

STANĚ SE HRDINOU

SPORTUJ S CITEM, JEZDI S ROZUMEM A POMÁHEJ SRDCEM

STAŇ SE HRDINOU

- Unikátní vzdělávací programy zaměřené na chování dětí v rizikových situacích.
- Nejedná se o klasickou první pomoc, ale o ucelené postupy, jak se při jednotlivých krizových situacích zachovat.
- Cílem programů je vychovat budoucí generaci dospělých, která dokáže zachránit život.
- Programy byly vytvořeny jako společný projekt pedagogů, metodiků primární prevence, dětských psychologů a lékařů ve spolupráci se Zdravotnickou záchranou službou Jihočeského kraje a dalších odborníků.

MATEŘSKÉ ŠKOLY



délka trvání: 2 x 2 hodiny



věk: 5–6 let

- Program je koncipován jako startovací kurz pro děti v mateřské škole.
- Předškoláci se seznámí s našimi hrdiny, jejichž prostřednictvím získají **povědomí o možných úrazech a nástrahách**.
- Formou zábavných pohybových aktivit a říkanek si osvojí **důležitá telefonní čísla** a jednotlivé **postupy při úrazech**.
- Činnosti jsou sestaveny tak, aby se děti naučily správně reagovat na dané situace tím, že si vše prožijí.

ZÁKLADNÍ ŠKOLY



délka trvání: 2 x 4 hodiny



věk: 1.–9. třída

- Program zaměřený na **chování dětí v rizikových situacích**, konkrétně na základy první pomoci při běžných úrazech (volnočasové aktivity, sport atd.).
- **Nejedná se však o klasickou první pomoc, ale o ucelené postupy, jak se při jednotlivých krizových situacích zachovat.**

STŘEDNÍ ŠKOLY



délka trvání: 2 x 4 hodiny



věk: 15+ let

- Zaměřuje se na **nebezpečí sociálních sítí a jejich vliv na chování dospívajících studentů**. Ukazuje rozdíl mezi skutečným a virtuálním světem.
- Program zaměřený nejen na chování studentů v rizikových situacích, základy první pomoci při běžných úrazech (volnočasové aktivity, sport atd.).



STAŇ SE HRDINOU

MATEŘSKÉ ŠKOLY

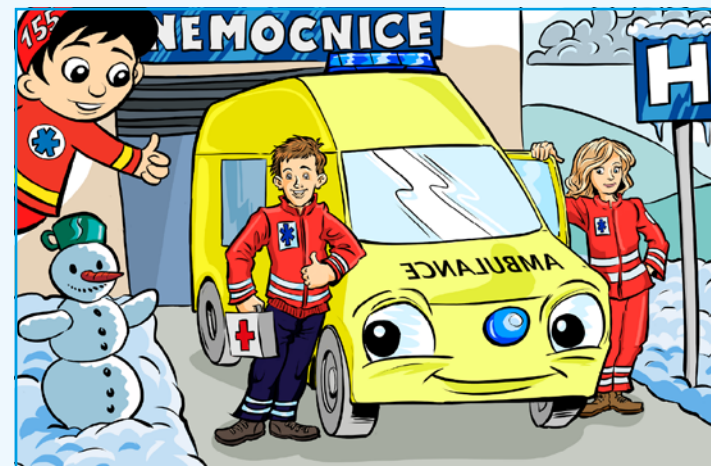
Záměry projektu:

- Získat povědomí o prevenci úrazů při sportovních aktivitách – eliminace rizika úrazu *„Sportuj s citem“*.
- Osvojit si zásady bezpečného chování v souvislosti s ochranou vlastního zdraví *„Chovej se (jezdi) s rozumem“*.
- V případě ohrožení zdraví vědět co dělat a na koho se obrátit *„Pomáhej srdcem“*.

- Program je rozdělen na dvě části: **Letní příběh** a **Zimní příběh**. Jedná se o dvě vzorové situace – tonutí a propadnutí se v ledu – a názorná ukázka, jak se zachovat.



Příběhem provádí děti Kryštůfka záchranář. Plyšová hračka Kryštůfka záchranáře má v této činnosti klíčovou roli. Pomáhá dětem zraněným a nemocným v sanitních vozích, snižuje jejich úzkost a obavy. **Kryštůfka najdete u všech Zdravotnických záchranných služeb v ČR, vždy je připraven pomáhat dětem v nouzi :)**



STAŇ SE HRDINOU

MATEŘSKÉ ŠKOLY

Zimní příběh:



Letní příběh:



Celoroční příběh:



zkustoZdrave.cz
NEZISKOVÁ ORGANIZACE

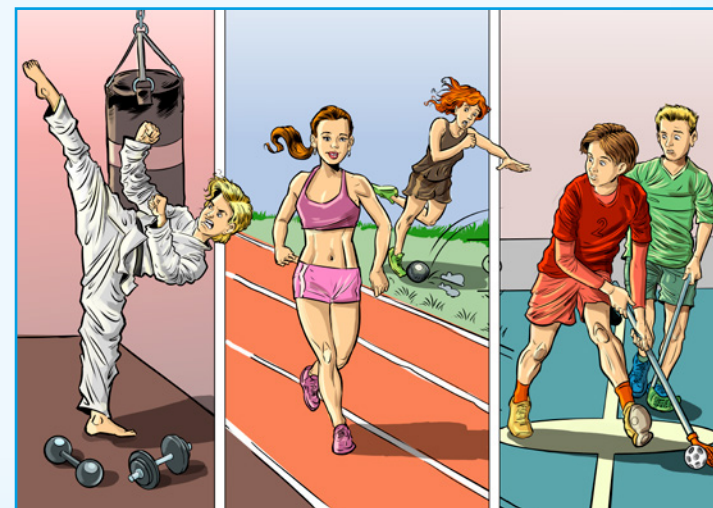
STAŇ SE HRDINOU

ZÁKLADNÍ ŠKOLY

- Program zaměřený na rizikové chování při sportu, volnočasových aktivitách a pravidla první pomoci se zaměřením na základní postupy v záchraně zraněného (nejedná se přímo o první pomoc).

OBSAH PROGRAMU:

- Sporty a jejich rozdělení.
- Volnočasové aktivity.
- Jak pomoci zraněnému (zavolat 155, aplikace Záchranka).
- Neutíkat od zraněného.
- Nebýt lhostejný ke svému okolí.
- Bezpečnost při sportu a v dopravním provozu (přilba, chrániče, vhodná obuv a oblečení, světla, reflexní prvky...).



STAŇ SE HRDINOU

ZÁKLADNÍ ŠKOLY



STAŇ SE HRDINOU

STŘEDNÍ ŠKOLY

- Program zaměřený na úskalí a rizika spojená s používáním sociálních sítí.
- Základní postupy v záchraně zraněného a závolání pomoci.

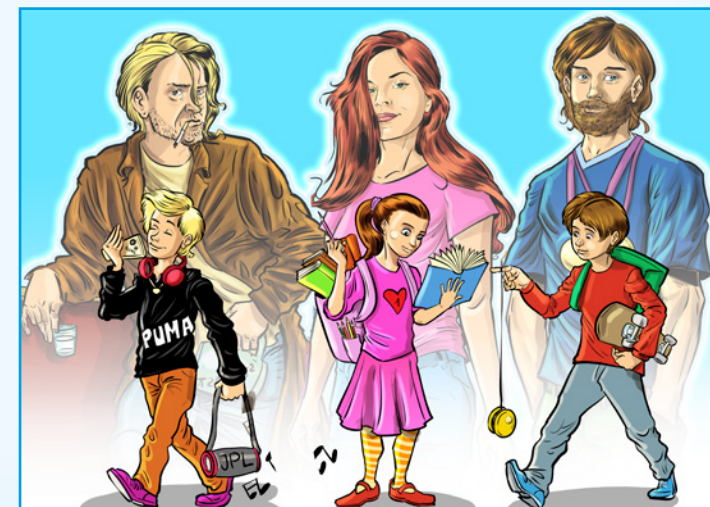
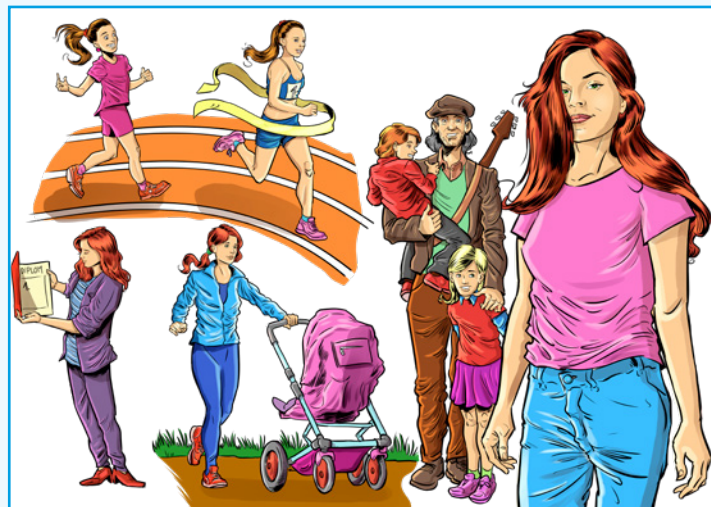
OBSAH PROGRAMU:

- Volnočasové aktivity a jejich úskalí.
- Sociální sítě (virtuální svět a jeho rizika).
- Být úspěšný influencer/youtuber neznamená být ve skutečném světě oblíbený.
- Oblíbený online/outsider offline.
- Rizikové chování při sportu.
- Bezpečnost při sportu (přilba, chrániče, vhodná obuv a oblečení, světla, reflexní prvky...).



STAŇ SE HRDINOU

STŘEDNÍ ŠKOLY



zkustozdrave.cz
NEZISKOVÁ ORGANIZACE

Děkujeme všem HRDINŮM, kteří se na tvorbě programů podílejí:



ZÁCHRANKA

Mobilní aplikace
pro tísňové volání



banální situace fatální následky

