

UPUTE ZA PRIPREMU EKIPA

PROVJERE ZNANJA O MEĐUNARODNOM POKRETU CRVENOG KRIŽA I CRVENOG POLUMJESECA, HRVATSKOM CRVENOM KRIŽU, MEĐUNARODNOM HUMANITARNOM PRAVU, LJUDSKIM PRAVIMA I PRAVIMA DJETETA

Literatura:

1. Priručnik „Humane vrednote - odgoj za humanost“, Hrvatski Crveni križ, Zagreb

- **Nastavna tema: Načela humanog rada**
 - o **Nastavna jedinica 1 i 2, od 27. do 45. stranice**
- **Nastavna tema: Prava čovjeka i djece**
 - o **Nastavna jedinica 1 i 2, od 45. do 63. stranice**

2. Brošura za natjecanje mladih, Hrvatski Crveni križ, Zagreb, siječanj 2020.

Pisane zadatke za sve razine natjecanja izrađuje Državno povjerenstvo za provedbu natjecanja.

Predviđeno vrijeme zadržavanja ekipe na ovoj poziciji je 10 min. Ispit se rješava 8 minuta, a za upute suca, podjelu i prikupljanje ispita predviđene su 2 minute.

Ispit **članovi ekipe rješavaju zasebno**, bez konzultacija s ostalim članovima ekipe. Svaki natjecatelj mora na ispit napisati zaporku i naznačiti koji je član ekipe (npr. „Član 3“) **Dogovaranje i prepisivanje kažnjava se oduzimanjem svih bodova.**

Na postavljeno pitanje **samo je jedan od ponuđenih odgovora točan**. Točan odgovor natjecatelji označavaju zaokruživanjem slova ispred odgovora. **Ispravljani odgovori se ne priznaju.**

Sudac daje znak za početak i završetak rješavanja ispita. Suci na pozicijama pisane provjere znanja su nastavnici, volonteri i/ili zaposlenici Hrvatskog Crvenog križa i/ili društava Hrvatskog Crvenog križa.

Sudac daje znak za početak i završetak rješavanja ispita. Suci na pozicijama pisane provjere znanja su nastavnici, volonteri i/ili zaposlenici Hrvatskog Crvenog križa i/ili društava Hrvatskog Crvenog križa.

PROVJERA ZNANJA I VJEŠTINA U PRUŽANJU PRVE POMOĆI

Provjera znanja i vještina ekipa podmlatka i mladih na natjecanjima obavlja se:

1. **putem rješavanja ispita** na jednoj poziciji i
2. **putem rješavanja praktičnih zadataka** - pružanjem prve pomoći osobama s realistično prikazanim ozljedama na dvije pozicije na školskim/općinskim/gradskim i međužupanijskim natjecanjima, a na tri pozicije na državnom natjecanju.

1. Pisana provjera znanja (ispit)

Predviđeno vrijeme zadržavanja ekipe na ovoj poziciji je 10 min. Ispit se rješava 8 minuta, a za upute suca, podjelu i prikupljanje ispita predviđene su 2 minute.

Ispit **članovi ekipe rješavaju zasebno**, bez konzultacija s ostalim članovima ekipe. Svaki natjecatelj mora na ispit napisati zaporku i naznačiti koji je član ekipe (npr. „Član 3“) **Dogovaranje i prepisivanje kažnjava se oduzimanjem svih bodova.**

Na postavljeno pitanje **samo je jedan od ponuđenih odgovora točan**. Točan odgovor natjecatelji označavaju zaokruživanjem slova ispred odgovora. **Ispravljani odgovori se ne priznaju.**

Sudac daje znak za početak i završetak rješavanja ispita. Suci na pozicijama pisane provjere znanja su nastavnici, volonteri ili zaposlenici Hrvatskog Crvenog križa.

2. rješavanja praktičnih zadataka

Predviđeno vrijeme zadržavanja ekipe na ovim pozicijama je 15 min. Rješavanje praktičnih zadataka traje 10 minuta, a vrijeme za podnošenje izvješća sucu traje 2 minute. Ocjenjivanje ekipe i komentar suca (ukazivanje na načinjene greške) traje 3 minute.

Na radnoj poziciji na kojoj se rješavaju praktični zadaci **u rad su uključeni svi članovi ekipe. Dogovaranje s osobama koje nisu članovi ekipe, uključujući komunikaciju mobilnim telefonom, kažnjava se oduzimanjem svih bodova.**

Rad svake ekipe na praktičnim pozicijama prati i ocjenjuje **sudački tim kojeg čine najmanje dva suca**. Suci na praktičnim pozicijama prve pomoći mogu biti osobe educirane i uključene u obuku mladih iz prve pomoći (liječnici, medicinske sestre, nastavnici i drugi).

Prilikom rješavanja praktičnih zadataka, svaka ekipa mora imati **dvije (2) torbice** prve pomoći. **Svaka torbica prve pomoći treba sadržavati navedena sredstva u predloženim količinama:**

Sredstva za pružanje prve pomoći	Predložene količine
1. Sterilne gaze 1/4 m	1 kutija (5 komada)
2. Sterilne komprese	3 kutije (15 komada)
3. Aluplast za opekline	3 komada
4. Kaliko zavoj (razne širine)	8 komada
5. Trokutne marame velike	10 komada
6. Ljepljiva traka (flaster) 2x5	1 kolut
7. Medicinski flaster - (hansaplast)	1 kutija
8. Jednokratne rukavice	10 pari
9. Sigurnosne igle	1 kutija (10 komada)
10. Škare	1 komad
11. Kemijska olovka i blok za pisanje	1 komad
12. Plastične vrećice (veća i manja)	2 komada
13. Poliesterska folija metalizirana aluminijem (za utopljanje)	2 komada

Udlage i ovratnici (bilo koje vrste) nisu sastavni dio propisanih sredstava za pružanje prve pomoći.

Za rješavanje praktičnih zadataka koristi se **materijal** za pružanje prve pomoći **iz torbice i sva sredstva koja se nađu na radnoj poziciji**, a potrebna su za zbrinjavanje zadanih ozljeda. Priručna sredstva i sve što se može koristiti za zbrinjavanje ozljeda (boca s vodom, novine, deke ili odjevni predmeti, plastične vrećice, led, itd.) sastavni su dio scenarija simulirane nesreće i na radnu poziciju ih postavlja organizator. **Organizator na svakom radnoj poziciji mora imati u pričuvi: sanitetski materijal i 2 deke.**

Na poziciji na kojoj se provjerava znanje osnovnog održavanja života (reanimacija/oživljavanje), organizator treba osigurati lutku za reanimaciju i sredstva za samozaštitu, jednokratne folije za davanje umjetnog disanja, kao i sredstvo za dezinfekciju (alkohol) kojim je potrebno čistiti usta lutke nakon primjene umjetnog disanja.

Lutka za reanimaciju **ne mora imati indikator** za provjeru točnosti rada.

Prilikom rada ekipa **na radnoj poziciji (uključujući i radnoj poziciji gdje se provjerava oživljavanje) obavezna je upotreba zaštitnih rukavica.**

Literatura:

1. „Pružanje prve pomoći - priručnik za vozače i sve sudionike u prometu“; u izdanju Hrvatskog Crvenog križa 2018. godine
2. Edukativni materijali dostupni na službenim web stranicama Hrvatskog Crvenog križa pod kategorijom Mladi - Natjecanje mladih – Repetitorij prve pomoći
3. Video materijali dostupni na službenom YouTube kanalu Hrvatskog Crvenog križa.

Na natjecanju u kategoriji **PODMLATKA** mogu biti zadane sljedeće ozljede i situacije:

1. Uvod u prvu pomoć
2. Opći postupak na mjestu nesreće
3. Postupak s ozlijeđenom osobom
4. Materijali za pružanje prve pomoći
5. Transportni položaji
6. Gubitak svijesti:
 - osoba bez svijesti koja diše normalno (bočni položaj)
 - osoba bez svijesti koja ne diše ili ne diše normalno (oživljavanje)
7. Krvarenje
8. Šok
9. Ozljede i rane:
 - postupak prve pomoći kod rana
 - postupak prve pomoći kod stranog tijela u rani
 - opekline
 - ozljede glave
 - ozljede prsnog koša
 - ozljede trbuha
10. Ozljede kostiju i zglobova
 - prijelomi
 - ozljede zglobova
 - ozljede zdjelice
11. Gušenje stranim tijelom u dišnom putu
12. Utjecaj visokih i niskih temperatura na organizam
13. Ubodi i ugrizi životinja (pčela, osa, stršljen)
14. Srčani udar
15. Moždani udar
16. Napadaj astme
17. Konvulzije

Za natjecanje u kategoriji **MLADIH** sve teme iz Priručnika su obavezne.

U skladu s time, **na natjecanju u kategoriji MLADIH** mogu biti zadane sljedeće ozljede i situacije:

1. Uvod u prvu pomoć
2. Opći postupak na mjestu nesreće
3. Postupak s ozlijeđenom osobom
4. Materijali za pružanje prve pomoći
5. Transportni položaji
6. Gubitak svijesti
7. Krvarenje
8. Šok
9. Ozljede i rane
10. Ozljede kostiju i zglobova
11. Udar struje
12. Udar munje

13. Gušenje stranim tijelom u dišnom putu
14. Utapanje
15. Otrovanja
16. Utjecaj visokih i niskih temperatura na organizam
17. Ubodi i ugrizi životinja
18. Srčani udar
19. Moždani udar
20. Pad šećera u krvi
21. Napadaj astme
22. Konvulzije
23. Alergijske reakcije

Elementi na temelju kojih se ocjenjuje pokazano znanje i vještine u pružanju prve pomoći na praktičnim pozicijama:

a) na radnoj poziciji sa zadanim situacijama i ozljedama prvu pomoć na radnoj poziciji pruža cijela ekipa zajedno.

Pravilnost postupaka koji se primjenjuje na radnoj poziciji ocjenjuje se kroz sljedeće elemente:

**1. Nastup ekipe: - provjera sigurnosti pristupa
- osiguranje mjesta nesreće**

Kod pristupa na radnu poziciju, a prije pristupa ozlijeđenima ekipa mora **provjeriti sigurnost** pristupa **pregledom** radne pozicije, **a zatim i upitom** sucu je li pristup siguran. Ako to zadana situacija zahtijeva mjesto se mora **osigurati** (npr.: gašenje vatre, uklanjanje predmeta koji mogu izazvati ozljede, itd.).

2. Orijentacijski pregled, prepoznavanje ozljeda

Vođa ekipe prvi obavlja brzi pregled ozlijeđenih, procjenjuje težinu ozljeda, određuje prioritet u zbrinjavanju i u skladu s time raspoređuje članove ekipe. **Članovi ekipe** moraju napraviti orijentacijski pregled ozlijeđenih osoba i tražiti sve moguće znakove ozljeda, na temelju kojih moraju utvrditi o kakvim se ozljedama radi. Primjenjuju prvo neodgodive postupke prve pomoći (ako vrsta ozljede to traži) i zbrinjavaju ozljede dajući prioritet u zbrinjavanju težoj ozljedi.

3. Pozivanje hitne medicinske službe

Poziv hitnoj medicinskoj službi obavlja se **uz jednog od sudaca** koji tada ima ulogu osobe koja preuzima poziv u hitnoj medicinskoj službi. Hitnu medicinsku službu poziva vođa ekipe.

4. Postupak zbrinjavanja ozljeda

Ozljede se zbrinjavaju **postupcima navedenima u priručniku** prve pomoći, **repetitoriju i materijalima dostupnim na webu i YouTube kanalu Hrvatskog Crvenog križa.**

5. Izbor materijala za zbrinjavanje ozljeda

Kod zbrinjavanja ozljeda koristi se **materijal u torbici** i sve što se nalazi **na radnoj poziciji**, a može se koristiti za pružanje prve pomoći.

6. Sterilnost rada, samozaštita

Poznavanje **mjera zaštite i samozaštite** natjecatelji pokazuju korištenjem sterilnog materijala i uporabom rukavica. Rukavice se stavljaju **prije pristupa na radnoj poziciji** (uključujući i reanimaciju).

7. Opća briga za ozlijeđene: prioritet teže ozlijeđenih kod zbrinjavanja, utopljavanje, položaj, provjera vitalnih funkcija, ublažavanje žeđi

Uz pružanje postupaka prve pomoći koje zahtijeva određena ozljeda, natjecatelji moraju pokazati i **opću brigu za ozlijeđenu osobu**: odrediti tko ima prioritet u zbrinjavanju, razgovarati s ozlijeđenom osobom, postaviti ozlijeđenu osobu u odgovarajući položaj, pokriti je dekom, utažiti joj žeđ, provjeravati vitalne životne funkcije.

8. Psihosocijalna podrška (razgovor, ohrabrivanje, stalna briga za ozlijeđene), odnos prema ozlijeđenima

Psihosocijalna podrška je sastavni dio dobro pružene prve pomoći. Natjecatelji moraju pokazati da **zbrinjavaju osobu**, a ne samo ozljedu. S ozlijeđenom osobom treba razgovarati, tješiti je, ne ostavljati je samu.

9. Izvješće o radu

Vođa ekipe po završetku zbrinjavanja ozlijeđenih podnosi izvješće sucu: opis stanja koje su zatekli na radnoj poziciji, ozljede svakog od ozlijeđenih i što su u okviru pružanja prve pomoći napravili.

10. Timski rad, ozbiljnost pristupa

Na radnoj poziciji kod zbrinjavanja ozlijeđenih rad je timski. Vođa provjerava sigurnost pristupa, poziva u pomoć, raspoređuje članove ekipe uz ozlijeđene i nadzire cijelu situaciju. Svi članovi ekipe moraju **neprekidno sudjelovati u radu**, po potrebi pomagati jedni drugima. Pristup poslu cijele ekipe mora biti ozbiljan, kao da se radi o stvarnoj situaciji.

b) na radnoj poziciji gdje se provjerava znanje postupka oživljavanja (reanimacije) - u kategoriji mladih

Na jednoj od pozicija u kategoriji mladih provjerava se znanje osnovnog održavanja života – postupak reanimacije. Provjerava se znanje **svakog pojedinog člana ekipe**.

Elementi koji se ocjenjuju su:

1. **Provjera sigurnosti pristupa** (pregledati radnoj poziciji i postaviti upit sucu prije pristupa lutki, svaki pojedini natjecatelj)
2. **Provjera stanja svijesti** (nježno tresti, glasno dozivati)
3. **Otvaranje dišnog puta** (zabacivanje glave i podizanje brade)
4. **Provjera disanja** (postupak opisan u Priručniku, repetitoriju i materijalima na webu)
5. **Poziv u pomoć, poziv hitne medicinske službe** (kad smo utvrdili da je osoba bez svijesti zovemo bilo koga u blizini da nam dođe pomoći, a pozivamo hitnu medicinsku službu kad ustanovimo da ozlijeđena osoba ne diše)
6. **Masaža srca** (postupak opisan u Priručniku i materijalima na webu - repetitoriju)
7. **Umjetno disanje** (postupak opisan u Priručniku i materijalima na webu - repetitoriju)

Izvođe se dva ciklusa masaže srca i umjetnog disanja.