

NIE TRACĆ CZASU

2

**“ NIE TRACĆ CZASU
- tak to było...”**

To druga część poradnika dla opiekunów Młodzieżowych Drużyn Pożarniczych. Tym razem jest to zbiór scenariuszy zawierających podstawowe zagadnienia wraz z teorią które mogą posłużyć jako baza do przeprowadzenia zajęć szkoleniowych dla dzieci i młodzieży. Wszystkie zawarte założenia są inspiracją. Scenariusze można dowolnie modyfikować i rozbudować według potrzeb oraz możliwości drużyny odpowiednio dostosowując poziom trudności.

*Łodygowice, 2023 r.
W.D. Kania*



Krótką instrukcją jak “czytać” scenariusze

KROK 1.

Każdy scenariusz rozpoczyna się od hasła które opisuje tematykę z którą jest związany

KROK 2.

Następnie znajdziemy blok z gotowymi notatkami dla opiekuna - jest to skrót informacji potrzebnych do przeprowadzenia zbiórki (zawarte treści można dowolnie rozszerzać o bardziej szczegółową wiedzę lub ciekawostki)

KROK 3.

Kolejnym elementem jest tabela z przykładowymi pytaniami które można zadać podczas dyskusji z grupą

KROK 4.

Na końcu znajdziemy propozycje ćwiczeń utrwalających zdobytą wiedzę



Nie wszystkie zajęcia muszą być szkoleniowe! Warto organizować zbiórki integracyjne. Można je realizować w ciągu roku odnosząc się do świąt i różnego rodzaju uroczystości zgodnie z kalendarzem. Integracja grupy powinna być przede wszystkim dobrą zabawą, dzięki której członkowie lepiej się poznają. Zbiórka ma dostarczyć im pozytywnych wrażeń i niezapomnianych wspomnień.

LUTY

“Tłusty czwartek”

- ❖ warsztaty kulinarne: smażenia pączków, faworków
- ❖ dodatkowo podczas spotkania można przeprowadzić krótkie omówienie tematyki związanej z bezpieczeństwem podczas pracy w kuchni

MARZEC / KWIECIEŃ

“Okres Wielkanocny”

- ❖ przygotowanie wspólnej strażackiej palmy
- ❖ warsztaty plastyczne: tworzenie laurek wielkanocnych, kwiatów z bibuły, ozdabianie pisanek
- ❖ zbiórka z wodą czyli ćwiczenia z rozwinięcia linii, bitwa na wodne balony
- ❖ kiermasz

* w zależności od regionu ciekawą tradycją jest stworzenie Marzanny z okazji pierwszego dnia wiosny

MAJ

“Dzień Strażaka”

- ❖ przygotowanie materiałów oraz stworzenie gazetki z historią jednostki
- ❖ zbiórka poświęcona przeglądaniu starych kronik i historii jednostki
- ❖ zbudowanie makiety remizy oraz wozów bojowych
- ❖ odwzorowanie starej fotografii
- ❖ ognisko integracyjne dla drużyny
- ❖ nagranie filmiku z życzeniami dla strażaków



CZERWIEC

“Dzień Dziecka”

- ❖ zbiórka z planszówkami, noc filmowa
- ❖ dodatkowo można połączyć to z integracją z drużyną z innej jednostki

LISTOPAD

“Wszystkich Świętych”

- ❖ wizyta na grobach zmarłych strażaków
- ❖ przygotowanie zniczy z etykietą/naklejką lub stroików

“Halloween”

- ❖ warsztaty z tworzenia sztucznych ran oraz omówienie sposobu ich opatrywania i zabezpieczania
- ❖ warsztaty z tworzenia karmników dla ptaków
- ❖ warsztaty z tworzenia halloweenowej dyni

“Andrzejką”

- ❖ wieczór z wróżbami
- ❖ przebierana zabawa taneczna
- ❖ dodatkowo można połączyć to z integracją z drużyną z innej jednostki

GRUDZIEŃ

“Okres Bożonarodzeniowy”

- ❖ warsztaty kulinarne: pieczenie pierniczek
- ❖ warsztaty plastyczne: tworzenie kartek bożonarodzeniowych, ozdabianie bombek, przygotowanie ozdób na choinkę
- ❖ stworzenie strażackiej choinki
- ❖ spotkanie wigilijne dla drużyny, wspólne kolędowanie



TEMATYKA SPOTKANIA:

OPARZENIA

OMÓWIENIE TEMATU

Omówienie rodzaju oparzeń ze względu na pochodzenie oraz sposób udzielania pierwszej pomocy

TERMICZNE powstaje w wyniku działania energii cieplnej pochodzącej od ognia, cieczy (woda, gorące napoje), gazów (para wodna) lub ciał stałych (rozgrzany metal). Do oparzenia dochodzi przy temperaturze 42°C lub większej.

Pierwsza pomoc przy oparzeniach termicznych

- Odetnij źródło energii i upewnij się, że ani tobie, ani poszkodowanemu nie zagraża niebezpieczeństwo.
- Ranę schładzaj wodą – przez 15 minut okolice oparzenia polewaj wodą o temperaturze 15–20°C (nie bezpośrednio, powyżej rany oparzeniowej, z wysokości kilkunastu centymetrów).
- Ranę zabezpieczyć opatrunkiem sterylnym.
- Usuń odzież i biżuterię z oparzonych kończyn.
- Jeśli istnieje podejrzenie oparzenia dróg oddechowych lub poszkodowany stracił przytomność, należy wezwać pogotowie.

CHEMICZNE powstają w wyniku kontaktu ze żrącymi substancjami chemicznymi (środki czystości, udrażniacze sanitarne, wybielacze, kwasy, zasady, substancje toksyczne)

Pierwsza pomoc przy oparzeniach chemicznych

- Upewnij się, że ty i poszkodowany jesteście bezpieczni. Udzielając pomocy, stosuj środki ochronne – rękawice, maskę.
- W przypadku skażeń powietrza w pomieszczeniu wyłącz wentylację i/lub klimatyzację, opuść pomieszczenie, osłaniaj drogi oddechowe. Wezwij pomoc.
- W sytuacji objęcia skażeniem budynków konieczne jest odcięcie systemów wentylacji oraz klimatyzacji. Nie wolno dopuścić do przedostania się niebezpiecznych substancji do dróg oddechowych; trzeba jak najszybciej się ewakuować.
- Substancję będącą źródłem oparzenia należy usunąć letnią, bieżącą wodą – wyjątkiem jest tlenek wapnia, który wchodzi w reakcję z wodą, dlatego najpierw trzeba usunąć go mechanicznie.
- Rana/oparzelina powinna zostać opatrzona sterylnym opatrunkiem.
- W przypadku zanieczyszczenia oczu należy je obficie płukać wodą; w przypadku połknięcia substancji należy wypić dużą ilość wody niegazowanej; w obu przypadkach oraz w przypadku oparzeń chemicznych powłok należy wezwać pogotowie ratunkowe lub pilnie zgłosić się na najbliższy SOR.
- W każdym z powyższych przypadków należy ustalić, jaka substancja spowodowała oparzenie, i przekazać informację służbom medycznym (zachowaj opakowanie, ulotkę produktu itp.).



ELEKTRYCZNE powstałe w wyniku przepływu znacznego prądu elektrycznego przez ciało na skutek zetknięcia ze źródłem energii elektrycznej.

Skutki oparzeń elektrycznych są uzależnione od tego, czy był to prąd stały, czy naprzemienny, jaka była jego częstotliwość, napięcie, natężenie, a także od tego, którędy prąd przepłynął przez ciało poszkodowanego (najgroźniejsze jest porażenie, którego droga przebiega przez okolice serca i układu oddechowego).

Ważny jest również czas ekspozycji na działanie prądu, powierzchnia styku skóry z przewodnikiem, temperatura oraz wilgotność skóry.

Wyróżniamy również oparzenia od łuku elektrycznego. W tego rodzaju oparzeniu prąd nie przechodzi bezpośrednio przez poszkodowanego. Do oparzenia dochodzi w wyniku wysokiej temperatury wytworzonej przez łuk i na skutek zapłonu odzieży osoby rannej.

Pierwsza pomoc przy oparzeniach elektrycznych

- Upewnij się, że ani tobie, ani poszkodowanemu nic nie zagraża.
- Ustal, czy poszkodowany nie ma kontaktu ze źródłem prądu (jeśli nadal ma, przesuń go, używając przedmiotu nieprzewodzącego prądu); o ile to możliwe i bezpieczne, odłącz zasilanie.
- Oceń stan poszkodowanego, wezwij pogotowie i kontynuuj udzielanie pomocy.
- Osoby oparzone prądem wymagają hospitalizacji

RADIACYJNE są wynikiem działania promieniowania

Oparzenia słoneczne, tzw. rumień posłoneczny, to efekt nadmiernej ekspozycji na działanie promieni UV. Pojawiają się już kilka godzin po przedawkowaniu promieniowania. Towarzyszy im ból, pieczenie i zaczerwienienie skóry, a czasami także gorączka, dreszcze, nudności, wymioty.

W tej grupie możemy również wyróżnić oparzenie promieniami jonizującymi. Do urazów tego typu może dojść w wyniku ekspozycji na promieniowanie, np. z wadliwych lub wadliwie zabezpieczonych napromienników produktów spożywczych, urządzeń sterylizacyjnych, urządzeń do radioterapii lub fluoroskopii, a także przy pracach z wykorzystaniem radiacyjnego pomiaru głębokości.

Najczęstszym i powszechnym rodzajem oparzenia radiacyjnego jest oparzenie słoneczne. Poza nim można się spotkać ze zmianami popromiennymi na skórze po radioterapiach. Oparzenie ma postać zaczerwienienia, zmiany zabarwienia skóry, tzw. „pajęczków”, stwardnienia skóry, bliznowacenia. W zależności od nasilenia objawów skóra może się łuszczyć; zdarza się, że występują obrzęki, pęcherze, ból. W najostrejszych przypadkach dochodzi do zaników skóry, owrzodzenia, zmian ropnych, martwicy powierzchniowej, krwawień spowodowanych urazem. Czasami ma miejsce całkowita martwica i samoistne krwawienia. Odczyn popromienny nie jest zdarzeniem nagłym, więc postępowania w przypadku jego wystąpienia nie należy określać jako „pierwszej pomocy”.



Osoby z oparzeniem po radioterapiach powinny:

- nawadniać organizm,
- unikać palenia papierosów i spożywania alkoholu,
- unikać ekspozycji na promieniowanie UV (opalanie naturalne i w solariach) – przynajmniej przez rok po zakończeniu radioterapii,
- stosować preparaty natłuszczające w bardzo delikatny sposób,
- nosić luźne ubrania i bieliznę, które nie podrażniają skóry.

Większość z nas spotkała się z pewnością z oparzeniami słonecznymi. Nie należy ich bagatelizować, ponieważ w poważniejszych przypadkach mogą być groźne dla zdrowia. Podobnie jak w przypadku oparzeń po radioterapii postępowanie przy oparzeniach słonecznych trudno nazywać udzielaniem pierwszej pomocy.

REGUŁA DŁONI - według niej powierzchnia dłoni osoby oparzonej odpowiada 1% łącznej powierzchni jej ciała. Reguła ta służy do oceny rozległości oparzeń ciała u osób dorosłych.

DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Co to znaczy oparzenie, być oparzoną?*
- ❖ *Czy ktoś kiedyś się oparzył, jak udzielono mu wtedy pomocy?*
- ❖ *Jakie rodzaje oparzeń znacie?*
- ❖ *Jak udzielamy pomocy osobie poparzonej?*
- ❖ *Czego nie wolno robić przy oparzeniach?*



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: WYKLEJANKA

CEL: Usystematyzowanie nazewnictwa związanego z tematyką oparzeń

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- wydrukowane plansze z rodzajami oparzeń dla uczestników
- wydrukowane karteczki z opisem dla uczestników
- nożyczki
- klej

ZASADY:

Każdy otrzymuje planszę z rodzajami oparzeń

Każdy otrzymuje planszę z opisem (elementy należy wycinać)

Zadanie polega na dopasowaniu oraz wyklejeniu planszy

DODATKOWO:

- planszę można wydrukować w formacie A3 i zrealizować zadanie w mniejszych zespołach, lub wydrukować w formacie A4 i realizować indywidualnie

<h3>TERMICZNE</h3> <p>Powstają w wyniku działania energii cieplnej pochodzącej od: ognia, cieczoj (woda, gorące napoje), gazów (para wodna) lub ciał stałych (rozgrzany metal).</p> <p>Odetnij źródło energii i upewnij się, że ani ty, ani poszkodowany nie zagraża niebezpieczeństwem.</p> <p>Rangę schładzaj wodą: - przez 15 minut - skłóć oparzenia polewaj wodą o temperaturze 15-20°C - nie bezpośrednio tylko powyżej rany oparzeniowej najlepiej z wysokości kilkunastu centymetrów</p> <p>Rang zabezpiecz patrunkiem sterylnym.</p> <p>Unik odzieży i bielizny z oparzonych kończyn.</p>	<h3>ELEKTRYCZNE</h3> <p>Powstają w wyniku przepływu znacznego prądu elektrycznego przez ciało na skutek zetknięcia ze źródłem energii elektrycznej.</p> <p>Upewnij się, że ani ty, ani poszkodowany nie zagraża niebezpieczeństwem.</p> <p>Ustal, czy poszkodowany nie ma kontaktu ze źródłem prądu (jeśli nadal ma, przesuń go, używając przedmiotu nieprzewodzącego prądu); o ile to możliwe i bezpiecznie, odłącz zasilanie.</p>	
STOPNIE 1, 2, 3, 4	<h2>OPARZENIA</h2>	REGUŁA DŁONI 1%
<h3>CHEMICZNE</h3> <p>Powstają w wyniku kontaktu ze znacznymi substancjami chemicznymi (środki czystości, udrażniacze sanitarne, wybielacze, kwasy, zasady, substancje toksyczne).</p> <p>Upewnij się że ty i poszkodowany jesteście bezpieczni.</p> <p>Udzielając pomocy, stosuj środki ochronne w postaci maski i rękawiczek.</p> <p>W przypadku skażeń powietrza w pomieszczeniu wyłącz wentylację i/lub klimatyzację, opuść pomieszczenie, osłaniaj drogi oddechowe.</p> <p>Rang zabezpiecz patrunkiem sterylnym.</p> <p>W przypadku zanieczyszczenia oczu należy obficie płukać wodą; w przypadku połknięcia substancji należy wypić dużą ilość wody niegazowanej.</p>	<h3>RADIACYJNE</h3> <p>Są wynikiem działania promieniowania, np. oparzenia słoneczne, to efekt nadmiernej ekspozycji na działanie promieni UV.</p> <p>Osoby z oparzeniem po radioterapii powinny: - awantować oparzenie, - unikać ekspozycji na promieniowanie UV - stosować preparaty natłuszczające - nosić luźne ubrania które nie podrażniają skóry</p> <p>Upewnij się, że ani ty, ani poszkodowany nie zagraża niebezpieczeństwem.</p>	



TERMICZNE

Powstają w wyniku działania energii cieplnej pochodzącej od: ognia, cieczy (woda, gorące napoje), gazów (para wodna) lub ciał stałych (rozgrzany metal).



Odetnij źródło energii i upewnij się, że ani tobie, ani poszkodowanemu nie zagraża niebezpieczeństwo



Ranę schładzaj wodą:

- przez 15 minut
- okolice oparzenia polewaj wodą o temperaturze 15–20°C
- nie bezpośrednio tylko powyżej rany oparzeniowej najlepiej z wysokości kilkunastu centymetrów



Ranę zabezpiecz patrunkiem sterylnym.



Usuń odzież i biżuterię z oparzonych kończyn.

ELEKTRYCZNE



Powstają w wyniku przepływu znacznego prądu elektrycznego przez ciało na skutek zetknięcia ze źródłem energii elektrycznej



Upewnij się, że ani tobie, ani poszkodowanemu nie zagraża niebezpieczeństwo.



Ustal, czy poszkodowany nie ma kontaktu ze źródłem prądu (jeśli nadal ma, przesuń go, używając przedmiotu nieprzewodzącego prądu); o ile to możliwe i bezpieczne, odłącz zasilanie.



STOPNIE
1, 2, 3, 4

OPARZENIA

REGUŁA
DŁONI
1%



CHEMICZNE

Powstają w wyniku kontaktu ze żrącymi substancjami chemicznymi (środki czystości, udrażniacze sanitarne, wybielacze, kwasy, zasady, substancje toksyczne)



Upewnij się że ty i poszkodowany jesteście bezpieczni.

Udzielając pomocy, stosuj środki ochronne w postaci maski i rękawiczek.



W przypadku skażeń powietrza w pomieszczeniu wyłącz wentylację i/lub klimatyzację, opuść pomieszczenie, osłaniaj drogi oddechowe.



Ranę zabezpiecz patrunkiem sterylnym.

W przypadku zanieczyszczenia oczu należy obficie płukać wodą; w przypadku połknięcia substancji należy wypić dużą ilość wody niegazowanej



RADIACYJNE



Są wynikiem działania promieniowania, np. oparzenia słoneczne, to efekt nadmiernej ekspozycji na działanie promieni UV



Osoby z oparzeniem po radioterapiach powinny:
- nawadniać organizm,
- unikać ekspozycji na promieniowanie UV
- stosować preparaty natłuszczające
- nosić luźne ubrania które nie podrażniają skóry



Upewnij się, że ani tobie, ani poszkodowanemu nie zagraża niebezpieczeństwo.



TERMICZNE

ELEKTRYCZNE

OPARZENIA

CHEMICZNE

RADIACYJNE

Powstają w wyniku działania energii cieplnej pochodzącej od: ognia, ciecży (woda, gorące napoje), gazów (para wodna) lub ciał stałych (rozgrzany metal).



Odetnij źródło energii i upewnij się, że ani tobie, ani poszkodowanemu nie zagraża niebezpieczeństwo



Powstają w wyniku kontaktu ze żrącymi substancjami chemicznymi (środki czystości, drażniące sanitarne, wybielacze, kwasy, zasady, substancje toksyczne)



Powstają w wyniku przepływu znacznego prądu elektrycznego przez ciało na skutek zetknięcia ze źródłem energii elektrycznej



Są wynikiem działania promieniowania, np. oparzenia słoneczne, to efekt nadmiernej ekspozycji na działanie promieni UV



Upewnij się, że ani tobie, ani poszkodowanemu nie zagraża niebezpieczeństwo.



Upewnij się, że ani tobie, ani poszkodowanemu nie zagraża niebezpieczeństwo.



Ustal, czy poszkodowany nie ma kontaktu ze źródłem prądu (jeśli nadal ma, przesuń go, używając przedmiotu nieprzewodzącego prądu); o ile to możliwe i bezpieczne, odłącz zasilanie.



Ranę zabezpiecz patrunkiem sterylnym.



Ranę zabezpiecz patrunkiem sterylnym.

W przypadku skażeń powietrza w pomieszczeniu wyłącz wentylację i/lub klimatyzację, opuść pomieszczenie, osłaniaj drogi oddechowe.



Ranę schładzaj wodą:

- przez 15 minut
- okolice oparzenia polewaj wodą o temperaturze 15–20°C
- nie bezpośrednio tylko powyżej rany oparzeniowej najlepiej z wysokości kilkunastu centymetrów



Usuń odzież i biżuterię z oparzonych kończyn.



Osoby z oparzeniem po radioterapiach powinny:

- nawadniać organizm,
- unikać ekspozycji na promieniowanie UV
- stosować preparaty natłuszczające
- nosić luźne ubrania które nie podrażniają skóry



Upewnij się że ty i poszkodowany jesteście bezpieczni.

Udzielając pomocy, stosuj środki ochronne w postaci maski i rękawiczek.



**REGUŁA
DŁONI
1%**



**STOPNIE
1, 2, 3, 4**

W przypadku zanieczyszczenia oczu należy obficie płukać wodą; w przypadku połknięcia substancji należy wypić dużą ilość wody niegazowanej



**TEMATYKA SPOTKANIA:
ŁAŃCUCH PRZEŻYCIA**

OMÓWIENIE TEMATU

Skrót NZK oznacza nagłe zatrzymanie krążenia

Skrót AED oznacza automatyczny defibrylator zewnętrzny (Automated External Defibrillator) jest to urządzenie służące do przeprowadzenia defibrylacji u osoby, u której wystąpiło nagłe zatrzymanie krążenia

Łańcuch przeżycia - to sekwencja czynności, które należy wykonywać udzielając pierwszej pomocy osobie z zatrzymaniem krążenia. Wszystkie jego cztery elementy są równie ważne i gdy zabraknie chociaż jednego z nich, działania będą nieskuteczne.

1 ogniwo – rozpoznanie stanu zagrożenia życia na podstawie objawów, do których mogą należeć ból w klatce piersiowej, omdlenie czy utrata przytomności. W przypadku wystąpienia takich objawów należy wezwać pomoc, dzwoniąc na numer alarmowy. W momencie zatrzymania akcji serca ważne jest szybkie podjęcie resuscytacji krążeniowo-oddechowej.

2 ogniwo – wczesne rozpoczęcie resuscytacji krążeniowo-oddechowej. NZK rozpoznajemy, stwierdzając takie objawy jak: utrata świadomości (osoba poszkodowana nie reaguje na głos i dotyk), brak oddechu, brak tętna

Po stwierdzeniu NZK, rozpoczynamy uciskać klatkę piersiową na głębokość 1/3 cm w dolnej połowie mostka 30 razy, następnie zalecane jest wykonanie dwóch oddechów metodą usta-usta (u dzieci resuscytacja rozpoczyna się od 5 oddechów ratowniczych). Gdy nie ma możliwości wykonania oddechów ratowniczych, można ograniczyć się do uciskania klatki piersiowej.

3 ogniwo – wczesne rozpoczęcie defibrylacji przy użyciu AED. Urządzenia są umieszczane w wielu miejscach publicznych, takich jak galerie handlowe, urzędy, biurowce, hotele czy ośrodki sportowe.

4 ogniwo - ostatnim elementem, składającym się na łańcuch przeżycia, są czynności podejmowane przez służby medyczne. Istotne jest poinformowanie przybyłych służb medycznych o tym, jakie czynności podjęliśmy i jakie były objawy obserwowane u poszkodowanej osoby, co ułatwi im podjęcie dalszych profesjonalnych działań.

DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Co to jest łańcuch przeżycia?*
- ❖ *Z ilu elementów się składa?*
- ❖ *Czy można pominąć któryś element?*
- ❖ *Po co się go wdraża?*
- ❖ *Co znaczy skrót NZK?*



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: ĆWICZENIA PRAKTYCZNE Z RKO NA FANTOMIE

CEL: Usystematyzowanie schematu działania

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- fantom

Symulujemy scenkę w której znajdujemy poszkodowanego: sprawdzamy czy jest bezpiecznie, czy poszkodowany jest przytomny, wzywamy pomoc, przystępujemy do RKO

RKO Kroki:

1. Uklęknij stabilnie obok poszkodowanego
2. Ułóż splecione dłonie w dolnej połowie mostka *Spleć palce obu dłoni, aby chwyt był stabilniejszy
3. Ważne by ramiona były wyprostowane, nie uginamy ich w łokciach podczas ucisku klatki piersiowej
4. Ustawiamy ramiona prostopadle do klatki piersiowej
5. Głębokość ucisku powinna wynosić co najmniej $\frac{1}{3}$ wysokości klatki piersiowej, natomiast częstotliwość między 100 a 120 ucisków na 1 minutę.

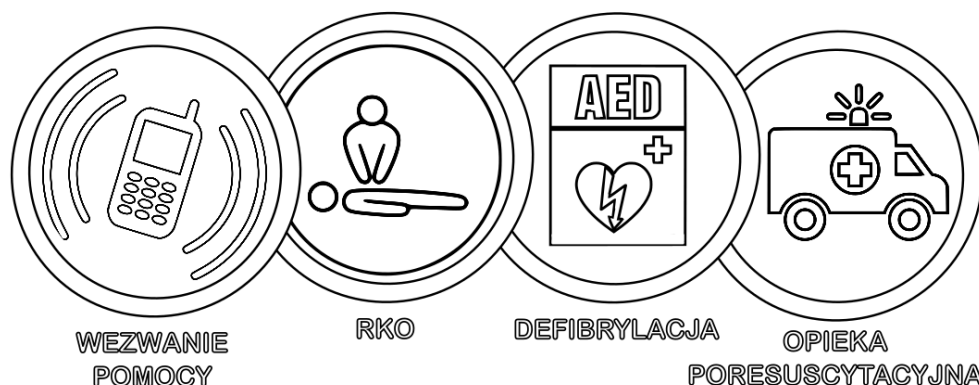
POMYSŁ NA ZAJĘCIA: STWORZENIE PLAKATU INFORMACYJNEGO

CEL: Usystematyzowanie schematu działania

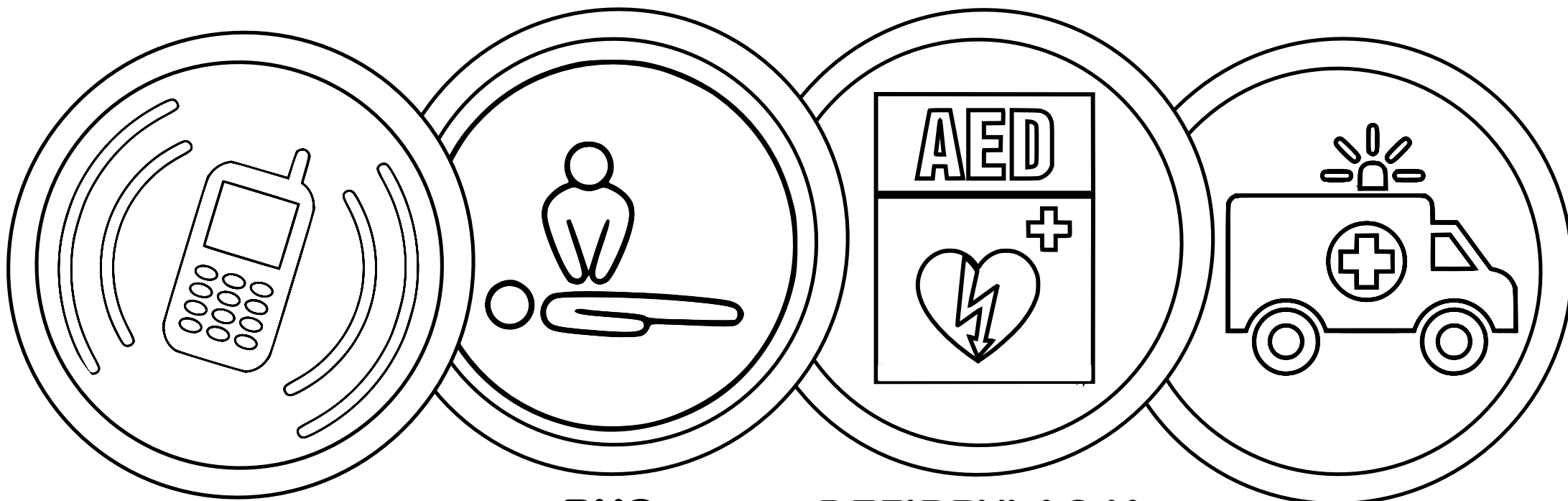
CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- wydrukowana kolorowanka
- flamastry

ŁAŃCUCH PRZEŻYCIA



ŁAŃCUCH PRZEŻYCIA



WEZWANIE
POMOCY

RKO

DEFIBRYLACJA

OPIEKA
PORESUSCYTACYJNA

TEMATYKA SPOTKANIA:

AED

OMÓWIENIE TEMATU

AED (Automated External Defibrillator) automatyczny defibrylator zewnętrzny to urządzenie służące do przeprowadzenia defibrylacji u osoby, u której wystąpiło nagłe zatrzymanie krążenia

Podczas zatrzymania krążenia mięsień sercowy, przestaje wykonywać regularne skurcze - wskutek, czego, krew w organizmie człowieka przestaje krążyć. Narządy, a w szczególności mózg są niedotleniane i po kilku minutach zachodzą nieodwracalne zmiany. Jedyną pomocą dla osoby z zatrzymaniem krążenia jest jak najwcześniejsze wykonanie resuscytacji krążeniowo-oddechowej przez świadków zdarzenia. Dodatkowo wprowadzając defibrylację, możemy przywrócić prawidłową akcję serca.

Użycie AED - po włączeniu defibrylatora, urządzenie wydaje komendy głosowe jak należy postępować. Dwie elektrody znajdujące się w zestawie przyklejamy na gołą klatkę poszkodowanego (pod prawym obojczykiem i na lewym boku poniżej serca). Po przyklejeniu elektrod postępujemy zgodnie z zaleceniami. Defibrylator w pewien sposób kontroluje akcję ratowniczą, automatycznie analizując rytm serca, co 2 minuty. Nie wyprzedzamy zaleceń defibrylatora tylko postępujemy zgodnie z jego poleceniami. Należy także pamiętać, że automatyczny defibrylator zewnętrzny nie wykona defibrylacji, jeśli nie będzie to konieczne.

Defibrylacji nie wykonujemy w czasie deszczu, na mokrym podłożu, a osoby mokre, należy wcześniej osuszyć

*Zagrożeniem wynikającym z zatrzymania krążenia jest brak krążącej krwi która transportuje tlen bez którego większość komórek bardzo szybko umiera. Narząd, który jest najbardziej wrażliwy na jego brak, to mózg. Po upływie 3–5 minut od NZK dochodzi do nieodwracalnych uszkodzeń mózgu. Prawidłowe uciskanie klatki piersiowej sprawia że tlen zgromadzony we krwi można przetransportować do wszystkich najważniejszych organów wewnętrznych poszkodowanego.

DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Co to za skrót AED?*
- ❖ *Gdzie możemy znaleźć AED w okolicy?*
- ❖ *Kiedy należy go użyć?*
- ❖ *Kto może użyć AED?*



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: KOLOROWANKA XXL

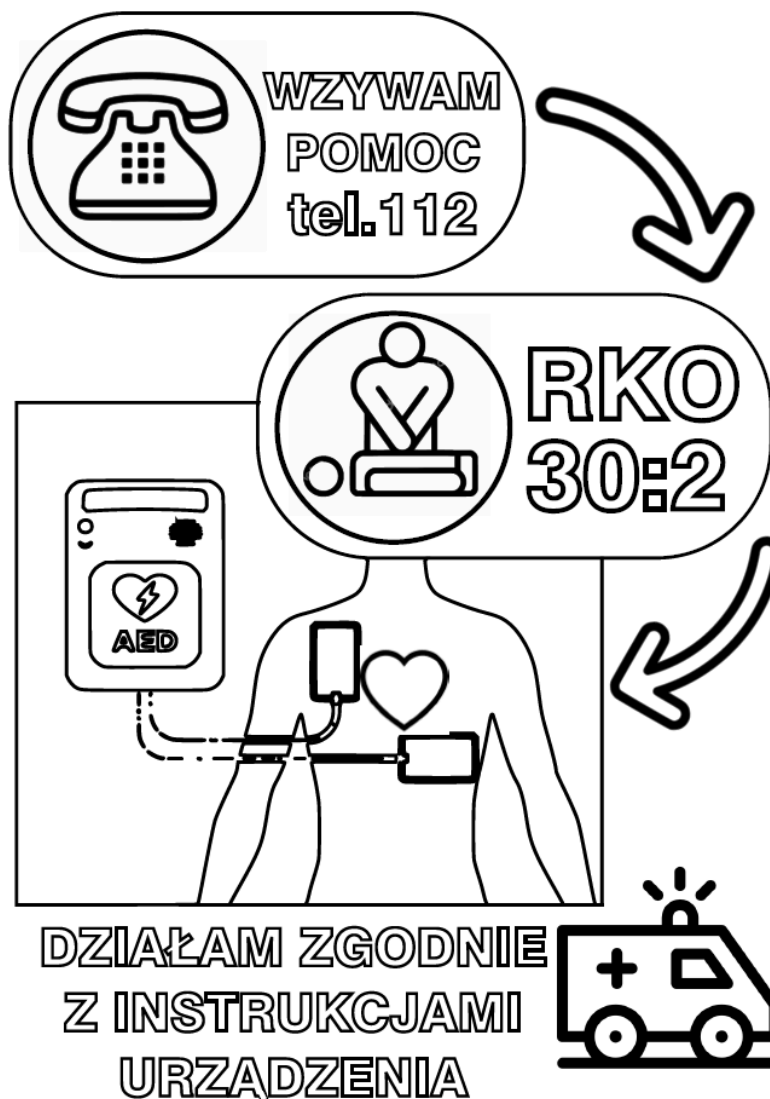
CEL: Usystematyzowanie schematu działania

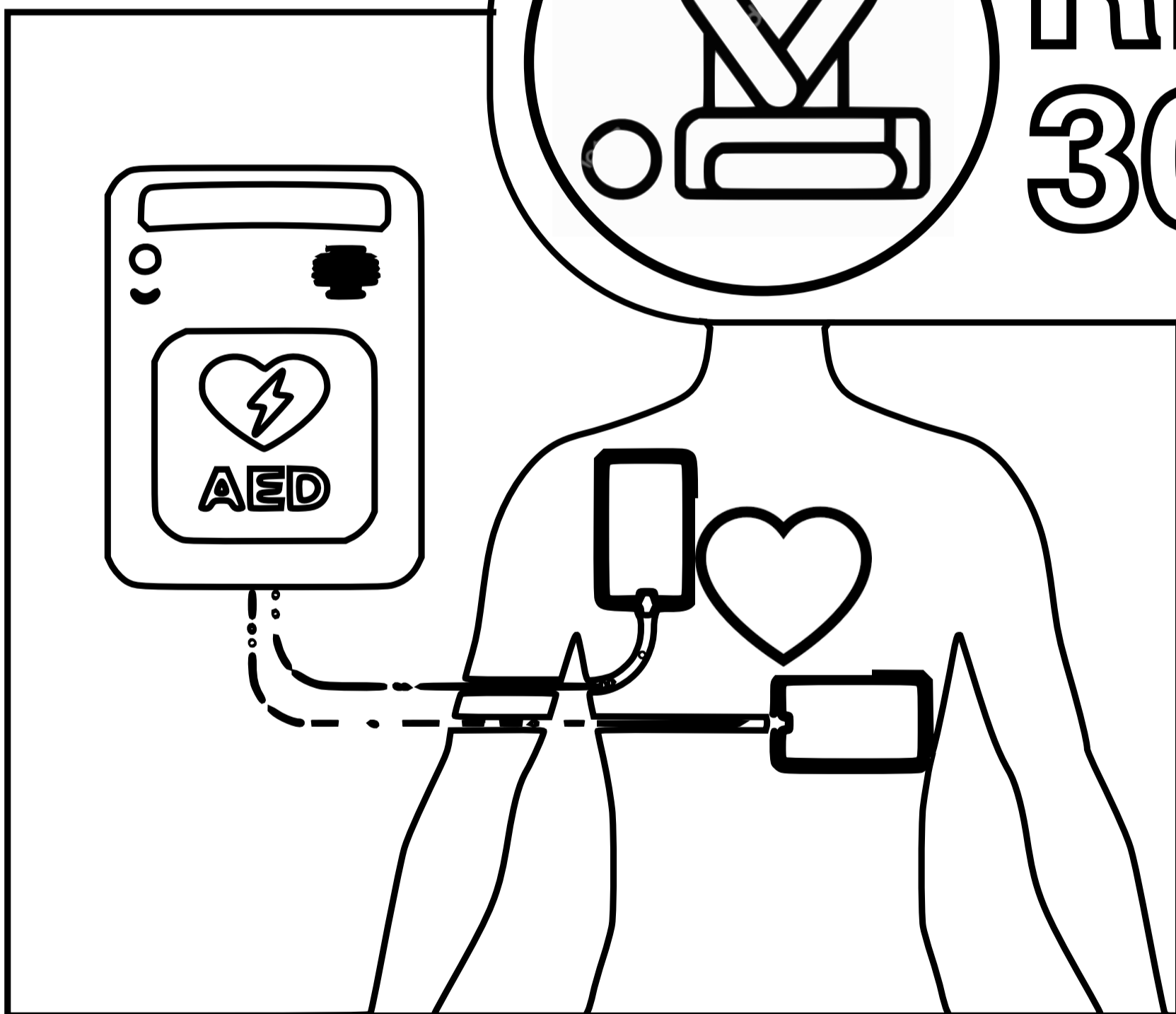
CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- wydrukowana kolorowanka
- markery/flamastry/farby itp

ZASADY:

W zależności od wielkości grupy każdy otrzymuje jeden element do kolorowania.
Po zamalowaniu należy złożyć wszystkie elementy i skleić w jedną całość.

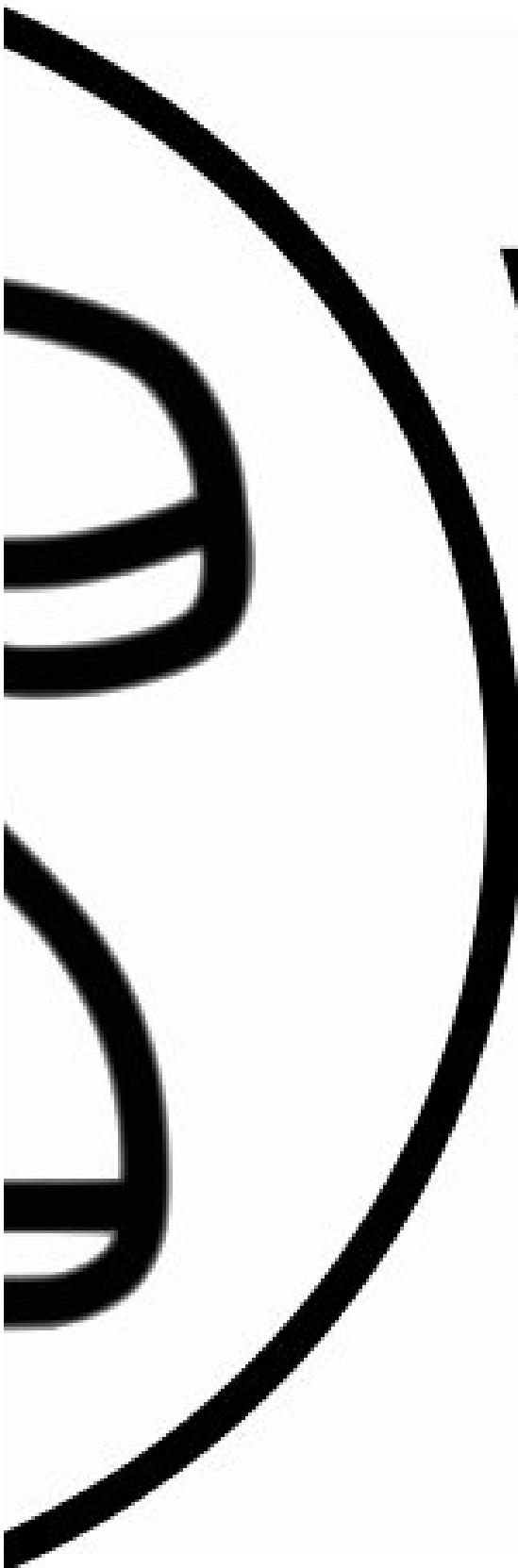




DZIAŁAŁAM ZGODNIE
Z INSTRUKCJAMI
URZĄDZENIA







WZYZW

POM

tel. 1

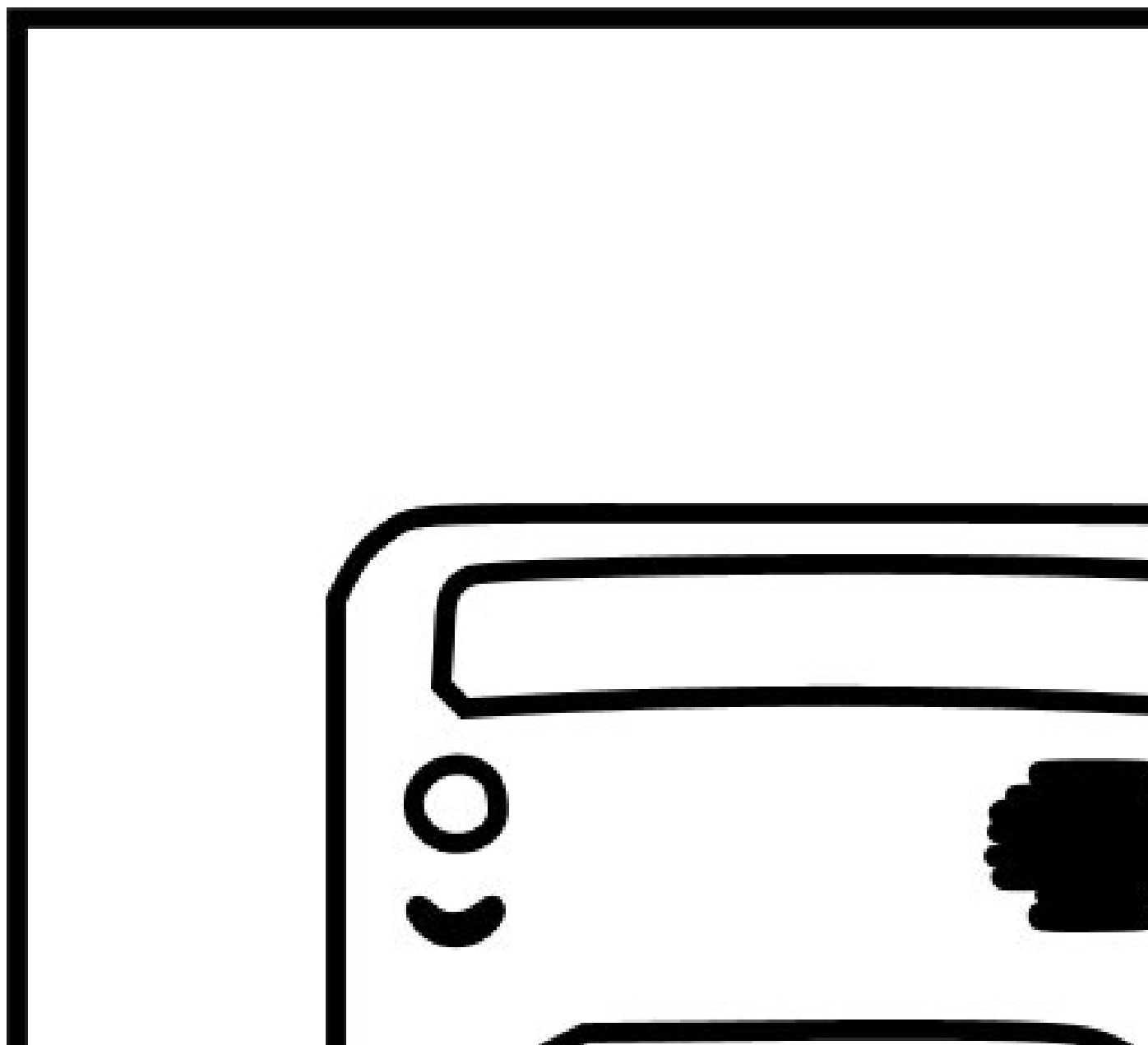
NAM

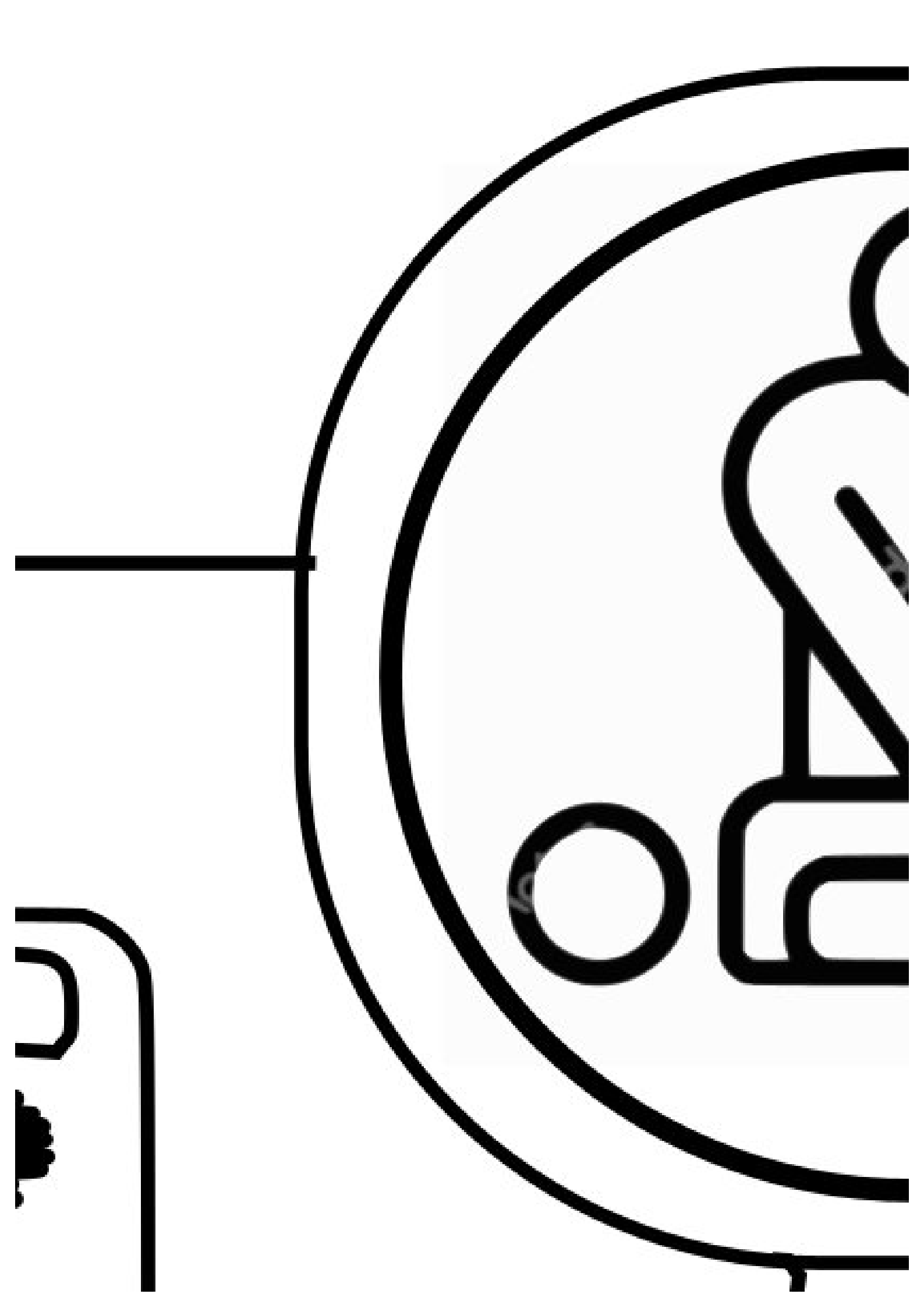
100

112

U





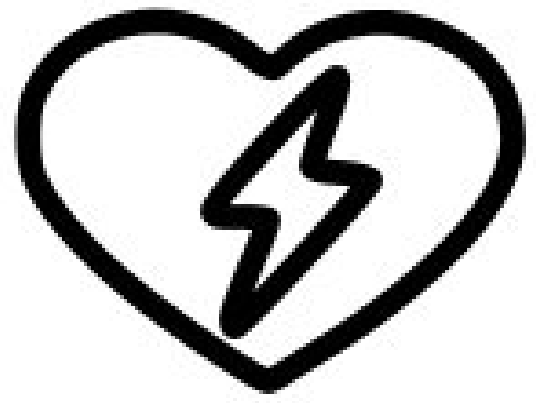


RR
30

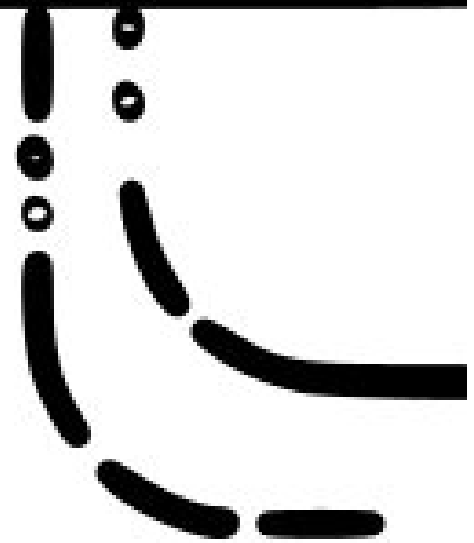


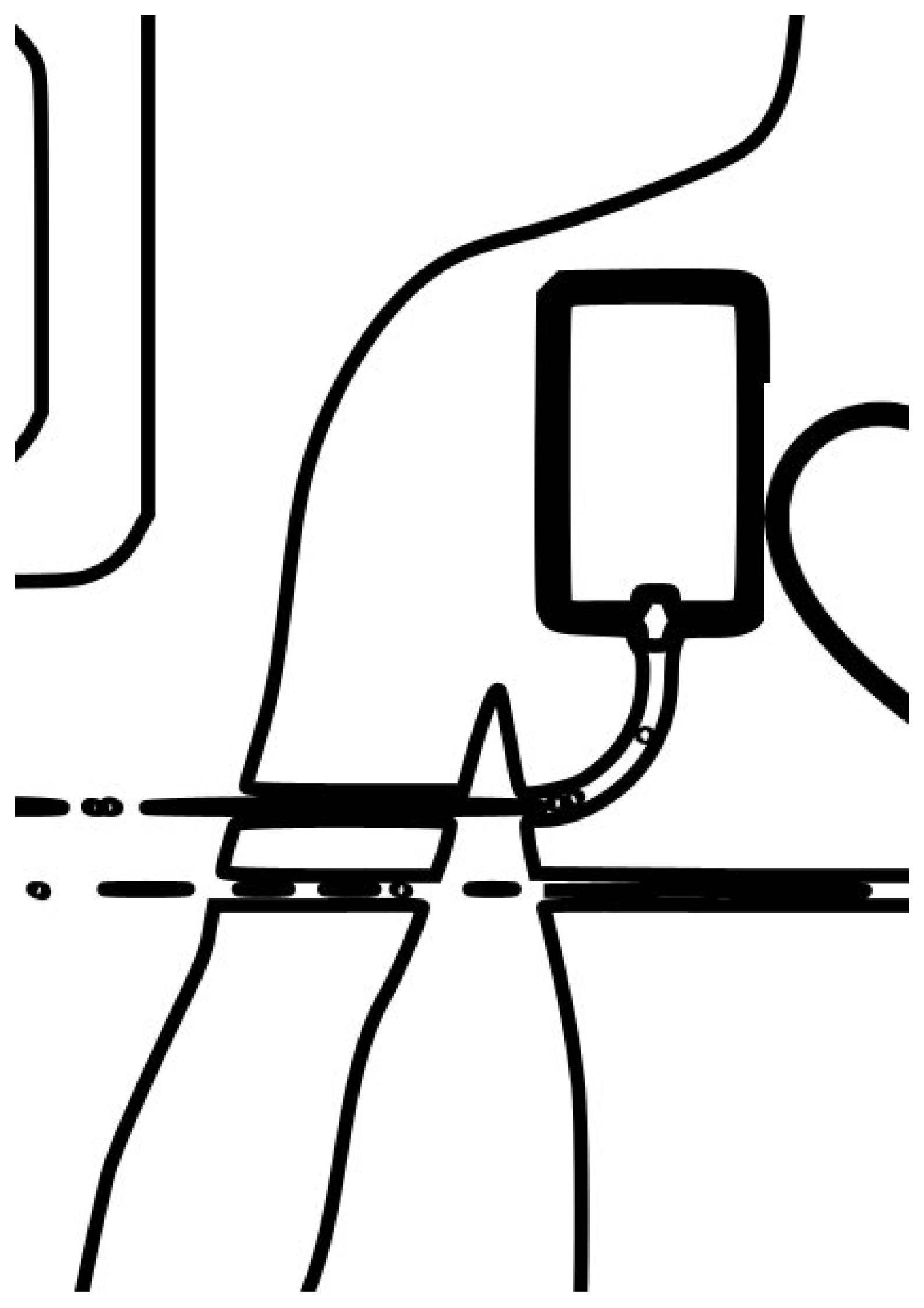
KKO

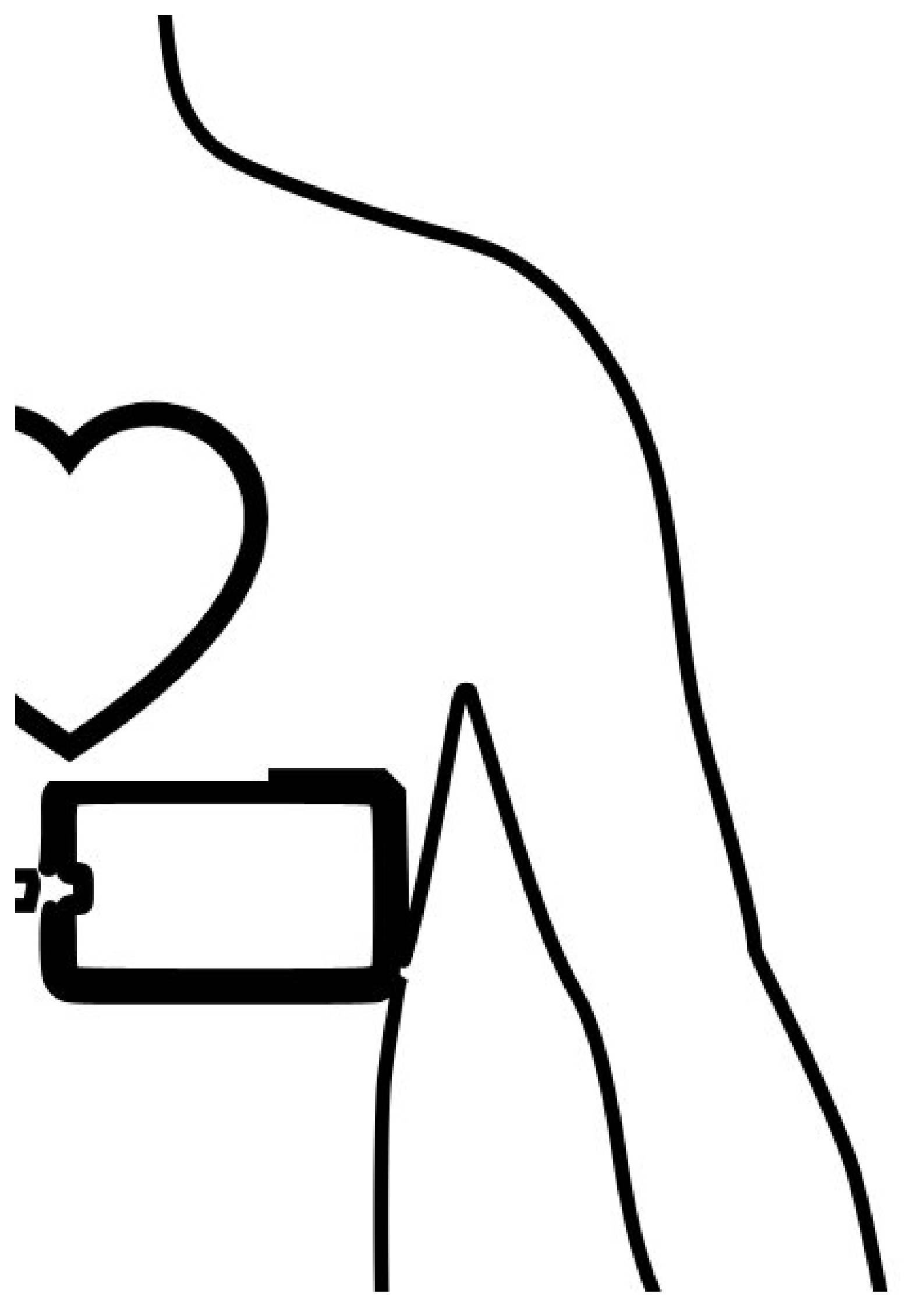
0:2



AED











DZIAŁ

Z INS

UR

AM ZGC

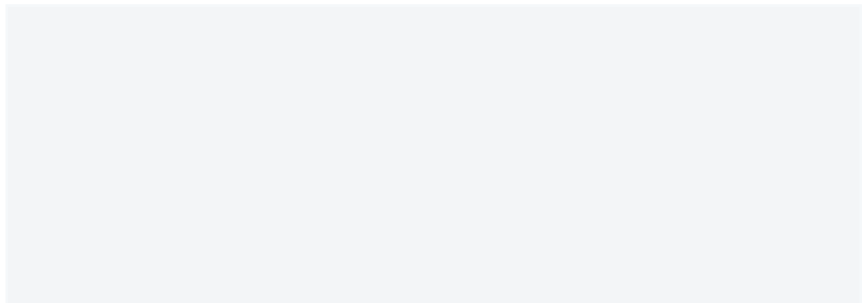
STRUKC

ZADZEN

DDNIE

JAMI

VIA



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: ĆWICZENIA PRAKTYCZNE

CEL: Usystematyzowanie schematu działania

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- fantom
- trenażer AED

Symulujemy scenkę w której znajdujemy poszkodowanego: sprawdzamy czy jest bezpiecznie, czy poszkodowany jest przytomny, wzywamy pomoc, przystępujemy do pracy z AED

OBSŁUGA AED KROKI:

1. Włącz AED i słuchaj poleceń głosowych urządzenia.
2. Naklej elektrody na odsłoniętą klatkę piersiową, tak jak pokazano na opakowaniu (pod prawym obojczykiem wzdłuż tułowia oraz pod lewą pachą wzdłuż tułowia).
3. Odsuń się od poszkodowanego.
4. Po naklejeniu elektrod następuje analiza rytmu. W trakcie analizy rytmu nie wolno dotykać poszkodowanego.
5. Jeśli po analizie pojawi się komunikat: Wyładowanie elektryczne wskazane, odsuń się od poszkodowanego i wciśnij przycisk wstrząs. Podczas wyładowania nie wolno dotykać poszkodowanego
6. Po wyładowaniu natychmiast rozpocznij uciskanie klatki piersiowej oraz oddechy ratownicze (30 uciśnień: 2 oddechy).
7. Postępuj zgodnie z zasadami obowiązującymi w przypadku zatrzymania krążenia do czasu automatycznego rozpoczęcia kolejnej analizy rytmu serca.
8. Jeśli po analizie pojawi się komunikat: Wyładowanie elektryczne jest niewskazane, natychmiast rozpocznij uciskanie klatki piersiowej oraz oddechy ratownicze (30 uciśnień: 2 oddechy).



TEMATYKA SPOTKANIA:
PODEJŚCIE DO POSZKODOWANEGO, POZYCJA BOCZNA

OMÓWIENIE TEMATU

Najpierw oceniamy miejsce zdarzenia – czy jest bezpiecznie? Patrzymy pod kątem bezpieczeństwa swojego, poszkodowanego oraz innych świadków zdarzenia. Jeśli jesteśmy w stanie zabezpieczyć miejsce zdarzenia. Dbamy o własne bezpieczeństwo tzn: zakładamy rękawiczki, maseczkę, zapewniamy ochronę oczu np zakładamy okulary.

Podchodzimy do poszkodowanego od strony nóg poszkodowanego aby nie wykonał manewru odchylenia głowy do tyłu ponieważ może to spowodować dodatkowy uraz kręgosłupa.

Ocena stanu przytomności - najlepiej klęknąć przy poszkodowanym w taki sposób, aby cały czas była możliwość obserwowania jego twarzy. Dwa bodźce, które pozwalają ocenić stan przytomności, to głos i dotyk. Delikatnie łapiemy poszkodowanego za ramiona i potrząsamy nimi, równocześnie wydajemy krótkie polecenia i zadajemy pytania: np. czy mnie słyszysz?

Ocena oddechu trwa 10 sekund metodą widać-słyszać-czuć.

Widać - ruch klatki piersiowej

Słyszać - szmer powietrza

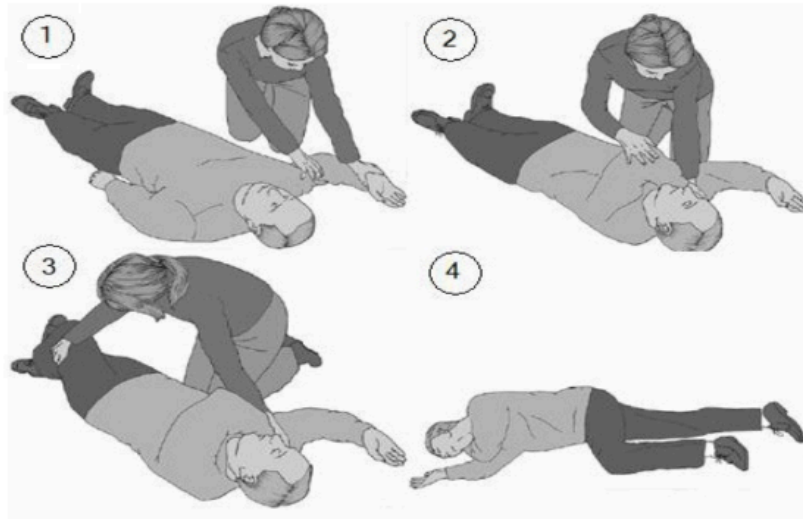
Czuć - ruch powietrza na policzku

Oddech prawidłowy to min. 2 oddechy na 10 sekund - czas odlicza osoba postronna.

	ODDECHY NA MINUTĘ	TĘTNO NA MINUTĘ
NOWORODEK (do 1 miesiąca życia)	30 - 50	120 - 160
NIEMOWLĘ (od 1 miesiąca do roku)	20 - 30	80 - 140
DZIECKO (od roku do 16 lat)	18 - 30	80 - 100
Dorosły (powyżej 16 roku życia)	12 - 20	60 - 100

Po stwierdzeniu oddechu prawidłowego u osoby nieprzytomnej (bez urazu kręgosłupa) należy ją ułożyć w **pozycji bocznej** zamienna nazwa to pozycja boczna ustalona lub pozycja bezpieczna. Uwaga! Kobiety w ciąży zawsze układamy na lewym boku wynika to z budowy układu krwionośnego. Jeżeli poszkodowany musi być ułożony w pozycji bocznej dłużej niż 30 minut, po tym czasie należy go odwrócić na drugi bok, aby zwolnić ucisk na leżące niżej ramię. Pozycja zapewnia drożność dróg oddechowych.





DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Czy podczas udzielania pomocy może grozić nam jakieś niebezpieczeństwo?*
- ❖ *Jak zabezpieczyć miejsce zdarzenia?*
- ❖ *Z której strony podejść do poszkodowanego?*
- ❖ *Ile jest sposobów na sprawdzenie oddechu?*
- ❖ *Jak sprawdzić przytomność?*
- ❖ *Co w przypadku gdy osoba oddycha ale jest nieprzytomna?*
- ❖ *Przed czym chroni poszkodowanego ułożenie w pozycji bocznej?*
- ❖ *Jak często musimy sprawdzać oddech?*



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: ĆWICZENIA PRAKTYCZNE

CEL: Usystematyzowanie schematu działania

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- koc
- uszkodzony

Symulujemy scenkę w której znajdujemy uszkodzonego: sprawdzamy czy jest bezpiecznie, czy uszkodzony jest przytomny, wzywamy pomoc, przystępujemy do ułożenia uszkodzonego w pozycji bezpiecznej

Pozycja boczna kroki:

- Uklęknij stabilnie z boku uszkodzonego, nogi uszkodzonego powinny być wyprostowane.
- Ułóż rękę uszkodzonego pod kątem prostym do tułowia, łokciem zgiętym.
- Przełóż drugą rękę uszkodzonego w poprzek klatki piersiowej i przytrzymaj grzbietem dłoni do policzka uszkodzonego od twojej strony.
- Chwyć nogę uszkodzonego tuż nad kolaniem i pociągnij ku górze.
- Przytrzymując grzbiet dłoni przy policzku pociągnij uniesioną nogę w swoją stronę, tak aby przeturlać uszkodzonego na bok w twoją stronę.
- Popraw ułożenie nogi, za którą pociągnąłeś, tak aby była zgięta pod kątem prostym w stawie biodrowym i kolanowym.
- Odchyl głowę uszkodzonego ku tyłowi, upewniając się, że jego drogi oddechowe są drożne.
- Jeśli to konieczne, popraw ułożenie dłoni pod policzkiem, tak aby głowa pozostała odchylna, a twarz uszkodzonego zwrócona do podłoża umożliwiając wypływanie wszelkiej treści płynnej z ust uszkodzonego.
- Regularnie sprawdzaj, czy uszkodzony oddycha prawidłowo.
- Nie zostawiaj bez opieki uszkodzonego.



TEMATYKA SPOTKANIA:
WYWIAD SAMPLE

OMÓWIENIE TEMATU

Wywiad SAMPLE ułatwi zebranie informacji dot. stanu poszkodowanego. Dzięki temu będzie wiadomo jakie kroki należy podjąć udzielając pomocy. Wzywając pomoc, będziemy w stanie przekazać dyspozytorowi dokładne informacje o stanie poszkodowanego.

S – symptomy: Co się dzieje? Co boli?

A – alergię: Czy jesteś na coś uczulony? (na jakieś leki?)

M – medykamenty: Czy bierzesz jakieś leki?

P – przebyte choroby: Czy chorujesz na coś?

L – lunch: Kiedy ostatnio jadłeś?

E – ewentualnie, co się wydarzyło: Czy pamiętasz wydarzenia przed wypadkiem?

Jeżeli poszkodowany jest nieprzytomny, staramy się uzyskać te informacje od rodziny, świadków zdarzenia, otoczenia, ewentualnie szukamy, czy poszkodowany ma np. charakterystyczne identyfikatory takie jak np. bransoletka z informacją o cukrzycy, padaczkę itp.

DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Co to jest SAMPLE?*
- ❖ *Po co przeprowadzamy wywiad SAMPLE?*
- ❖ *Czy zdobyte informacje są ważne?*
- ❖ *Kto przeprowadza wywiad SAMPLE?*



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: ĆWICZENIA PRAKTYCZNE

CEL: Usystematyzowanie schematu działania

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- poszkodowany

Symulujemy scenkę w której znajdujemy poszkodowanego: sprawdzamy czy jest bezpiecznie, czy poszkodowany jest przytomny, wzywamy pomoc, przystępujemy do wywiadu **SAMPLE**

POMYSŁ NA ZAJĘCIA: WYKLEJANKA

CEL: Usystematyzowanie schematu działania

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- wydrukowane i wycięte karteczki z opisami dla uczestników
- czyste plansze do których uczestnicy będą przyklejać elementy
- klej

ZASADY:

Każdy otrzymuje czystą planszę

Każdy otrzymuje karteczki z opisem (elementy należy wycinać)

Zadanie polega na dopasowaniu oraz wyklejeniu planszy

DODATKOWO:

- planszę można wydrukować w formacie A3 i zrealizować zadanie w mniejszych zespołach, lub wydrukować w formacie A4 i realizować indywidualnie

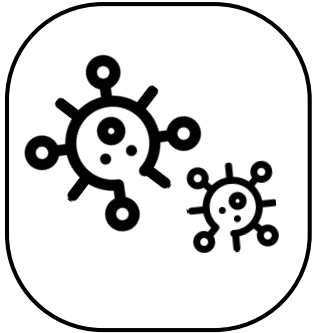




S

SYMPTOMY

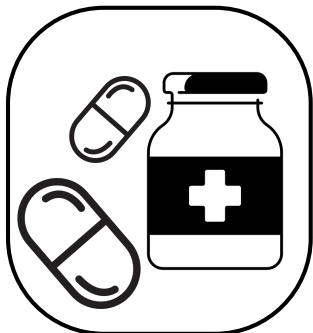
CO SIĘ
DZIEJE?
CO BOLI?



A

ALERGIE

JESTEŚ
NA COŚ
UCZULONY?
NA LEKI ?



M

MEDYKA -
- MENTY

PRZYJMUJESZ
LEKI ?



P

PRZEBYTE
CHOROBY

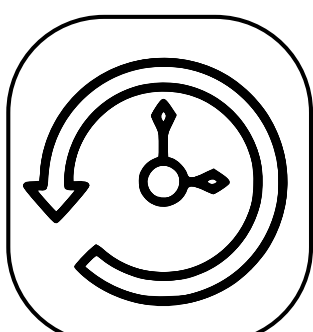
CHORUJESZ
NA COŚ ?



L

LUNCH

KIEDY
OSTATNIO
JADŁEŚ ?



E

EWENTU -
- ALNOŚCI

PAMIĘTASZ
CO SIĘ
DZIAŁO PRZED
WYPADKIEM ?

TEMATYKA SPOTKANIA:
SCHEMAT ABC / WEZWANIE POMOCY

OMÓWIENIE TEMATU

ABC to pierwsze litery od angielskich wyrazów: airway, breathing i circulation czyli odpowiednio drogi oddechowe, oddychanie i krążenie. Jest to schemat oznaczający kolejne kroki jakie należy wykonać aby udzielić pomocy osobie nieprzytomnej (tj. nie reaguje na bodźce, np. dotyk, ból, dźwięk)

A - SPRAWDZAMY CZY DROGI ODDECHOWE SĄ DROŻNE

Krok ten oznacza sprawdzenie czy w ustach lub gardle poszkodowanego nie tkwią jakieś przedmioty. Jeśli jest jakieś ciało obce delikatnie przekręcamy całe ciało na bok i palcami usuwamy przedmioty. Nie wolno przekręcać samej głowy ponieważ osoba nieprzytomna może mieć uszkodzony kręgosłup szyjny i pogłębimy uraz.

B - SPRAWDZAMY CZY ODDECH JEST PRAWDŁOWY

Odchylamy głowę poszkodowanego do tyłu, a szczękę opuszczamy w kierunku klatki piersiowej - udrażniamy drogi oddechowe osobie nieprzytomnej. Przykładamy ucho do ust poszkodowanego, wzrok kierujemy na klatkę piersiową. Staramy się rozpoznać oddech za pomocą trzech zmysłów: wzroku – patrzymy czy klatka piersiowa unosi się, czucia – staramy się poczuć oddech nieprzytomnej osoby na policzku oraz słuchu – staramy się usłyszeć jak poszkodowany oddycha. Sprawdzenie oddechu powinno trwać **10 sekund**.

C - SPRAWDZAMY CZY SĄ OZNAKI KRAŻENIA

Sprawdzenie krążenia - brak krążenia jest równoznaczny z zatrzymaniem oddechu, aby się przekonać czy serce bije należy sprawdzić tętno kolejno na obu tętnicach szyjnych.

WEZWANIE POMOCY - dzwoniąc pod numer alarmowy należy pamiętać by podać:

- Miejsce zdarzenia
- Krótki opis zdarzenia
- Liczbę poszkodowanych
- Aktualny stan poszkodowanych

DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Kiedy stosujemy schemat ABC?*
- ❖ *Co oznaczają poszczególne litery?*
- ❖ *Po co został wdrożony?*



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: ĆWICZENIA PRAKTYCZNE

CEL: Usystematyzowanie schematu działania

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- fantom / poszkodowany
- 2x telefon
- osoba która wciela się w rolę dyspozytora przyjmującego zgłoszenie

Symulujemy scenkę w której znajdujemy poszkodowanego: sprawdzamy czy jest bezpiecznie, czy poszkodowany jest przytomny następnie wzywamy pomoc

Przykład: Dzień Dobry nazywam się Jan Nowak. Jestem na ulicy Nowy Świat 15, na ulicy leży nieprzytomna młoda kobieta, około 25 lat, oddycha, osoba przechodząca obok wspomniała że widziała jak kobieta upadła prawdopodobnie straciła przytomność.

**dyspozytor może zasugerować żeby uczestnik zdarzenia udzielił poszkodowanej pierwszej pomocy (zastosować pozycję boczną bezpieczną)*



TEMATYKA SPOTKANIA:
RKO

OMÓWIENIE TEMATU

Skrót RKO oznacza Resuscytację Krążeniowo Oddechową, która ma na celu przywrócenie akcji serca. Dzięki tym działaniom jest możliwe utrzymanie przepływu krwi przez narządy wewnętrzne – szczególnie serce i mózg.

W przypadku osoby dorosłej uciśnięcia klatki piersiowej należy wykonywać na głębokość około 5–6 centymetrów. Ich częstotliwość powinna wynosić 100–120 na minutę.

Osoba, która podejmuje się oddechów ratowniczych (nie są one obowiązkowe) powinna:

- wykonać 30 uciśnień klatki piersiowej,
- wykonać 2 wdechy ratownicze,
- kontynuować naprzemiennie obie te czynności w stosunku 30:2.

RKO u dzieci - najpierw należy sprawdzić, czy dziecko oddycha. Następnie:

- wykonać 5 wdechów ratowniczych,
- wykonać 15 uciśnień klatki piersiowej,
- wykonać 2 wdechy ratownicze,
- kontynuować RKO w sekwencji 15:2.

*u niemowląt należy uciskać klatkę piersiową 2 palcami, u małych dzieci jedną ręką, a u dzieci starszych dwoma rękami.

DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Co oznacza skrót RKO?*
- ❖ *Ile trwa jeden cykl?*
- ❖ *Kiedy wykonujemy 5 oddechów ratowniczych?*



**TEMATYKA SPOTKANIA:
POŻAR, GRUPY POŻARÓW**

OMÓWIENIE TEMATU

Pożarem nazywamy niekontrolowane rozprzestrzenianie się ognia powodujące straty materialne i zagrożenie życia.

Co może być przyczyną pożaru:

- kontakt otwartego ognia z materiałem palnym, np. żarzący się papieros może spowodować pożar w pojemniku ze śmieciami
- pozostawianie posiłku na włączonej kuchence bez nadzoru
- spalanie śmieci, suchych liści lub wypalanie traw
- palenie ogniska w nie przystosowanym miejscu
- niewłaściwe wykorzystanie substancji łatwopalnych np. rozpalanie ognia w piecu przy zastosowaniu cieczy łatwopalnej, np. rozpuszczalnika, benzyny
- pozostawienie żelazka na materiale
- nieprawidłowe użytkowanie urządzeń grzewczych
- przeciążanie instalacji elektrycznej w mieszkaniu poprzez podłączenie zbyt dużej liczby urządzeń
- osłonięcie żarówki materiałem palnym, np. papierem w niewielkiej odległości od niej powoduje szybkie nagrzewanie się tego materiału i zapalenie
- celowe podpalenia

Naturalne przyczyny pożarów:

- wyładowania atmosferyczne (np. piorun uderzający w drzewo)
- wybuch wulkanu
- samozapłon w przypadku suszy

Skutki pożarów:

- straty materialne, zniszczone budynki, naruszone konstrukcje
- przedostanie się do atmosfery szkodliwych substancji
- zniszczony ekosystem
- zagrożenia życia zarówno dla ludzi jak i zwierząt

Jak możemy zapobiegać pożarom:

- zawsze należy zachować szczególną ostrożność podczas używania otwartego ognia
- rozpalamy ognisko tylko w wyznaczonym do tego miejscu
- nie składujemy łatwopalnych materiałów w pobliżu źródeł ciepła
- dbamy o regularne przeglądy przewodów wentylacyjnych i kominowych



Wyróżniamy 5 grup pożarów:

1. Grupa pożarów A: Pożary materiałów stałych żarzących się (np. drewna, papieru, tkanin, itp.)
2. Grupa pożarów B: Pożary cieczy i materiałów stałych topiących się (np. tworzyw sztucznych, paliw, olejów, itp.)
3. Grupa pożarów C: Pożary gazów (np. metanu, propanu, acetylenu, wodoru)
4. Grupa pożarów D: Pożary metali (np. magnez, sód, potas, glin, tytan itp)
5. Grupa pożarów F: Pożary olejów i tłuszczów w urządzeniach kuchennych. (np. olej roślinny itp)

Każda z grup oprócz oznaczenia literowego posiada swój znak graficzny (tzw piktogram)

DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Co to jest pożar ?*
- ❖ *Co może być przyczyną pożaru?*
- ❖ *Jakie są naturalne przyczyny pożarów?*
- ❖ *Jakie mogą być skutki pożarów?*
- ❖ *Jak możemy zapobiegać pożarom?*



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: WYKLEJANKA

CEL: Usystematyzowanie nazewnictwa związanego z grupami pożarów

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- wydrukowane plansze z grupami pożarów dla uczestników
- wydrukowane karteczki z opisem/przykładami dla uczestników
- nożyczki
- klej

ZASADY:

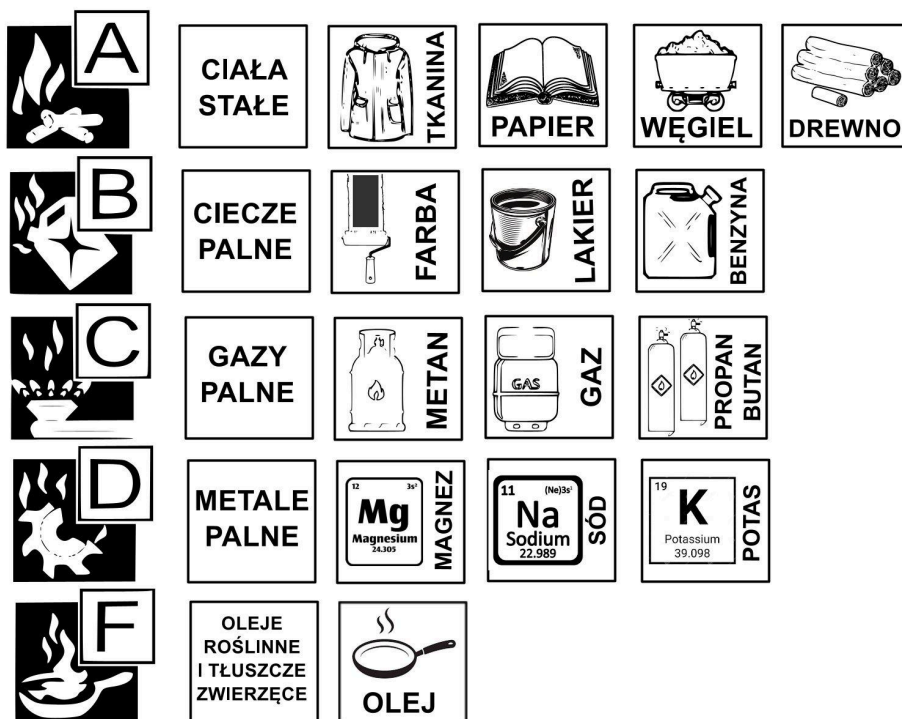
Każdy otrzymuje planszę z grupami pożarów.

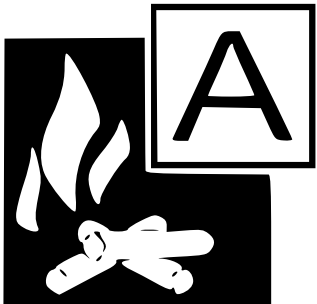
Każdy otrzymuje planszę z opisem/przykładami (elementy należy wycinać).

Zadanie polega na dopasowaniu oraz wyklejeniu planszy.

DODATKOWO:

- planszę można wykolorować
- planszę można wydrukować w formacie A3 i zrealizować zadanie w mniejszych zespołach, lub wydrukować w formacie A4 i realizować indywidualnie



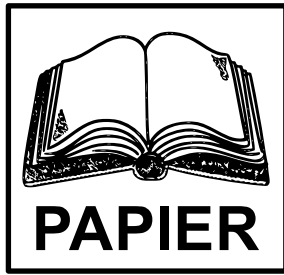


A

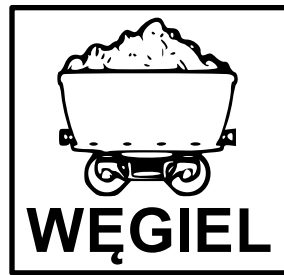
**CIAŁA
STAŁE**



TKANINA



PAPIER



WĘGIEL

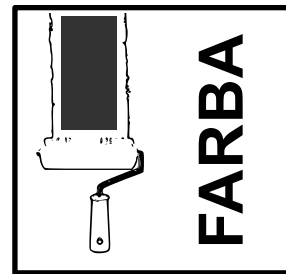


DREWNO



B

**CIECZE
PALNE**



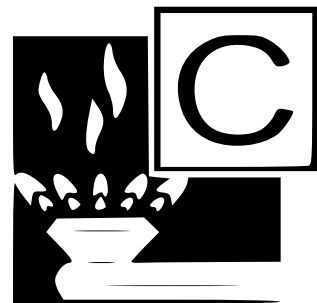
FARBA



LAKIER

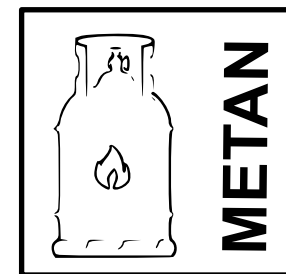


BENZyna

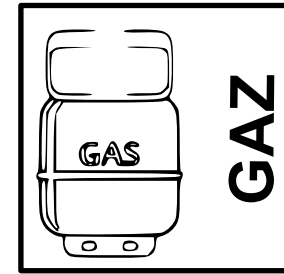


C

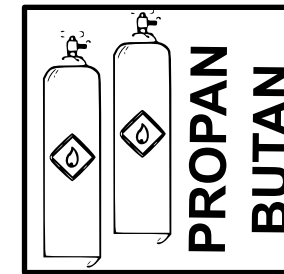
**GAZY
PALNE**



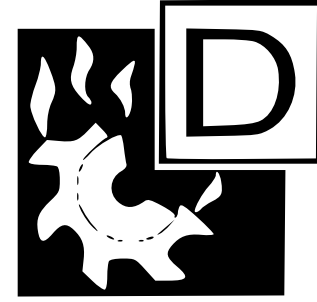
METAN



GAZ



**PROPAN
BUTAN**

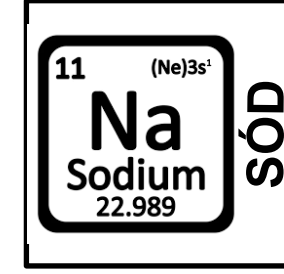


D

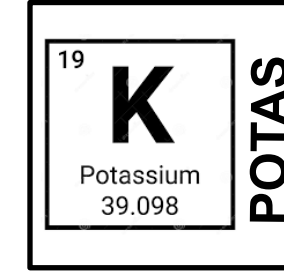
**METALE
PALNE**



MAGNEZ



SÓD



POTAS

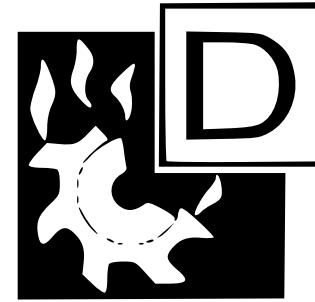
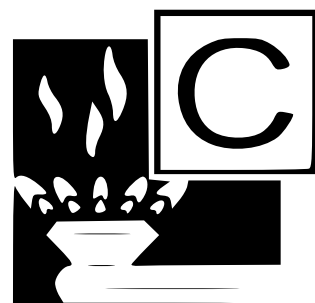
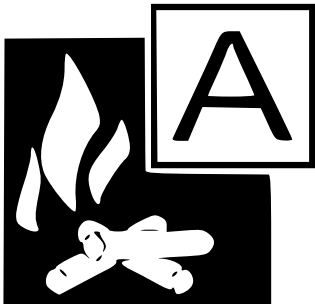


F

**OLEJE
ROŚLINNE
I TŁUSZCZE
ZWIERZĘCE**



OLEJ



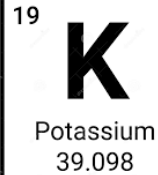
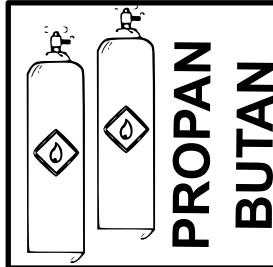
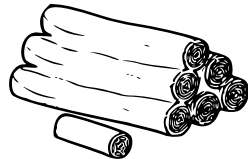
**CIAŁA
STAŁE**

**GAZY
PALNE**

**CIECZE
PALNE**

**METALE
PALNE**

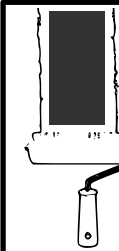
**OLEJE
ROŚLINNE
I TŁUSZCZE
ZWIERZĘCE**



POTAS



GAZ



SÓD



MAGNEZ

TEMATYKA SPOTKANIA: TRÓJKĄT SPALANIA

OMÓWIENIE TEMATU

Trójkąt spalania musi zaistnieć by powstał pożar.

Trójkąt spalania składa się z trzech czynników: paliwa, tlenu oraz ciepła.

Paliwo to prawie wszystkie materiały jakie nas otaczają, W grupie ciał stałych będą to np. drewno, papier, guma, tworzywa sztuczne, meble, elementy maszyn i urządzeń, w grupie cieczy np. benzyna, nafta i jej pochodne, alkohol, lakiery, a w grupie gazów będą to, np. metan, acetylen, propan, wodór. W zależności od rodzaju materiału palnego, jego stanu skupienia różne jest zapotrzebowanie energii cieplnej by zapoczątkować proces spalania.

Tlen jest składnikiem powietrza stanowiącym 21% mieszanki powietrznej.

*Przy stężeniu tlenu w powietrzu na poziomie 16/17 % ogień samoczynnie zgaśnie.

Ciepło to po prostu energia, będąca podstawowym czynnikiem wywołującym pożar. Jest to impuls cieplny, który powoduje reakcję spalania. Źródłem energii cieplnej mogą być: płomień, (płomień świecy, palnika, żar papierosa, iskra spawalnicza itp.), chemiczne reakcje, zjawiska elektryczne, zjawiska mechaniczne, zjawiska atmosferyczne (uderzenie pioruna).

ŹRÓDŁO CIEPŁA	TEMPERATURA
ŻARÓWKA 100W	130 stopni
ŻAR PAPIEROSA	450 - 600 stopni
PŁONĄCA ZAPAŁKA	600 - 800 stopni
PALENISKO Z DREWNIEM	700 - 1100 stopni
PALENISKO Z WĘGLEM KAMIENNYM	Do 1700 stopni

SAMOZAPALENIE - to proces w którym dochodzi do pożaru z powodu samonagrzewania się materiałów (do takich materiałów należą oleje i tłuszcze, węgiel kamienny, produkty roślinne)

* Wolne rodniki to czwarty element trójkąta spalania. Wolne rodniki powstają podczas reakcji chemicznej. Powstałe związki mogą wchodzić w dalsze reakcje z innymi substancjami w procesie spalania.

DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Co to jest trójkąt spalania?*
- ❖ *Co możemy zrobić by opanować pożar?*
- ❖ *Czy rodzaj materiału palnego ma wpływ na rozwój i intensywność pożaru?*
- ❖ *Jak ilość tlenu w pomieszczeniu wpływa na rozwój pożaru?*



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: DOŚWIADCZENIE 1

CEL: Usystematyzowanie schematu działania trójkąta spalania

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- słoik
- zapalki
- świeca
- talerzyk

ZASADY:

Śweczkę umieszczamy w bezpieczny sposób na talerzyku tak by się nie przewróciła.
Zapalamy ją, następnie przykrywamy słoikiem.
Świeca zgaśnie z powodu braku tlenu.

POMYSŁ NA ZAJĘCIA: DOŚWIADCZENIE 2

CEL: Usystematyzowanie schematu działania trójkąta spalania

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- słoik
- zapalki
- świeca
- talerzyk
- woda
- atrament

ZASADY:

Na talerz wlewamy wodę zabarwioną atramentem.
Śweczkę umieszczamy w bezpieczny sposób na talerzyku tak by się nie przewróciła i zapalamy.
Następnie przykrywamy świeczkę słoikiem.
W słoiku wypala się tlen, tworzy się podciśnienie, które "wciąga" wodę do naczynia.
Świeca zgaśnie z braku tlenu.



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: GRA KARCIANA

CEL: Usystematyzowanie schematu działania trójkąta spalania

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- wydrukowane karty

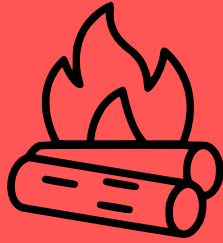
ZASADY:

Rozdający daje każdemu z graczy po trzy karty, jednej osobie siedzącej po lewej stronie dokłada dodatkową kartę. Gracz który ma cztery karty rozpoczyna grę, zgodnie z ruchem wskazówek zegara oddaje jedną kartę (zwykle tę, która mu nie pasuje), kolejnemu graczowi. Jeżeli któryś z graczy zbierze trzy karty (1X TLEN, 1X MATERIAŁ PALNY, 1X CIEPŁO) i krzyknie: *POŻAR!* wygrywa. Rozgrywkę można utrudnić i założyć że gracze dodatkowo muszą zebrać "trójkąt spalania" w jednym kolorze.





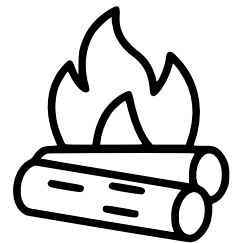
**MATERIAŁ
PALNY**



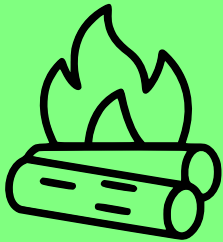
**MATERIAŁ
PALNY**



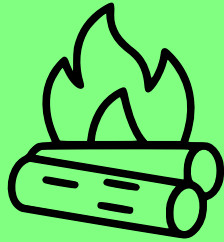
**MATERIAŁ
PALNY**



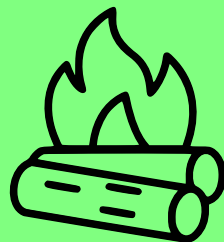
**MATERIAŁ
PALNY**



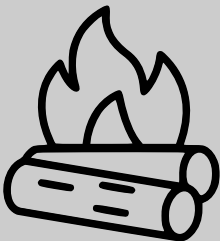
**MATERIAŁ
PALNY**



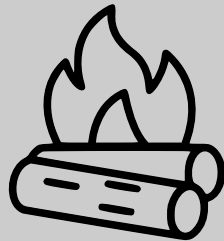
**MATERIAŁ
PALNY**



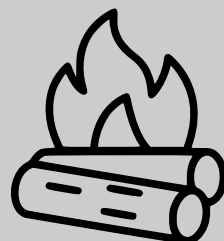
**MATERIAŁ
PALNY**



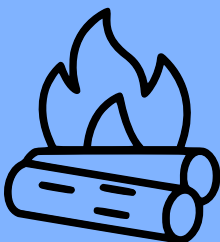
**MATERIAŁ
PALNY**



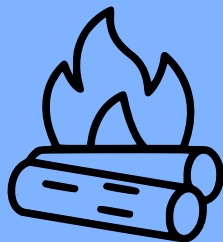
**MATERIAŁ
PALNY**



**MATERIAŁ
PALNY**



**MATERIAŁ
PALNY**



**MATERIAŁ
PALNY**



**MATERIAŁ
PALNY**

TEMATYKA SPOTKANIA:
UMUNDUROWANIE

OMÓWIENIE TEMATU

Mundur to rodzaj jednolitego ubioru używanego przez członków danej organizacji. Mundury noszone są przykładowo przez członków wojska, organizacji harcerskich, służby medyczne, strażników, niektóre grupy zawodowe itp.

Umundurowanie koszarowe składa się z: czapki z daszkiem, bluzy, spodni, butów koszarowych.

Umundurowanie bojowe/specjalne składa się z: hełmu, kominiarki, kurtki, spodni, rękawic pożarowych, butów specjalnych.

Umundurowanie galowe, dzielimy na damskie i męskie.

Damskie składa się z: białej koszuli z długim rękawem, krawatu, ciemnogrnatowej spódnicy oraz marynarki, ciemno granatowej czapki (dżokejki) oraz obuwia wyjściowego w ciemnym kolorze. Dodatkowo sznur w kolorze srebrnym przeplatany niebieską nitką.

Męskie składa się z białej koszuli z długim rękawem, krawatu, ciemnogrnatowych spodni oraz marynarki, ciemno granatowej czapki (rogatywki) oraz obuwia wyjściowego w ciemnym kolorze. Dodatkowo sznur w kolorze srebrnym przeplatany niebieską nitką.

DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Po co strażakowi umundurowanie bojowe?*
- ❖ *Przed czym chroni strażaka umundurowanie bojowe?*
- ❖ *Po co strażakowi umundurowanie koszarowe?*
- ❖ *Po co strażakowi umundurowanie galowe/wyjściowe?*
- ❖ *Jak należy się zachowywać nosząc mundur?*



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: RYSOWANKA

CEL: Usystematyzowanie terminologii związanej z nazewnictwem poszczególnych części umundurowania

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- arkusze szarego papieru
- markery/flamastry

ZASADY:

Jedna osoba kładzie się na arkuszu papieru, druga osoba obrysowuje jej kontur.

Na obrysie "strażaka" dorysowujemy poszczególne elementy umundurowania oraz podpisujemy każdy element.

DODATKOWO:

- zadanie można realizować w grupach tak by każda grupa opisywała inny rodzaj umundurowania, następnie każda grupa opisuje swoją pracę przed resztą drużyny

INNE PROPOZYCJE ZAJĘĆ Z UMUNDUROWANIEM:

- ubieranie się na czas
- odpowiednie skompletowanie wymieszanych elementów umundurowania
- burza mózgów dotycząca cech dobrego strażaka





**CECHY DOBREGO
STRAŽAKA**

TEMATYKA SPOTKANIA:
ALARMOWANIE

OMÓWIENIE TEMATU

Zastęp – obsada jednego wozu, liczący od trzech do sześciu strażaków, w tym dowódca.

Dowódca - jest to strażak który ukończył szkolenie uzupełniające. Do jego zadań należy między innymi przeprowadzenie rozpoznania na miejscu zdarzenia, przydzielenie zadań strażakom w wozie oraz na miejscu zdarzenia, kierowanie działaniami ratowniczo gaśniczymi.

Kierowca - jest to strażak który posiada uprawnienia do kierowania pojazdami uprzywilejowanymi.

Rota - to dwuosobowy zespół strażaków (przodownik i pomocnik) wyposażony w sprzęt ochrony osobistej.

Sekcja - dwa zastępy liczące od 9 do 12 strażaków (w tym dowódca)

Pluton - trzy zastępy liczące od 15 do 21 strażaków (w tym dowódca)

Kompania - trzy plutony oraz dowódca

Batalion - liczy od trzech do pięciu kompanii oraz dowódca

Brygada - związek pododdziałów i oddziałów realizujący działanie ratownicze w granicach województwa

Specjalistyczna Grupa Ratownicza - pododdział strażaków posiadających specjalistyczne wyposażenie oraz wyszkolenie

W zależności od rodzaju pojazdu oraz wyposażenia znajdującego się na wozie ZASTĘP możemy podzielić na gaśniczy oraz specjalny

ZASTĘP GAŚNICZY - to obsada wozów gaśniczych dysponująca sprzętem potrzebnym do organizacji akcji gaśniczej

ZASTĘP SPECJALNY - to grupa ratowników dysponująca specjalistycznym sprzętem umożliwiającym wsparcie zastępów gaśniczych, innych specjalnych lub prowadzenie samodzielnych działań

Strażak w zastępie ma przypisaną określoną funkcję która ma swój znak graficzny.

Znak graficzny jest wykorzystywany podczas zawodów, oraz w literaturze odnoszącej się do systemu szkolenia.

- Dowódca zastępu
- ◐ Przodownik roty pierwszej
- ◑ Pomocnik przodownika roty pierwszej
- ◒ Przodownik roty drugiej
- ◓ Pomocnik przodownika roty drugiej
- ◔ Przodownik roty trzeciej (lub rozdzielaczowy)
- ◕ Pomocnik przodownika roty trzeciej
- ⊗ Kierowca-mechanik

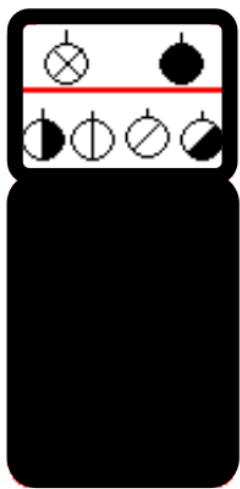


DYSKUSJA (przykładowe pytania):

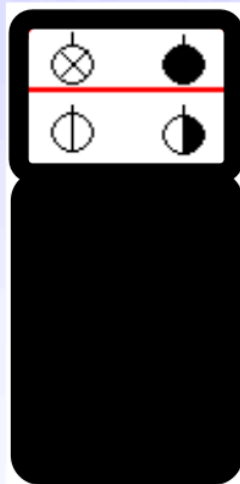
- ❖ *Co dzieje się w remizie gdy zawyje syrena?*
- ❖ *Co znaczy "ochotnik" ?*
- ❖ *Czym różni się Ochotnicza Straż Pożarna od Państwowej Straży Pożarnej ?*
- ❖ *Jakie cechy charakteryzują dobrego strażaka?*
- ❖ *Kto może zostać strażakiem ochotnikiem?*
- ❖ *Jakie znamy grupy specjalistyczna?*

Zajmowanie miejsc w wozie zależy od pełnionej funkcji w zastępie.

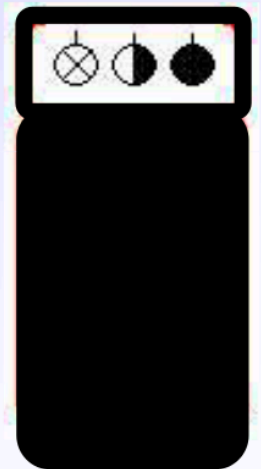
Przykłady rozmieszczenia załogi w wozach



6 miejsc



4 miejsca



3 miejsca



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: MAŁA SYMULACJA

CEL: Zapoznanie grupy z tematyka struktury podczas działań gaśniczych oraz funkcji strażaka w zastępie

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- krzeselka lub wężę (układamy tak by imitowały układ foteli wewnątrz kabiny wozu bojowego)

ZASADY:

Pierwsza część zabawy w przypadku dużej grupy polega na wydawaniu przez opiekuna polecenia by uczestnicy podzielili się np.:

- na zastępy
- na sekcje
- na rotę

Następnie opiekun wydaje polecenie by dany zastęp "wsiadł do wozu", każdy uczestnik ma za zadanie opowiedzieć jaką obejmuje funkcję. Zadanie można wykonać również w odwrotnej kolejności tzn opiekun przydziela danej osobie funkcję w takiej sytuacji uczestnik gry musi zająć odpowiednie miejsce.

INNE PROPOZYCJE ZAJĘĆ:

- burza mózgów - jedna osoba kładzie się na arkuszu papieru, druga osoba obrysowuje jej kontur. Na obrysie wpisujemy wartości i cechy charakteru które opisują dobrego strażaka. Zadanie można realizować wspólnie, z podziałem na grupy lub w parach.
- "kubki w wozie" - do zabawy wykorzystamy białe kubki, przed rozpoczęciem zabawy na każdym z osobna należy narysować odpowiedni znak graficzny opisujący funkcję strażaka w zastępie (grafikę można narysować np markerem na dnie kubka). Będzie potrzebna również plansza czyli kartka z widokiem wozu strażackiego widzianego z góry. Zadaniem zespołu będzie poprawne ułożenie kubków na planszy. Każda osoba może wykonać tylko jeden ruch tzn położyć kubek lub poprawić już wcześniej ustawiony. Gra przebiega na zasadzie sztafety między uczestnikami do czasu poprawnie zaznaczonego układu. W zależności od wielkości grupy zadanie możemy realizować jako rywalizacji pomiędzy mniejszymi zespołami lub jako jeden zespół grając "na czas".



TEMATYKA SPOTKANIA:
POŻAR, ŚRODKI GAŚNICZE

OMÓWIENIE TEMATU

Najbardziej znanymi metodami walki z pożarem jest użycie środków gaśniczych. Do powszechnie stosowanych środków gaśniczych zaliczamy: wodę, pianę, piasek, gazy i proszki. Środek gaśniczy dobieramy do rodzaju palącego się materiału i sposobu spalania.

WODA to najpopularniejszy środek gaśniczy ponieważ obniża temperaturę palącego się przedmiotu. W zetknięciu z ogniem woda zamienia się w parę wodną, która wypiera z ogniska pożaru tlen. Z jednego litra wody powstanie około 1700 litrów pary wodnej. Wolno stosować ją do gaszenia: – ciał stałych, takich jak, np. siano, słoma, drewno, węgiel. Nie wolno stosować jej do gaszenia: instalacji elektrycznych pod napięciem (ponieważ woda jest dobrym przewodnikiem prądu), nagranych maszyn i żelaznych konstrukcji (ze względu na możliwość ich deformacji co grozi np. zawaleniem stropów) płynów łatwopalnych lżejszych od wody (ponieważ wówczas woda opada na dno zbiornika, wskutek czego następuje przelewanie się lub rozpryskiwanie palącej się substancji), sodu, potasu, karbidu i innych ciał stałych, które w zetknięciu się z wodą wydzielają duże ilości gazów palnych.

PIANA GAŚNICZA

Wytwarza się ją dwoma sposobami: przez mechaniczne zmieszanie wody ze środkiem pianotwórczym i powietrzem lub też poprzez reakcję chemiczną wywołaną zmieszczeniem wodnych roztworów środków zasadowych z kwasami. Działanie piany gaśniczej polega na izolowaniu palącego się materiału od powietrza i ochładzaniu go przez zawartą w niej wodę. Wolno stosować ją do gaszenia: – cieczy palnych, takich jak, np. benzyna czy też ropa naftowa.

Nie wolno stosować jej do gaszenia ciał reagujących chemicznie z wodą (np. karbid), urządzeń elektrycznych pod napięciem (przewodzi prąd i może spowodować porażenie).

Chcąc uzyskać odpowiedni efekt gaśniczy musimy podawać pianę o odpowiedniej gęstości. Piana zbyt gęsta nie rozplywa się dobrze po gaszonej powierzchni, zaś zbyt rzadka może nie być odpowiednio spoista i nie tworzyć szczelnej warstwy pokrywającej gaszony materiał. Pianę wykorzystujemy do działań o różnym charakterze, a w związku z tym potrzebne są nam różnorodne cechy piany. Możemy je uzyskać stosując szeroki zakres spienienia. W zależności od liczby spienienia (a więc: stosunku objętości piany do ilości wodnego roztworu środka pianotwórczego, zużytego do wytworzenia piany) rozróżniamy trzy rodzaje pian gaśniczych:

- piana ciężka (o liczbie spienienia do 20)
- piana średnia (o liczbie spienienia od 20 do 200)
- piana lekka (o liczbie spienienia powyżej 200)



DWUTLENEK WĘGLA (CO₂)

Jest bardzo skutecznym środkiem gaśniczym. Jego rola polega na odizolowaniu palącego się materiału od powietrza oraz obniżeniu temperatury. Nie zwilża gaszonych materiałów. Dwutlenek węgla jest uniwersalnym i skutecznym środkiem gaśniczym ponieważ, nie przewodzi prądu, nie reaguje z palącymi się materiałami, skutecznie izoluje od powietrza, nie niszczy urządzeń mechanicznych w ruchu. Wolno stosować ją do gaszenia gazów, cieczy palnych, takich jak, np. farby, lakiery i rozpuszczalniki, instalacji elektrycznych pod napięciem. Nie wolno stosować jej do gaszenia: materiałów wybuchowych, sodu, potasu, wapnia, magnezu, cyrkonu.

PIASEK jest łatwo dostępnym środkiem gaśniczym. Odcina dopływ powietrza do ogniska pożaru, zapobiega rozpryskom, zmniejsza temperaturę. Wolno stosować ją do gaszenia niewielkich zarzewi ognia. Nie wolno stosować jej do gaszenia płynów łatwopalnych lżejszych od wody (tonie w palącej się cieczy), precyzyjnych urządzeń mechanicznych (powoduje ich mechaniczne uszkodzenie), urządzeń elektrycznych pod napięciem.

PROSZKI GAŚNICZE

Są to drobno zmielone związki węglanowe lub fosforanowe, mają za zadanie odizolować płonące ciała od dostępu tlenu. Dodatkowo mogą wydzielać dwutlenek węgla mający właściwości tłumiące ogień. Wolno stosować ją do gaszenia: rozlanych cieczy palnych, urządzeń i maszyn elektrycznych pod napięciem, pojazdów mechanicznych. Nie wolno stosować jej do gaszenia: precyzyjnych urządzeń mechanicznych w ruchu (mogą powodować ich mechaniczne zatarcie).

Do zwalczania pożarów w ich początkowym stadium (likwidacja pożaru w zarodku) służy przenośny sprzęt gaśniczy określany jako: Podręczny Sprzęt Gaśniczy do którego zaliczamy **gaśnice, hydronetki, koce gaśnicze, tłumice, sita kominowe**.

DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Co to są środki gaśnicze?*
- ❖ *Jakie wyróżniamy grupy pożarów?*
- ❖ *Czego nie możemy gasić wodą?*
- ❖ *Jakie mamy rodzaje gaśnic?*
- ❖ *Co należy do podręcznego sprzętu gaśniczego?*
- ❖ *Do czego służy koc gaśniczy, i gdzie można go znaleźć?*



**TEMATYKA SPOTKANIA:
STRUKTURA OSP**

OMÓWIENIE TEMATU

Omówienie struktury Zarządu w danej jednostce, kto zajmuje dane stanowisko i co należy do jego obowiązków.

Stowarzyszenie to organizacja społeczna (zrzeszenie) powoływana przez grupę osób mających wspólne cele lub zainteresowania.

Wolontariat to dobrowolna, bezpłatna, świadoma praca na rzecz innych osób lub całego społeczeństwa.

Głównymi celami i zadaniami OSP jest:

- prowadzenie działalności prewencyjnej mającej na celu zapobieganie pożarom
- udział w akcjach ratowniczych przeprowadzanych w czasie pożarów, zagrożeń ekologicznych związanych z ochroną środowiska oraz innych klęsk i zdarzeń
- informowanie ludności o istniejących zagrożeniach pożarowych i ekologicznych oraz sposobach ochrony przed nimi
- upowszechnianie kultury fizycznej i sportu
- prowadzenia działalności kulturalnej i oświatowej
- współdziałanie z Państwową Strażą Pożarną

Zgodnie ze statutem OSP Zarząd OSP wybiera ze swego grona prezesa, naczelnika, dwóch wiceprezesów, sekretarza i skarbnika, a także może wybrać gospodarza, kronikarza i zastępcę naczelnika.

Władzami Ochotniczej Straży Pożarnej są:

- Walne zebranie
- Zarząd
- Komisja Rewizyjna

Najwyższą władzą stowarzyszenia OSP jest walne zebranie. Raz w roku zwoływane jest zebranie sprawozdawcze na którym przedstawiane są sprawozdania z działalności jednostki. Dodatkowo co pięć lat odbywa się zebranie sprawozdawcze ale o charakterze wyborczym gdzie powołać można nowy zarząd.



Omówienie dystynkcji OSP:



Omówienie dystynkcji Oddział Gminny/Miejsko Gminny OSP:



Omówienie dystynkcji Oddział Powiatowy OSP:



DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Co oznacza słowo stowarzyszenie?*
- ❖ *Kto może należeć do OSP?*
- ❖ *Czy to organizacja społeczna?*
- ❖ *Co to znaczy wolontariat?*
- ❖ *Co należy do zadań Ochotniczych Straży Pożarnych?*



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: GRA KARCIANA

CEL: Usystematyzowanie i skojarzenie nazwy z elementem wizualnym określającym dystynkcje

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- wydrukowane karty

ZASADY:

Talia zawiera karty z obrazkami przedstawiającymi dystynkcje OSP oraz jedna kartę nie mającą pary. Rozdający daje każdemu z graczy karty, jednej osobie siedzącej po lewej stronie rozdaje o jedną kartę więcej. Gracz z największą liczbą kart sprawdza czy ma jakąś parę, jeśli tak wyciąga ją na stół następnie pozwala by osoba siedząca obok wyciągnęła jedną kartę z jego talii. Jeśli gracz wyciągnie kartę pasującą do pary z którąś z posiadanych kart, wówczas wyklada tę parę na stół. W kolejnym ruchu następny gracz wyciąga kartę od kolejnego. Gra kończy się w momencie, gdy któryś z graczy pozostanie z kartą która nie ma pary tzw "turbo strażak". Wygrywa gracz, który jako pierwszy pozostanie bez kart.

INNE PROPOZYCJE ZAJĘĆ:

- PUZZLE - załącznik z pierwszej części "Nie trać czasu"

KOD QR "Nie trać czasu"





POMOCNIK
D-CY PLUTONU



CZŁONEK
ZARZADU



CZŁONEK KOMISJI
REWIZYJNEJ



ZASTĘPCA
NACZELNIKA



WICEPREZES
NACZELNIK



POMOCNIK
D-CY PLUTONU



CZŁONEK
ZARZADU



CZŁONEK KOMISJI
REWIZYJNEJ



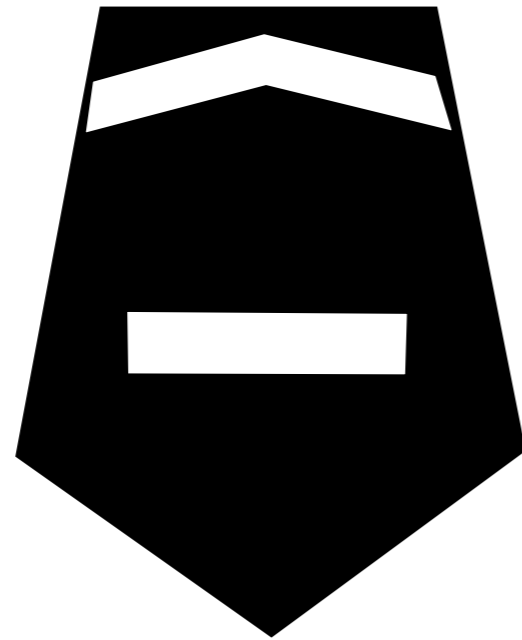
ZASTĘPCA
NACZELNIKA



WICEPREZES
NACZELNIK



STRAŻAK



ST. STRAŻAK



DOWÓDCA
ROTY



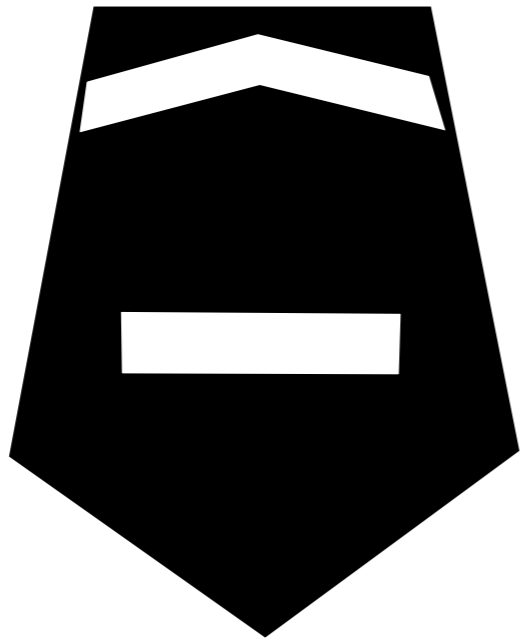
POMOCNIK
D-CY SEKCJI



DOWÓDCA
SEKCJI



STRAŻAK



ST. STRAŻAK



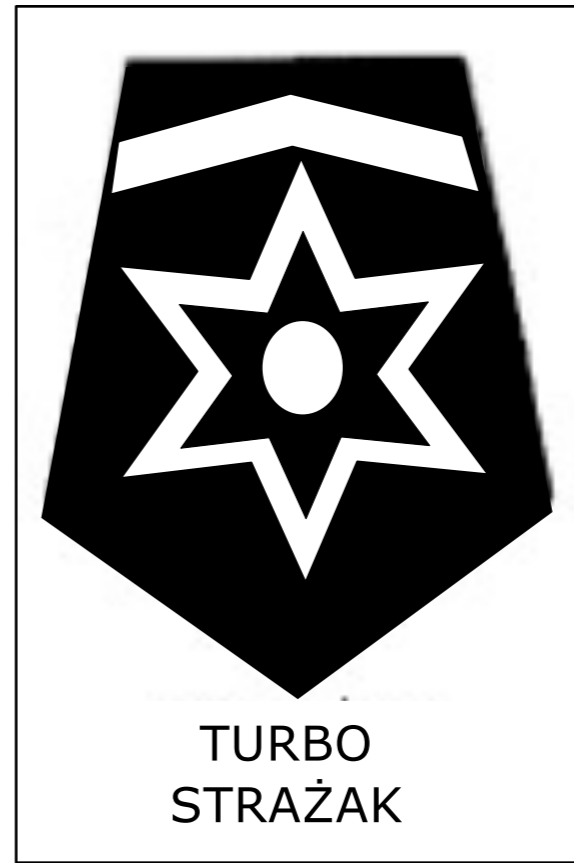
DOWÓDCA
ROTY



POMOCNIK
D-CY SEKCJI



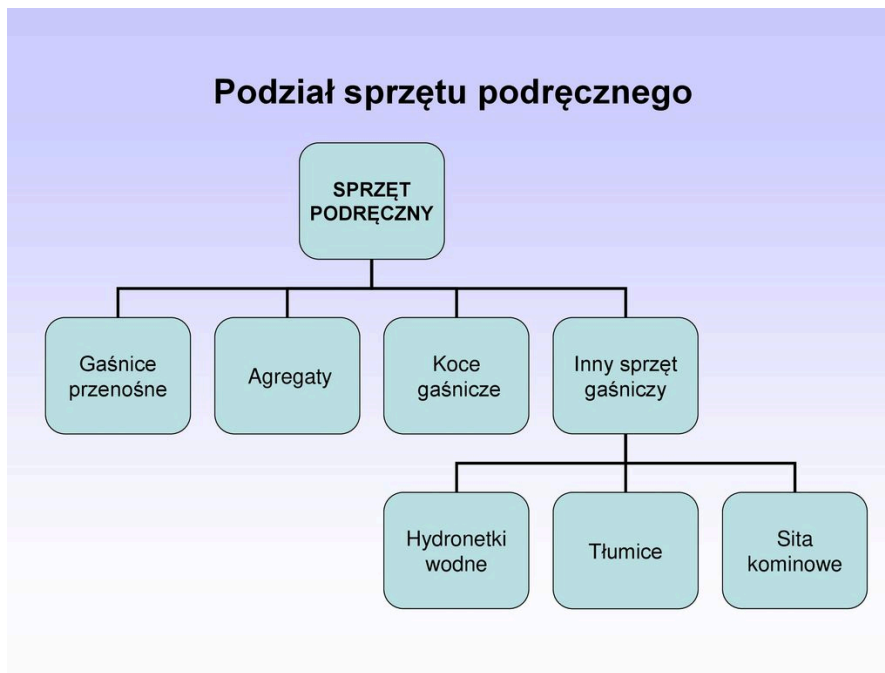
DOWÓDCA
SEKCJI



TEMATYKA SPOTKANIA:
PODRĘCZNY SPRZĘT GAŚNICZY / GAŚNICA

OMÓWIENIE TEMATU

Sprzęt podręczny – urządzenia służące do gaszenia pożaru w zarodku (tzn. we wstępnej fazie jego rozwoju). W skład sprzętu podręcznego zalicza się między innymi: gaśnice, agregaty, koce gaśnicze, hydronetki wodne, tłumice, sита kominowe.



Gaśnice przenośne - jest to urządzenie zawierające środek gaśniczy, który na skutek ciśnienia wewnętrznego może być wyrzucony i skierowany na pożar. Wszystkie rodzaje gaśnic pomalowane są na kolor czerwony. Na zewnętrznej części zbiornika znajduje się etykieta z opisem informującym o typie, wielkości, przeznaczeniu i sposobie użycia. Rozróżniamy gaśnice stałe pod ciśnieniem oraz gaśnice z ładunkiem CO₂. Oznaczenie „z” informuje użytkownika, że w zbiorniku gaśnicy znajduje się pojemnik z dwutlenkiem węgla. Oznaczenie „x” informuje użytkownika, że gaśnica jest pod stałym ciśnieniem.

Podział gaśnic i ich przeznaczenie:

Gaśnice wodne i pianowe o zawartości 2, 3, 6 lub 9 dm³ (wody lub wodnego roztworu środka pianotwórczego) – przeznaczone są do gaszenia pożarów grupy A (gaśnice wodne) lub pożarów grupy A i B (gaśnice pianowe)

Gaśnice proszkowe o zawartości 1, 2, 3, 4, 6, 9 i 12 kg proszku gaśniczego – przeznaczone do gaszenia pożarów grupy A, B i C lub B i C, zależnie od rodzaju proszku użytego do jej napełnienia.



Gaśnice śniegowe o zawartości 2 lub 5 kg dwutlenku węgla – przeznaczone są do gaszenia pożarów grupy B i C.

RODZAJE GAŚNIC

TYP	ŚRODEK GAŚNICZY
PŁYNOWE	WODA I WODNE ROZTWORY ZWIĘKSZAJĄCE WŁAŚCIWOŚCI GAŚNICZE WODY
PIANOWE	PIANA GAŚNICZA
PROSZKOWE	PROSZEK GAŚNICZY
ŚNIEGOWE	DWUTLENEK WĘGLA (CO ₂)
HALONOWE*	HALON

OZNAKOWANIE GAŚNIC

G- Gaśnica

P - Proszek

W - Piana

S - Dwutlenek węgla

GP - Gaśnica proszkowa

GW (GWP) - Gaśnica wodno- pianowa

GS - Gaśnica śniegowa

GH - Gaśnica halonowa

Koc gaśniczy – prostokątny lub kwadratowy kawałek materiału zazwyczaj wykonany z tkaniny szklanej. Przeznaczony do gaszenia pożarów- przez przykrycie odcięty zostaje dostęp powietrza do palącego się materiału dzięki czemu pożar zostaje stłumiony i wygaszony.






Sito kominowe - wykonane z siatki drucianej, stosowane przy pożarach sadzy. Dzięki założeniu sita na komin niweluje się ilość iskier i płomieni które mogłyby spowodować pożar dachu.

Hydronetka - podręczny, przenośny sprzęt gaśniczy przystosowany do podawania strumienia wody poprzez pompowanie ręczną pompką dwustronnego działania; najskuteczniej gasi małe pożary ciał stałych

Tłumica - podręczny, przenośny sprzęt przeznaczony do gaszenia pożarów przyziemnych tj. pożar traw, ściółki, niewielkich trzcin. Pozwala na stłumienie niewielkiego pożaru w zarodku, do gaszenia iskier i żaru.

Oznaczenie podręcznego sprzętu gaśniczego w miejscach użyteczności publicznej - są to czerwone prostokątne tabliczki z odpowiednim piktogramem który wskazuje lokalizację sprzętu.



	Koc gaśniczy	Wskazuje lokalizację koca gaśniczego
	Gaśnica przenośna	Wskazuje lokalizację gaśnicy przenośnej
	Telefon alarmowania pożarowego	Wskazuje lokalizację telefonu alarmowania pożarowego
	Hydrant wewnętrzny	Wskazuje lokalizację hydrantu wewnętrznego
	Gaśnica	Wskazuje lokalizację gaśnicy przenośnej

DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Co to znaczy podręczny sprzęt gaśniczy?*
- ❖ *Co zaliczamy do podręcznego sprzętu gaśniczego?*
- ❖ *Kiedy się go stosuje?*
- ❖ *Jak jest oznaczony podręczny sprzęt gaśniczy w miejscach użyteczności publicznej?*



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: ROZSYPANKA

CEL: Usystematyzowanie i skojarzenie nazewnictwa z piktogramami

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- wydrukowane elementy

ZASADY:

Wydrukowane elementy można traktować jako plansze do nauki, lub pociąć na kawałki by tworzyły rozsypankę do złożenia





**Wskazuje lokalizację
gaśnicy przewoźnej**



**Wskazuje lokalizację
telefonu alarmowania pożarowego**



**Wskazuje lokalizację
koca gaśniczego**



**Wskazuje lokalizację
hydrantu wewnętrznego**



**Wskazuje lokalizację
gaśnicy przenośnej**

TEMATYKA SPOTKANIA:

WĘŻE

OMÓWIENIE TEMATU

Węże tłoczne służą do tłoczenia wody oraz wodnych roztworów środków pianotwórczych pod odpowiednim ciśnieniem. W zależności od średnicy wewnętrznej rozróżnia się wielkości węży w mm: 25, 42, 52, 75 i 110.

Węże ssawne umożliwiają zassanie wody lub innych płynów z miejsca ich magazynowania do nasady ssawnej pompy. W zależności od średnicy wewnętrznej rozróżniamy węże: 52, 75, 110.

Przełączniki służą do łączenia węży o różnych wielkościach. W zależności od średnic wewnętrznych węży tłocznych rozróżnia się trzy wielkości przełączników: 52/25, 75/52, 110/75.

Rozdzielacz umożliwia rozdzielenie linii gaśniczej na dwie roty. W zależności od typu zastosowanych zaworów wyróżniamy rozdzielacze kulowe i grzybkowe.

Zbieracz - stosowane do zbierania wody z dwóch pożarniczych węży tłocznych 75 w jeden wąż tłoczny 110

Smok ssawny - spełnia funkcję ochrony przed wciąganiem wraz z zasysaną wodą grubszych zanieczyszczeń. W zależności od konstrukcji wyróżniamy smoki ssawne proste i skośne wyposażone w nasady 52, 75, 110.

Prądownice w zależności od konstrukcji rozróżnia się:

- proste PW,
- pistoletowe PWS,
- uniwersalne typu TURBO

Kurtyny wodne służą do wytwarzania zasłony wodnej która ogranicza rozprzestrzenianie się ognia lub promieniowania ciepłego.

DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Jakie rozróżniamy rodzaje węży?*
- ❖ *Czym różni się wąż tłoczny od ssawnego?*
- ❖ *Kiedy wykorzystujemy węże tłoczne?*
- ❖ *Kiedy wykorzystujemy węże ssawne?*
- ❖ *W jakich sytuacjach możemy wykorzystać kurtynę wodną?*



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: PODĄŻANIE ZA ODCINKIEM

CEL: Zabawa ruchowa, ćwiczenie dobrych nawyków

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- wąż
- hełm
- przepaska na oczy

ZASADY:

W zależności od możliwości i pogody, w pomieszczeniu lub na otwartej przestrzeni rozkładamy odcinek węża za którym będą podążać uczestnicy zabawy. Uczestnicy mogą mieć zasłonięte oczy, lub w przypadku pomieszczenia można je zaciemnić. Trasę przejścia możemy utrudnić za pomocą przeszkód np poprowadzić odcinek tak by należało przejście pod krzesłem/pod kocem itp. Na końcu odcinka możemy umieścić uszkodzowanego (np pluszowego misia) którego należy wydostać z pomieszczenia.

INNA PROPOZYCJA ZAJĘĆ:

- sztafeta z łączenie odcinków na czas
- rozpoznawanie rodzajów węży z zasłoniętymi oczami
- przechodzenie po wężu - zabawa z pierwszej części "Nie trać czasu"

KOD QR "Nie trać czasu"



TEMATYKA SPOTKANIA:
LINIA GAŚNICZA / LINIA ZASILAJĄCA / PRĄDY WODY

OMÓWIENIE TEMATU

Podstawowe zasady budowy i prowadzenia linii wężowych:

- jak najkrótsze "drogi wężowe" ze względu na ograniczenie strat ciśnienia, zużycia węża, oszczędność czasu
- ułożenia linii wężowych bez niepotrzebnych załamań, skręceń
- nie wolno układać linii wężowych na: ostrych krawędziach, materiałach palących się i żarzących, w środowisku bezpośredniego oddziaływania kwasów i innych niebezpiecznych substancji chemicznych
- unikać tarasowania przejść, wyjść, klatek schodowych itp
- linie wężowe rozwijane na ulicach, drogach należy prowadzić skrajem jezdni lub poboczem drogi;
- linię przecinającą drogę należy zabezpieczyć mostkami przejazdowymi
- linię przechodzącą przez tory kolejowe należy ułożyć pod szynami
- linie wężowe prowadzone przez ogrodzenia i inne przeszkody należy zabezpieczyć za pomocą siodełka wężowego
- prowadząc linię wężową przez zagłębienia typu: wykopy czy rowy należy ją ułożyć na drabinie lub, podwiesić przy pomocy podpinek
- linie usytuowane w pionie należy zabezpieczyć podpinkami w sposób bezpieczny

W zależności od przeznaczenia linie wężowe dzielimy na tłoczne i ssawne.

Jednym z rodzajów linii tłocznych jest **linia główna**, którą budujemy od nasady tłocznej pompy znajdującej się na stanowisku wodnym do rozdzielacza.

Kolejny rodzaj linii tłocznej to **linia gaśnicza**, budowana od nasady tłocznej pompy, hydrantu lub rozdzielacza do stanowiska gaśniczego.

Ostatnim rodzajem linii tłocznej jest **linia zasilająca**, którą budujemy od nasady hydrantu pożarniczego do nasady ssawnej pompy lub do zbiornika samochodu pożarniczego.

Linia ssawna z kolei budowana jest od punktu czerpania wody nie będącego hydrantem przeciwpożarowym lub innym źródłem, gdzie występuje woda pod ciśnieniem (najczęściej otwarty zbiornik przeciwpożarowy, staw lub rzeka) do nasady ssawnej pompy.

DYSKUSJA (przykładowe pytania):

- ❖ *Linia gaśnicza co to?*
- ❖ *Czym się różni linia gaśnicza od zasilającej?*
- ❖ *Po co budować linie zasilającą?*
- ❖ *Prądy wody, jakie wyróżniamy?*



POMYSŁ NA ZAJĘCIA: ĆWICZENIA PRAKTYCZNE

CEL: Usystematyzowanie schematu działania

CO BĘDZIE POTRZEBNE:

- prądownice
- rozdzielacz
- węże

ZASADY:

Symulujemy scenkę w której zastęp musi zostać podzielony na rotę, przygotować linię główną, linię gaśniczą a następnie zasilającą aby przystąpić do gaszenia pożaru np. garażu.

Budujemy linię główną od samochodu lub motopompy w stronę rozdzielacza za pomocą węża tłoczego W 75. Następnie od rozdzielacza podpinamy węże tłoczne W52, na końcu łączymy z prądownicą. Prądownik daje sygnał informujący o gotowości do działania.

W międzyczasie budowana jest linia zasilająca od hydrantu do samochodu za pomocą węża tłoczego W75. Dodatkowo grupa musi pamiętać o zabezpieczeniu miejsca zdarzenia np. rozstawiając pachołki, rozwijając taśmę.

