednotlivých základních škol a následné nejednotnosti ve výuce. Záleží tedy na škole, respektive na řediteli, jaký postoj k této výuce zaujme a kolik jí věnuje času.

Diplomová práce je rozdělena na část teoretickou a část praktickou (metodiku práce a výsledky). Teoretická část nám předkládá teoretický základ dané problematiky v oblasti první pomoci a úrazů. Vysvětluje, co první pomoc je, jak je definována, jaké jsou její druhy a postupy při poskytování. Za zmínku rozhodně i stojí legislativa PP, neboť její neposkytnutí je v České republice trestným činem. Dále se pak v teoretické části věnuji úrazům a jejich příčinám. Nechybí zde ani postup učitele při úrazu nebo prevence a bezpečnost v hodině tělesné výchovy.

Praktická část je zaměřena na vyhodnocení dat získaných dotazníkovým šetřením na dvou základních školách v Domažlicích u žáků šestých a devátých ročníků. Metodou dotazníkového šetření byly zjišťovány informace o úrazech a znalostech poskytování první pomoci u daných respondentů. Ze získaných dat jsem poté mohl potvrdit či vyvrátit námi stanovené hypotézy.

Shrneme-li náš stanovený cíl, úkoly a hypotézy, můžeme konstatovat:

Cíl, kterým bylo posoudit úroveň znalostí žáků 6. a 9. tříd ZŠ v oblasti první pomoci a zjistit nejčastější příčiny a okolnosti vedoucí k úrazům ve školní tělesné výchově, byl splněn beze zbytku. Následující úkoly, které jsme si stanovili na základě výše zmíněného cíle, lze taktéž považovat za splněné.

Hypotézu 1 musíme vyvrátit, neboť u výzkumného souboru byla úrazovost ve školní tělesné výchově procentuálně vyšší u dívek než u chlapců, tedy opačně než jsme

předpokládali. Naše předpoklady vycházely ze zkušenosti, že chlapci na 2. stupni ZŠ bývají pohybově „dravější“ a aktivněji přistupují k zadaným pohybovým činnostem, tudíž se u nich úraz stane častěji. Z našeho výzkumu však vychází, že se častěji zraňují dívky, možná vzhledem k nižší úrovni pohybových schopností. Nicméně tento fakt nelze zobecňovat.

Hypotézu 2 můžeme potvrdit, neboť oslovení žáci/žákyně 6. tříd měli nižší celkové skóre testu znalostí první pomoci než oslovení žáci/žákyně 9. tříd. Z tohoto faktu plyne, že s rostoucím věkem se znalost první pomoci prohlubuje a to zejména díky působení v rodině, ve škole, případně v kroužcích.

Hypotézu 3 můžeme taktéž potvrdit, neboť většina úrazů se stala při nácvičku nových dovedností nebo při sportovních hrách s míčem. K těmto předpokladům nás vede skutečnost, že zařazování sportovních her do hodin tělesné výchovy je poměrně časté a podání her ve školním prostředí bývá často velmi kontaktní záležitostí.

Pozitivním faktem je, že dle odpovědí v dotazníkovém šetření by v naprosto drtivé většině žáci poznali stavy ohrožující život a uměli by přivolat rychlou záchrannou službu. Naopak velice negativním zjištěním by byla činnost, kterou by děti udělaly/provedly spolužákovi, který by krvácel z nosu. Celých 79 % dotázaných respondentů by poraněnému zaklonila hlavu a na čelo a nos by mu přiložila studený obklad. Správnou reakci, tedy posadit postiženého, předklonit mu hlavu a zmáčknout měkké části nosu, by provedlo pouze 17 % žáků. Zbývá 4 % žáků by spolužákovi poradila, aby se vysmrkal. Odpovědi na ostatní otázky nebyly již tak překvapivé.

7 RESUMÉ, SUMMARY

RESUMÉ

Diplomová práce se zabývá problematikou první pomoci a úrazovosti v tělesné výchově na základních školách. Cílem diplomové práce je prostřednictvím dotazníkového šetření posoudit úroveň znalostí žáků 6. a 9. tříd vybraných ZŠ v Domažlicích v oblasti první pomoci a zjistit nejčastější příčiny a okolnosti vedoucí k úrazům při tělesné výchově. Průzkumu se zúčastnilo celkem 93 respondentů, od kterých bylo získáno 88 validních dotazníků. Na základě analýzy výsledků tohoto šetření a potvrzení či vyvrácení hypotéz vyslovujeme následující závěry: Úrazy se častěji v hodinách tělesné výchovy stávají dívkám. Úrazy se nejčastěji stávají při nácviu nových pohybových dovedností a při sportovních hrách s míčem. Znalosti první pomoci se zkvalitňují s rostoucím věkem respondentů a jsou na poměrně dobré úrovni. Z celkového počtu si 83 % dotázaných myslí, že zná zásady první pomoci.

KLÍČOVÁ SLOVA

První pomoc, úraz, tělesná výchova, základní škola, starší školní věk

SUMMARY

The diploma thesis deals with the problems of first aid and injuries in physical education at primary school. The aim of this thesis is to assess the level of knowledge of pupils attending the 6th and 9th grades of selected primary schools in the area of first aid. Questionnaires were sent to pupils to find out the most frequent causes and conditions leading to injuries during physical education lessons at school. The survey were sent to 93 respondents. Out of this number, 88 questionnaires were recovered and evaluated. Based on the analysis of the results of this investigation, we conclude the following: The injuries becoming more often to girls than boys during physical education lessons. Injuries are usually occurring during the training of new motor skills and sports games with the ball. First aid knowledge is improving with increasing age of respondents and it seems that the knowledge of first aid is relatively good. Almost 83 percent of respondents think they can give first aid.

KEY WORDS

First aid, injury, physical education, primary school, older school age

SEZNAM POUŽITÝCH ZDROJŮ

- 1) BYDŽOVSKÝ, Jan. *Předlékařská první pomoc*. Praha: Grada, 2011. Zdraví & životní styl. ISBN 978-80-247-2334-1.
- 2) BYDŽOVSKÝ, Jan. *První pomoc*. 2. přeprac. vyd. Praha: Grada, 2004. Zdraví & životní styl. ISBN 80-247-0680-6.
- 3) ČERNÁ, Libuše a Zdeňka KUBÍKOVÁ. *Zdravý životní styl ve školách z pohledu bezpečnosti: textová opora k semináři*. Brno: Masarykova univerzita, 2011. ISBN 978-80-210-5548-3.
- 4) GÁJER, Samuel a Bohuš HATIAR. *Športová gymnastika*. Bratislava: Slovenské pedagogické nakladateľstvo, 1962. Vysokoškolské učebné texty (Slovenské pedagogické nakladateľstvo).
- 5) GRIVNA, Michal. *Dětské úrazy a možnosti jejich prevence*. Praha: Centrum úrazové prevence UK 2. LF a FN Motol, 2003. ISBN 80-239-2063-4.
- 6) KELNAROVÁ, Jarmila. *První pomoc I: pro studenty zdravotnických oborů*. 2., přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada, 2012. Sestra (Grada). ISBN 978-80-247-4199-4.
- 7) LIBRA, Josef. *Teorie a metodika sportovní gymnastiky*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1971.
- 8) MARÁDOVÁ, Eva. *Ochrana dětí v každodenní práci školy*. Praha: Vzdělávací institut ochrany dětí, 2007. ISBN 978-80-86991-33-7.
- 9) PÁVKOVÁ, Jiřina. *Pedagogika volného času: [teorie, praxe a perspektivy výchovy mimo vyučování a zařízení volného času]*. Vyd. 4. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-423-6.
- 10) PILNÝ, Jaroslav. *Úrazy ve sportu a jak jim předcházet*. Druhé, rozšířené a doplněné vydání. Praha: Grada Publishing, 2018. ISBN 978-80-271-0757-5.
- 11) RŮŽIČKOVÁ, Věra. *Sportovní gymnastika žen*. Praha: Tělovýchovná škola českého ústředního výboru ČSTV, 1978.

- 12) TOŠOVSKÝ, Václav. *Chraňme děti před úrazy: prevence úrazů dětí a mládeže*. Praha-východ [Dobřejovice]: Alfa-Omega, 2006. Odborná a populárně-naučná literatura. ISBN 80-86318-79-6.
- 13) KOLEKTIV. *Zdravotník zotavovacích akcí*. 5., přeprac. vyd. Praha: Český červený kříž, 2008. ISBN 978-80-87036-25-9.

SEZNAM POUŽITÝCH INTERNETOVÝCH ZDROJŮ

- 1) FRANĚK, Ondřej. *První pomoc a právo*. 2014. [online]. [cit. 2019-02-17]. Dostupné z: https://zachrannaslužba.cz/prvni_pomoc/2013_prvni_pomoc_pravo.pdf
- 2) HOTOVCOVÁ, Zuzana. *Školní úrazy při hodinách tělesné výchovy na 1. stupni základní školy*. Diplomová práce (Mgr.) - Univerzita Karlova v Praze, Pedagogická fakulta, Katedra tělesné výchovy, Praha, 2015, 81s.
- 3) JINDRÁČEK, František. *Metodický list - učitel tělesné výchovy mezi §§ (zpracováno dle připomínek účastníků vzdělávacího programu)*. Cheb, 2011. Dostupné z: <http://www.ddmcheb.cz/esf-dokumenty-ke-stazeni/>
- 4) MŠMT. *Školský zákon*. 2019. [online]. [cit. 2019-01-17]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/dokumenty-3/skolsky-zakon>
- 5) MŠMT. *Metodický pokyn k zajištění bezpečnosti a ochrany zdraví dětí, žáků a studentů ve školách a školských zařízeních zřizovaných Ministerstvem školství, mládeže a tělovýchovy č.j. 37 014/2005-25*. Řízení školy, 2006. [online]. [cit. 2019-03-05]. Dostupné z: <http://www.msmt.cz/dokumenty/metodicky-pokyn-k-zajisteni-bezpecnosti-a-ochrany-zdravi-deti-zaku-a-studentu-ve-skolach-a-skolskych-zarizenich-zrizovanych-ministerstvem-skolstvi-mladeze-a-telovychovy>
- 6) Ministerstvo vnitra České republiky. *Sbírka zákonů*. 2019. [online]. [cit. 2019-02-17]. Dostupné z: <https://www.mvcr.cz/clanek/sbirka-zakonu.aspx>
- 7) Ministerstvo zdravotnictví České republiky. *Národní akční plán prevence dětských úrazů*. 2019. [online]. [cit. 2019-03-09]. Dostupné z: <http://www.mzcr.cz/Pages/523-narodni-akcni-plan-prevence-detskych-urazu.html>

- 8) Národní ústav pro vzdělávání. *Rámcové vzdělávací programy*. 2019. [online]. [cit. 2019-03-17]. Dostupné z: <http://www.nuv.cz/t/rvp>
- 9) TŘEŠŇÁKOVÁ, Lenka. *Návrh a realizace činností pro mladší školní věk vhodných k osvojení základů první pomoci*. Diplomová práce (Mgr.) – Západočeská univerzita v Plzni, Pedagogická fakulta, Katedra tělesné výchovy a sportu, Plzeň, 2017, 103s.
- 10) WILLERTOVÁ, Kamila. *Školní úrazy a jejich evidence*. Bakalářská práce (Bc.) - Univerzita Palackého v Olomouci, Pedagogická fakulta, Ústav pedagogiky a sociálních studií, Olomouc, 2010, 58s.
- 11) Západočeská univerzita v Plzni, Fakulta Pedagogická, Katedra tělesné a sportovní výchovy. *Právní podmínky, bezpečnost*. Plzeň, 2010. [online]. [cit. 2019-03-21]. Dostupné z: <http://tv4.ktv-plzen.cz/pravni-podminky-bezpecnost.html>
- 12) Zdravotnická záchranná služba Plzeňského kraje. *Manuál základní první pomoci*. 2019. [online]. [cit. 2019-02-20]. Dostupné z: <http://www.zzspk.cz/prvni-pomoc/manual-zakladni-prvni-pomoci.html>

SEZNAM OBRÁZKŮ, TABULEK A GRAFŮ

SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 – Celkové vyhodnocení dotazníku první pomoci.....	65
---	----

SEZNAM GRAFŮ

Graf 1 - Procentuální znázornění odpovědí na první otázku.....	27
Graf 2 - Procentuální znázornění odpovědí na druhou otázku	27
Graf 3 - Procentuální znázornění odpovědí na třetí otázku.....	28
Graf 4 - Procentuální znázornění odpovědí na čtvrtou otázku	29
Graf 5 - Procentuální znázornění odpovědí na pátou otázku	29
Graf 6 - Procentuální znázornění odpovědí na šestou otázku	30
Graf 7 - Procentuální znázornění odpovědí na sedmou otázku	31
Graf 8 - Procentuální znázornění odpovědí na osmou otázku.....	31
Graf 9 - Procentuální znázornění odpovědí na devátou otázku.....	32
Graf 10 - Procentuální znázornění odpovědí na desátou otázku	33
Graf 11 - Procentuální znázornění odpovědí na jedenáctou otázku	33
Graf 12 - Procentuální znázornění odpovědí na třetí otázku.....	34
Graf 13 - Procentuální znázornění odpovědí na čtvrtou otázku	35
Graf 14 - Procentuální znázornění odpovědí na pátou otázku	35
Graf 15 - Procentuální znázornění odpovědí na šestou otázku	36
Graf 16 - Procentuální znázornění odpovědí na sedmou otázku	37
Graf 17 - Procentuální znázornění odpovědí na osmou otázku.....	37
Graf 18 - Procentuální znázornění odpovědí na devátou otázku.....	38
Graf 19 - Procentuální znázornění odpovědí na desátou otázku	39
Graf 20 - Procentuální znázornění odpovědí na jedenáctou otázku	39
Graf 21 - Procentuální znázornění odpovědí na třetí otázku.....	40
Graf 22 - Procentuální znázornění odpovědí na čtvrtou otázku	41
Graf 23 - Procentuální znázornění odpovědí na pátou otázku	42

Graf 24 - Procentuální znázornění odpovědí na šestou otázku	42
Graf 25 - Procentuální znázornění odpovědí na sedmou otázku	43
Graf 26 - Procentuální znázornění odpovědí na osmou otázku.....	43
Graf 27 - Procentuální znázornění odpovědí na devátou otázku.....	44
Graf 28 - Procentuální znázornění odpovědí na desátou otázku	45
Graf 29 - Procentuální znázornění odpovědí na jedenáctou otázku	45
Graf 30 - Procentuální znázornění odpovědí na první otázku.....	46
Graf 31 - Procentuální znázornění odpovědí na druhou otázku	47
Graf 32 - Procentuální znázornění odpovědí na třetí otázku.....	47
Graf 33 - Procentuální znázornění odpovědí na čtvrtou otázku	48
Graf 34 - Procentuální znázornění odpovědí na pátou otázku	49
Graf 35 - Procentuální znázornění odpovědí na šestou otázku	49
Graf 36 - Procentuální znázornění odpovědí na sedmou otázku.....	50
Graf 37 - Procentuální znázornění odpovědí na osmou otázku.....	51
Graf 38 - Procentuální znázornění odpovědí na devátou otázku.....	51
Graf 39 - Procentuální znázornění odpovědí na desátou otázku	52
Graf 40 - Procentuální znázornění odpovědí na první otázku.....	53
Graf 41 - Procentuální znázornění odpovědí na druhou otázku	54
Graf 42 - Procentuální znázornění odpovědí na třetí otázku.....	54
Graf 43 - Procentuální znázornění odpovědí na čtvrtou otázku	55
Graf 44 - Procentuální znázornění odpovědí na pátou otázku	56
Graf 45 - Procentuální znázornění odpovědí na šestou otázku	56
Graf 46 - Procentuální znázornění odpovědí na sedmou otázku.....	57
Graf 47 - Procentuální znázornění odpovědí na osmou otázku.....	57
Graf 48 - Procentuální znázornění odpovědí na devátou otázku.....	58
Graf 49 - Procentuální znázornění odpovědí na desátou otázku	58
Graf 50 - Procentuální znázornění odpovědí na první otázku.....	59
Graf 51 - Procentuální znázornění odpovědí na druhou otázku	60
Graf 52 - Procentuální znázornění odpovědí na třetí otázku.....	60

Graf 53 - Procentuální znázornění odpovědí na čtvrtou otázku	61
Graf 54 - Procentuální znázornění odpovědí na pátou otázku	62
Graf 55 - Procentuální znázornění odpovědí na šestou otázku	62
Graf 56 - Procentuální znázornění odpovědí na sedmou otázku	63
Graf 57 - Procentuální znázornění odpovědí na osmou otázku	63
Graf 58 - Procentuální znázornění odpovědí na devátou otázku	64
Graf 59 - Procentuální znázornění odpovědí na desátou otázku	65
Graf 60 - Procentuální znázornění známek pro 6. třídu	66
Graf 61 - Procentuální znázornění známek pro 9. třídu	67
Graf 62 - Procentuální znázornění známek pro chlapce	67
Graf 63 - Procentuální znázornění známek pro dívky	68

PŘÍLOHY


Příloha 1 – Vzor formuláře záznamu o úrazu dítěte, žáka a studenta

Vzor formuláře záznamu o úrazu dítěte, žáka a studenta

Právnícká osoba vykonávající činnost školy nebo školského zařízení (název, sídlo, IČ):		ZÁZNAM O ÚRAZU (DÍTĚTE, ŽÁKA, STUDENTA)	
Škola, školské zařízení (např. ZŠ, SŠ):			
Jméno a příjmení zraněného:		Datum narození:	Třída, ročník:
Místo trvalého pobytu zraněného:	Jméno, příjmení a místo trvalého pobytu zákonného zástupce:		
Datum úrazu:	Čas:	Místo:	Zákonný zástupce vyrozuměn: Datum: Čas: Způsob:
Zdravotnické zařízení, kde byl zraněný ošetřen, léčen:		Šlo o úraz smrtelný? Datum úmrtí:	
Popis události:		Druh činnosti: 1. vyučovací hodina 2. přestávka 3. praktické vyučování nebo praktická příprava 4. péstitelské práce, praktické činnosti a dílny 5. tělesná výchova – skupinová činnost 6. tělesná výchova – individuální činnost 7. školní výlet 8. sportovní akce a soutěže 9. kurzy plavání, lyžování a sportovně-turistické kurzy 10. jiné činnosti	
Zraněná část těla:			
Předpokládaná příčina úrazu:			
Lze předpokládat zavinění zraněného/jiné osoby?: Věc, kterou bylo zranění bezprostředně způsobeno:			
Preventivní opatření, které mělo úrazu předejít a bylo školou nebo školským zařízením přijato v době před úrazem:			
Byl úraz způsoben nebo ovlivněn jinou osobou (jméno, příjmení, místo trvalého pobytu) či vznikl následkem spolupůsobení přírodních živlů nebo zvířat?			
Jména, příjmení a podpisy svědků:			
Datum sepsání záznamu:	Jméno, příjmení, funkce a podpis osoby vykonávající dohled v době úrazu:	Podpis zraněného (umožňuje-li to jeho stav):	Jméno, příjmení a podpis vedoucího zaměstnance, razítko:
Aktualizace Datum:	Byla poskytnuta náhrada za bolest? Byla poskytnuta náhrada za ztížení společenského uplatnění? Jedná se o úraz smrtelný? Datum úmrtí:		Jméno, příjmení a podpis vedoucího zaměstnance, razítko:


Příloha 2 – Vzor dotazníku pro žáky na druhém stupni ZŠ (1. strana dotazníku)

DOTAZNÍK - ÚRAZY VE ŠKOLNÍ TĚLESNÉ VÝCHOVĚ

<p>1. Jsi: a) dívka b) chlapec</p>	<p>2. Chodíš do: a) 6. třídy b) 9. třídy</p>
<p>3. Už se Ti někdy stal úraz v hodině tělocviku? a) ano v tělocviku b) v tělocviku ne, ale na tréninku nebo sportovním kroužku ano c) úraz jsem měl, ale ne při sportu d) nikdy jsem žádný úraz neměl (pokračuj na druhou stránku dotazníku)</p>	<p>4. Pokud se Ti v tělocviku stal úraz, bylo to: a) vevnitř v tělocvičně b) venku na hřišti c) v bazénu d) na lyžařském kurzu e) na atletickém stadionu f) ostatní</p> 
<p>5. Na které části těla jsi úraz měl? a) horní končetina (ruka) b) dolní končetina (noha) c) hlava d) krk, trup (tělo = záda, břicho, hrudník)</p>	<p>6. Kdo Ti při úrazu poskytl první pomoc? a) první pomoc jsem si poskytl sám b) spolužák/spolužáci c) učitel TV e) rodiče d) trenér f) ostatní</p>
<p>7. Bylo potřeba volat rychlou záchrannou službu/sanitku? a) ano b) ne c) přijeli si pro mě rodiče</p>	<p>8. Byl jsi s úrazem hospitalizován v nemocnici? a) ano b) ne c) jen mě ošetřili</p>
<p>9. Při jakém sportu se Ti úraz stal? a) sportovní hry s míčem b) lyžování/snowboard c) tanec, bojové sporty d) gymnastika e) atletika g) kolo, běh f) plavání h) ostatní</p>	<p>10. O jakou se jednalo činnost? a) rozcvička b) nácvik nové pohybové dovednosti c) posilování d) překážková dráha e) v šatně g) hra f) při zlobení h) ostatní</p>
<p>11. O jaký úraz šlo: a) odřenina d) tržná rána, krvácení b) pohmoždění, podvrtnutí, vykloubení e) otřes mozku, náraz hlavou c) zlomenina f) krvácení z nosu</p>	

Příloha 3 – Vzor dotazníku pro žáky na druhém stupni ZŠ (2. strana dotazníku)


DOTAZNÍK - 1. POMOC

<p>1. Myslíš si, že znáš zásady první pomoci?</p> <p>a) ano</p> <p>b) ne</p>	<p>2. Už jsi někdy někomu poskytoval první pomoc?</p> <p>a) ano</p> <p>b) ne</p>
<p>3. Jaké je telefonní číslo na rychlou záchrannou službu?</p> <p>a) č. 150</p> <p>b) č. 155</p> <p>c) č. 158</p> 	<p>4. Co uděláš, když uvidíš zraněného člověka?</p> <p>a) okamžitě zavolám rychlou záchrannou službu</p> <p>b) pokusím se mu poskytnout první pomoc a vyhodnotím, co mu je</p> <p>c) uteču hledat lékárníčku</p>
<p>5. Jak poznáš tepenné krvácení?</p> <p>a) krev kape a je jasně červená</p> <p>b) krev vytéká a je tmavě červená</p> <p>c) krev vystřikuje, pulsuje a je jasně červená</p>	<p>6. Co uděláš při krvácení z nosu spolužáka?</p> <p>a) zakloním mu hlavu a na čelo a nos přiložím studený obklad</p> <p>b) řeknu mu, aby se vysmrkal</p> <p>c) posadím ho, předkloním mu hlavu a zmáčknou měkké části nosu</p>
<p>7. Život je bezprostředně ohrožen, když postižený:</p> <p>a) leží, nehýbe se, ale vidím, jak se mu zvedá hrudník a břicho</p> <p>b) křičí, že umírá a dožaduje se okamžité pomoci</p> <p>c) leží, nehýbe se, nereaguje, nedýchá</p>	<p>8. Jaké stavy ohrožují život?</p> <p>a) rýma, kašel, nachlazení</p> <p>b) bolest hlavy, zlomená ruka, výron</p> <p>c) zástava dechu, bezvědomí, masivní krvácení</p> <p>d) nechutenství, bolest žaludku, malá popálenina</p>
<p>9. Jaký je poměr stlačení hrudníku a vdechů při resuscitaci člověka?</p> <p>a) 30 ku 2</p> <p>b) 10 ku 2</p> <p>c) 15 ku 5</p>	<p>10. V čem spočívá první pomoc u podvrtnutí kotníku?</p> <p>a) spolužáka podpírám a snažím se ho i přes bolest rozhybat</p> <p>b) otok a bolest zmírním chlazením a podložením postižené části nohy</p> <p>c) postižené místo pevně zavážu obvazem</p>

Děkuji za vyplnění a doufám, že se Vám úrazy budou vyhýbat.


Příloha 4 – Vyplněný dotazník od žákyně z deváté třídy (1. strana dotazníku)

DOTAZNÍK - ÚRAZY VE ŠKOLNÍ TĚLESNÉ VÝCHOVĚ

<p>1. Jsi: <input checked="" type="radio"/> a) dívka b) chlapec</p>	<p>2. Chodíš do: a) 6. třídy <input checked="" type="radio"/> b) 9. třídy</p>
<p>3. Už se Ti někdy stal úraz v hodině tělocviku? <input checked="" type="radio"/> a) ano v tělocviku b) v tělocviku ne, ale na tréninku nebo sportovním kroužku ano c) úraz jsem měl, ale ne při sportu d) nikdy jsem žádný úraz neměl (pokračuj na druhou stránku dotazníku)</p>	<p>4. Pokud se Ti v tělocviku stal úraz, bylo to: <input checked="" type="radio"/> a) vevnitř v tělocvičně b) venku na hřišti c) v bazénu d) na lyžařském kurzu e) na atletickém stadionu f) ostatní</p> 
<p>5. Na které části těla jsi úraz měl? a) horní končetina (ruka) <input checked="" type="radio"/> b) dolní končetina (noha) c) hlava d) krk, trup (tělo = záda, břicho, hrudník)</p>	<p>6. Kdo Ti při úrazu poskytl první pomoc? a) první pomoc jsem si poskytl sám b) spolužák/spolužáci <input checked="" type="radio"/> c) učitel TV e) rodiče d) trenér f) ostatní</p>
<p>7. Bylo potřeba volat rychlou záchrannou službu/sanitku? a) ano <input checked="" type="radio"/> b) ne c) přijeli si pro mě rodiče</p>	<p>8. Byl jsi s úrazem hospitalizován v nemocnici? a) ano <input checked="" type="radio"/> b) ne c) jen mě ošetřili</p>
<p>9. Při jakém sportu se Ti úraz stal? <input checked="" type="radio"/> a) sportovní hry s míčem b) lyžování/snowboard c) tanec, bojové sporty d) gymnastika e) atletika g) kolo, běh f) plavání h) ostatní</p>	<p>10. O jakou se jednalo činnost? a) rozcvička b) nácvik nové pohybové dovednosti c) posilování d) překážková dráha e) v šatně <input checked="" type="radio"/> g) hra f) při zlobení h) ostatní</p>
<p>11. O jaký úraz šlo: a) odřenina d) tržná rána, krvácení <input checked="" type="radio"/> b) pohmoždění, podvrtnutí, vykloubení e) ořes mozku, náraz hlavou c) zlomenina f) krvácení z nosu</p>	

Příloha 5 – Vyplněný dotazník od žákyně z deváté třídy (2. strana dotazníku)

DOTAZNÍK - 1. POMOC

<p>1. Myslíš si, že znáš zásady první pomoci?</p> <p><input checked="" type="radio"/> a) ano</p> <p><input type="radio"/> b) ne</p>	<p>2. Už jsi někdy někomu poskytoval první pomoc?</p> <p><input checked="" type="radio"/> a) ano</p> <p><input type="radio"/> b) ne</p>
<p>3. Jaké je telefonní číslo na rychlou záchrannou službu?</p> <p>a) č. 150</p> <p><input checked="" type="radio"/> b) č. 155</p> <p>c) č. 158</p> 	<p>4. Co uděláš, když uvidíš zraněného člověka?</p> <p>a) okamžitě zavolám rychlou záchrannou službu</p> <p><input checked="" type="radio"/> b) pokusím se mu poskytnout první pomoc a vyhodnotím, co mu je</p> <p>c) uteču hledat lékárníčku</p>
<p>5. Jak poznáš tepenné krvácení?</p> <p>a) krev kape a je jasně červená</p> <p>b) krev vytéká a je tmavě červená</p> <p><input checked="" type="radio"/> c) krev vystřikuje, pulsuje a je jasně červená</p>	<p>6. Co uděláš při krvácení z nosu spolužáka?</p> <p>a) zakloním mu hlavu a na čelo a nos přiložím studený obklad</p> <p>b) řeknu mu, aby se vysmrkal</p> <p><input checked="" type="radio"/> c) posadím ho, předkloním mu hlavu a zmáčknou měkké části nosu</p>
<p>7. Život je bezprostředně ohrožen, když postižený:</p> <p>a) leží, nehýbe se, ale vidím, jak se mu zvedá hrudník a břicho</p> <p>b) křičí, že umírá a dožaduje se okamžité pomoci</p> <p><input checked="" type="radio"/> c) leží, nehýbe se, nereaguje, nedýchá</p>	<p>8. Jaké stavy ohrožují život?</p> <p>a) rýma, kašel, nachlazení</p> <p>b) bolest hlavy, zlomená ruka, výron</p> <p><input checked="" type="radio"/> c) zástava dechu, bezvědomí, masivní krvácení</p> <p>d) nechutenství, bolest žaludku, malá popálenina</p>
<p>9. Jaký je poměr stlačení hrudníku a vdechů při resuscitaci člověka?</p> <p><input checked="" type="radio"/> a) 30 ku 2</p> <p>b) 10 ku 2</p> <p>c) 15 ku 5</p>	<p>10. V čem spočívá první pomoc u podvrtnutí kotníku?</p> <p>a) spolužáka podpírám a snažím se ho i přes bolest rozhýbat</p> <p><input checked="" type="radio"/> b) otok a bolest zmírním chlazením a podložním postiženou částí nohy</p> <p>c) postižené místo pevně zavažu obvazem</p>

Děkuji za vyplnění a doufám, že se Vám úrazy budou vyhýbat.