Evidenčné číslo záznamu: ....................

**Katedra fyziky, matematiky a techniky FHPV PU v  P r e š o v e**

**Záznam**

**o vykonanom poučení pre zabezpečenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci.**

Toto poučenie sa vykoná v zmysle Zákona č.124/2006 Z.z.,O bezpečnosti a ochrane zdravia pri práci, § 6, ods. 7. a Vyhlášky MPSVaR SR č.508/2009 Z. z. ktorou sa ustanovujú podrobnosti na zaistenie bezpečnosti a ochrany zdravia pri práci s technickými zariadeniami tlakovými, zdvíhacími, elektrickými a plynovými a ktorou sa ustanovujú technické zariadenia, ktoré sa považujú za vyhradené technické zariadenia, § 20 ods. 1.

**1. Názov vyučovacieho priestoru :** „Centrum...“ CEPT **Miestnosť č.:** 311 a 515 B

**2. Učebný predmet:**  technika **Dátum vykonania poučenia :** ................................

**3. Žiaci základnej školy:** ................................................................................................... **Ročník**...............

**4. Rozsah poučenia :** Organizačný poriadok; Všeobecné zásady bezpečného sa správania v učebniach, poučenie o obsluhe elektrických zariadení a prvá pomoc pri úraze elektrickým prúdom podľa prílohy tohto záznamu

Iné : .............................................................................................................................................................................

**Zoznam poučených osôb**

**Žiakov doprevádzajúce osoby / učitelia**

**P. číslo : Priezvisko a meno: Podpis :**

1. .........................................................................................................................................................

2. .........................................................................................................................................................

**Žiaci**

**P. číslo : Priezvisko a meno: Podpis :**

1. .........................................................................................................................................................

2. .........................................................................................................................................................

3. .........................................................................................................................................................

4. .........................................................................................................................................................

5. .........................................................................................................................................................

6. .........................................................................................................................................................

7. .........................................................................................................................................................

8. .........................................................................................................................................................

9. .........................................................................................................................................................

10...........................................................................................................................................................

11. .........................................................................................................................................................

12. .........................................................................................................................................................

13. .........................................................................................................................................................

14. .........................................................................................................................................................

15. .........................................................................................................................................................

16. .........................................................................................................................................................

17. .........................................................................................................................................................

18. .........................................................................................................................................................

19. .........................................................................................................................................................

20. .........................................................................................................................................................

21. .........................................................................................................................................................

22. .........................................................................................................................................................

23. .........................................................................................................................................................

24. ........................................................................................................................................................

25. ........................................................................................................................................................

**Poznámky :** .........................................................................................................................................

.

**V  Prešove, dňa :** .......................................  **Poučenie vykonal :** .............................................

priezvisko a meno

.............................................

Podpis

## VŠEOBECNÉ ZÁSADY BEZPEČNÉHO SPRÁVANIA SA V UČEBNIACH, POUČENIE O OBSLUHE ELEKTRICKÝCH ZARIADENÍ A PRVÁ POMOC PRI ÚRAZOCH ELEKTRICKÝM PRÚDOM

## Základné zásady :

* Plne sa venovať povereným úlohám, nekonať ľahkomyseľne a nepozorne;
* Nerozptyľovať svojich spolužiakov;
* Rešpektovať a dodržiavať príkazy, zákazy a iné pokyny pedagógov;
* Vykonávať svoju činnosť v zmysle predpisov, ktoré sa na ňu vzťahujú tak, aby nedošlo k ohrozeniu samotného študenta (žiaka) ani okolia;
* Pri obsluhe zariadení vždy dodržiavať bezpečnostné pokyny, ktoré stanovujú návody na obsluhu (použitie);
* Pri obsluhe zariadení používať ochranné zariadenia a ak je to nutné aj predpísané osobné ochranné pracovné prostriedky;
* Nikdy nepracovať so zariadením, ktoré je pokazené alebo vykazuje znaky poruchovosti;
* Nikdy nepoužívať chybné náradie a zariadenia;
* Počas chodu zariadenia musia byť všetky ochranné zariadenia v prevádzkyschopnom stave;
* Pred začatím práce prekontrolovať funkciu bezpečnostného zariadenia;
* Pracovať len so zariadením, na ktorého obsluhu bol (študent) žiak poverený a ktorého bezpečnú obsluhu pozná;
* Pri obsluhe zariadenia vykonávať iba také úkony, na ktoré má žiak povolenie od pedagóga;
* Nedotýkať sa elektrického vedenia;
* Nevykonávať svojvoľné opravy na elektrickom zariadení;
* Každú poruchu ihneď ohlásiť pedagógovi;
* Pre pohyb v učebniach používať iba vyhradené cesty a priechody, zdržiavať sa na určených miestach pre výučbu, neprechádzať nebezpečnými technologickými miestami a priestormi;
* Udržiavať poriadok v učebniach;
* Všímať si, rešpektovať a dodržiavať všetky bezpečnostné symboly, svetelné a zvukové signály, ktoré sú na zariadení, v prevádzke na stenách alebo inak zverejnené;
* Pri práci byť obozretný;
* Každý úraz, ktorý sa stane pri výučbe, ihneď ohlásiť pedagógovi;
* V prípade nevoľnosti alebo iných okolností prerušiť vykonanú prácu a ihneď túto skutočnosť ohlásiť pedagógovi;
* Pri zistení poruchy okamžite upovedomiť pedagóga;

## Zakázané je :

* Vstupovať a zdržiavať sa na pracovisku pod vplyvom alkoholu alebo iných omamných a návykových látok;
* Fajčiť a manipulovať s otvoreným ohňom v priestoroch učebne;
* Vykonávať akúkoľvek manipuláciu so zariadením, bez poverenia pedagóga;
* Obsluhovať resp. vykonávať akúkoľvek pracovnú činnosť, v prípade telesného, duševného alebo iného vyčerpania;
* Ponechávať prevádzkované zariadenie bez dozoru;
* Uvádzať zariadenie do chodu bez presvedčenia, že tým nie je ohrozená obsluha alebo iná osoba v učebni;
* Akákoľvek nebezpečná manipulácia za chodu zariadenia, ktorá by viedla k úrazu;
* Bezdôvodné vstupovanie na pracoviská, na ktoré žiak nemá povolenie od pedagóga;

**Poučenie študenta (žiaka) o obsluhe elektrických zariadení nízkeho napätia v zmysle Vyhl. č. MPSaR SR č. 508 /2009 Z.z.**

**Študent (žiak) smie vykonávať na elektrickom zariadení činnosti :**

* Vypínať a zapínať jednoduché elektrické zariadenia do 300 V, predlžovať ich elektrické prívody po odpojení zo siete, prenášať ich odpojené.
* Zapínať vypínače v rozvodných skriniach , ale iba ak sú živé časti zakryté.
* Čistiť prístroje, vymieňať náplne a pod., ale iba po predchádzajúcom odpojení z elektrickej siete a bez použitia nástrojov a náradia (skrutkovač, maticový kľúč a pod.).

Študent (žiak) nesmie vykonávať činnosti :

* Rozoberať a opravovať elektrické zariadenia a približovať sa k nechráneným častiam zariadenia pod napätím.
* Vykonávať akékoľvek zásahy do elektrických zariadení a elektrickej siete.Študent (žiak) je povinný hlásiť všetky poruchy na elektrických zariadeniach vyučujúcemu pedagógovi

Študent (žiak) bol oboznámený s návodmi na používanie elektrických spotrebičov a zariadení na pracovisku.

Overenie vedomostí pohovorom

Študent (žiak) prehlasuje a svojim podpisom potvrdzuje, že poučeniu porozumel a zaväzuje sa uvedené zásady dodržovať pri práci.

**Prvá pomoc pri úrazoch elektrickým prúdom:**

Každého, kto utrpel úraz elektrickým prúdom, aj keď išlo o úraz ľahký, treba nechať prešetriť lekárom, nakoľko dôsledky aj takéhoto úrazu sa môžu prejaviť nepriaznivo neskôr. K postihnutému, ak je v bezvedomí, je vždy potrebné volať lekára.

Postup pri prvej pomoci:

* postihnutého ihneď vyslobodíme z dosahu prúdu vypnutím, alebo spoľahlivým prerušením obvodu, v ktorom sa nachádza
* ak zistíme, že postihnutý nedýcha, začneme ihneď s umelým dýchaním
* pri nehmatateľnom pulze, musí byť umelé dýchanie doplnené masážou srdca

Postihnutého môžeme vyslobodiť z elektrického zariadenia pod napätím :

* vypnutím prúdu v hlavnom vypínači, prípadne vypínačom, ktorý je najbližšie k miestu úrazu, alebo vyskrutkovaním poistkových vložiek v príslušnom obvode, príp. hlavných poistiek
* pri zásahu postihnutého prúdom nízkeho napätia odsunúť vodič, alebo odtiahnuť postihnutého z dosahu živej časti tak, aby sám záchranca neprišiel do styku so živou časťou elektrického zariadenia, alebo s telom postihnutého; pri tejto činnosti použije záchranca izolačnú podložku, alebo osobné ochranné pomôcky.

Postihnutého môžeme prevážať len v tom prípade, ak nie je popálený na väčšej ploche, príp. ak nezadržateľne krváca z väčších tepien. Postihnutého odvezieme čo najrýchlejšie do najbližšieho zdravotného strediska.

**Prvá pomoc - postup pri poskytovaní umelého dýchania:**

Pred začatím poskytovania umelého dýchania položíme postihnutého na chrbát, odstránime mu prípadné prekážky z ústnej dutiny a pre uvoľnenie dýchacích ciest mu zakloníme hlavu čo najviac dozadu.

Umelé dýchanie z pľúc do pľúc:

* zakloniť hlavu čo najviac dozadu,
* stlačiť nos, na široko roztvorené ústa postihnutého pritlačiť vlastné ústa tak, aby vyfukovaný vzduch neunikal okolo úst, alebo nosom postihnutého; ak sa postihnutému nedajú otvoriť ústa, vdychujeme cez jeho nos,
* hlboko vdýchnuť do úst postihnutého 2 krát za sebou, ak sa dýchanie neobnoví ďalej pokračovať rýchlosťou 12 až 14 krát za minútu, (pri deťoch do 8 rokov vdychujeme približne polovicu kapacity našich pľúc s vyššou frekvenciou vdychov, u kojencov do 1 roka, len obsah vzduchu v ústach taktiež s primerane vyššou frekvenciou vdychov)
* trvale pozorovať dýchacie pohyby hrudníka postihnutého.

Umelé dýchanie z pľúc do pľúc pomocou "T" - tubusu:

* zasunieme štít náustku medzi široko roztvorené pery, čo najďalej do jedného kútika úst; dôsledne prekryjeme náustkom pery postihnutého a uložíme náustok do stredu úst,
* priložíme dolnú čeľusť k hornej,
* prstami pritlačíme pery k náustku a súčasne stlačíme nosné krídla,
* zasunieme rúrku "T" - tubusu do náustku tak, aby ohybom smerovala k záchrancovi,
* umelé dýchanie vykonávame tak, ako v predchádzajúcom prípade.

Použitie prístroja PREMA:

Záchranca si uloží náustok do úst obrubou za predné zuby a na ústa a nos postihnutého priloží masku prístroja s nafúknutou poduškou. Vdychuje a vydychuje do prístroja. Jeho výhodou je, že záchranca má obe ruky voľné, zlepšuje sa tým účinnosť umelého dýchania.

V prípade, že postihnutému nepracuje srdce začneme súčasne s poskytovaním umelého dýchania aj s nepriamou masážou srdca:

* postihnutého uložíme na tvrdú podložku, kľakneme si z boku postihnutého, rukou nahmatáme spodnú spojnicu rebier a o dva prsty vyššie priložíme ruku dlaňou nadol, tak aby bola umiestnená v strede hrudníka a prsty smerovali k boku tela postihnutého, druhú ruku položíme na prvú,
* následne stláčame s vystretými rukami (nepokrčenými, čiže celým telom) hrudnú kosť postihnutého približne o 5 - 6 cm vo frekvencii cca 80 - 100 x za minútu, u detí do 8 rokov 100 x za minútu jednou rukou, u kojencov do 1 roku 1,5 - 2 cm 100 - 120 x za minútu dvomi prstami.

V prípade, že oživovanie zabezpečuje jeden záchranca je pomer umelého dýchania a masáže srdca - 2 : 15 u dospelých a 1 : 5 u detí a kojencov.

V prípade, že oživovanie zabezpečujú dvaja záchrancovia je pomer umelého dýchania a masáže srdca 1 : 5 aj u dospelých.

Oživovanie sa vykonáva až do oživenia postihnutého, alebo do príchodu lekára bez prestávky.

Ukončiť oživovanie (dať pokyn na ukončenie oživovania) môže len lekár.

**Prvá pomoc pri popáleninách**

* Uhasenie odevu, odstránenie šperkov, hodín a pod.;
* opatrne zobliekame zhorený odev, aby sme sa čo najmenej dotýkali popálenej kože;
* dostatočne dlhé ochladzovanie tečúcou studenou vodou (8-15°C) alebo obkladmi (15 -20 min.);
* pľuzgiere neprepichovať, príškvary nestrhávať;
* zasiahnutie očí, úst - vyplachovať studenou vodou;
* pri vonkajšom krvácaní naložiť tlakový obväz a zabezpečiť;
* vykonať protišokové opatrenia:
* ticho – psychické a fyzické upokojenie;
* teplo – prikryť izotermickou fóliou z lekárničky alebo oblečením;
* transport – ak je nutný, urobiť v protišokovej polohe;
* protišoková poloha - na chrbte so zníženou hornou polovicou tela - dolné končatiny podložiť aspoň o 30 – 40 cm od podložky;
* nepodávať tekutiny, len navlhčiť pery a tvár vlhkou vreckovkou;