

KOOLITUSPROGRAMMI “KAITSE END JA AITA TEIST” ÜLDISELOOMUSTUS

I. Õppekava

1. Koolitusprogrammi eesmärk on anda 6.-8. klasside **õpilastele** turvalisuse õppekava alusel eluks vajalikke ohutuslaseid teadmisi ja oskusi.
2. Koolitusel osalenud noorte pädevused on järgmised:
 - oskab aidata ohtu sattunud inimesi, nii et oleks tagatud iseenda ohutus;
 - oskab tulekahju korral käituda ning kasutada esmaseid tulekustutusvahendeid;
 - teab, kuidas tulekahju tekib ja areneb, teab tulekahju ennetamise ja kustutamise põhireegleid;
 - oskab teha tuld küttekoldes ja looduses (metsas, põllul, aias jne);
 - teab ujumisel ja veesõidukite kasutamisel vajalikke ohutusnõudeid, oskab käituda nähes uppujat;
 - teab hädaabinumbrit ja oskab edastada hädaabiteadet;
 - teab lõhkekehade kaasnemise ohte, oskab õigesti käituda lõhkekeha leiu korral;
 - teab, et pommiähvarduse tegemine on kuritegu;
 - teab, et uimastite tarvitamise ja müügiga seotud seadused on loodud inimese tervise ja turvalisuse kaitseks, suhtub uimastitega seotud tegevustesse kui seadusega keelatuise;
 - teab sõltuvusainete: alkoholi, tubaka ja uimastite tarvitamise õiguslikke tagajärgi ja kahjulikke mõjusid tervisele;
 - oskab ära tunda alkoholist ja/või uimastist põhjustatud käitumist, toetada kaaslast nende tarvitamisest tulenevate probleemide ilmnemisel;
 - teab juhi, jalakäija ja sõitja kohustusi ning õiguseid, käitub neile vastavalt;
 - teab ja oskab kasutada turvavarustust;
 - teab nõudeid jalgratturile ja mopeedijuhile;
 - teab politsei lühinumbrist ja seda, millises olukorras seda kasutada;
 - mõistab koolivägivallaga kaasnevaid negatiivseid tundeid ja tagajärgi, oskab märgata koolivägivalla ilminguid ja teab, kuidas sellisel juhul käituda;
 - oskab hinnata õnnetuse korral olukorda ja ennast kaitsta (eneseohutus);
 - oskab peatada verejooksu;
 - oskab abistada liigesevigastuse (luumurru) korral;
 - oskab pöörata kannatanut püsivasse külili asendisse;
 - oskab anda esmaabi põletuse korral.
3. Koolitusprogramm koosneb vähemalt 3 x 90 minutilisest koolitusest (tule-, vee-, ja liiklusohutusest, esmaabist ning sõltuvusainetest), vahepealsest omaalgatuslikust õppes soovitusliku kirjanduse põhjal ning vähemalt ühepäevasest ohutuslaagrist. Laagris saavad koolitusel osalenud koolide õpilased praktiliselt teadmisi kinnistada ning võrrelda oma ohutuslase teadmiste ja oskuste taset.
4. Ohutuslaagris osalenud koolidele väljastatakse vastav diplom.
5. Koolitusprogramm on koostatud põhikooli riikliku õppekava ning seda läbiva turvalisuse teema alusel.

II. Koolitusprogramm

| Järjekorra- number | Teema | Teooria (min) | Praktika (min) | Kokku (min) |
|-----------------------|-------|------------------|-------------------|----------------|
|-----------------------|-------|------------------|-------------------|----------------|

| | | | | |
|--------------|---|----|----|------------|
| I | TULE- JA VEEOHUTUS (Päästeamet, pääste vabatahtlikud) | | | |
| 1 | Tuleohutus | 30 | 0 | 30 |
| 2 | Veeohutus | 20 | 0 | 20 |
| 3 | Õnnetusteadete edastamine | 10 | 0 | 10 |
| 4 | Eriolukorrad | 20 | 0 | 20 |
| 5 | Käitumine lõhkekeha leiu puhul | 10 | 0 | 10 |
| | | | | 90 |
| II | LIIKLUSOHUTUS JA SÕLTUVUSAINED (Maanteeamet, Politsei) | | | |
| 1 | Politsei tutvustus | 5 | 0 | 5 |
| 2 | Kes on kes liikluses? Jalakäijana liikluses | 10 | 0 | 10 |
| 3 | Juhi ja sõitja kohustused teiste liiklejate ja kaassõitjate ohutuse tagamisel | 10 | 0 | 10 |
| 4 | Turvavarustus ja selle kasutamine | 10 | 10 | 20 |
| 5 | Mida tuleks teada jalgratta ja mopeedi juhtimisest? | 10 | 10 | 20 |
| 6 | Sõltuvusained | 15 | 0 | 15 |
| 7 | Märka teist! | 10 | 0 | 10 |
| | | | | 90 |
| III | ESMAABI (Eesti Punane Rist, koolide esmaabi eest vastutavad töötajad) | | | |
| 1 | Verejooksude olemus ja peatamise võtted | 20 | 20 | 40 |
| 2 | Põletused, külma- ja kuumakahjustused | 20 | 10 | 30 |
| 3 | Liigesevigastus | 10 | 20 | 30 |
| 4 | Teadvuseeta inimese abistamine | 10 | 20 | 30 |
| | | | | 130 |
| IV | ISESEISEV TÖÖ SOOVITUSLIKU KIRJANDUSEGA | | | |
| IV | OHUTUSLAAGER | | | |
| | | | | 8 |
| Kokku | | | | 318 |

III. Koolituse üldiseloostus

I ERINEVAD HÄDAOLUKORRAD

- **Teema 1: Tuleoht**
 - tulekahjude tekkepõhjused ja ennetamine;
 - tulekahju areng ja selle avastamine;
 - käitumine tulekahju korral kodus ja koolis, evakuatsioon;
 - esmased tulekustutusvahendid;
 - metsatulekahjud ja kulu põletamine.
- **Teema 2: Veeohutus**
 - veekeskkonna ohud inimese organismile
 - veeõnnetuste põhjused
 - käitumine veekogude ääres ja veekogudel suvel ning talvel
 - esmane käitumine veeõnnetuse korral
- **Teema 3: Õnnetusteadete edastamine**
 - Häirekeskuse ülesanded,
 - hädaabi teate sisu ja selle edastamine
- **Teema 4: Eriolukorrad**
 - esmane käitumine liiklusõnnetuse korral
 - loodusõnnetused (metsatulekahjud, kulu põletamine)
 - elektriõhutus
- **Teema 5: Käitumine lõhkekeha leiu puhul**
 - esmane käitumine lõhkekeha leiu puhul

II LIIKLUSOHUTUS JA SÕLTUVUSAINED¹

- **Teema 1: Politsei tutvustus**
- millega politsei tegeleb, millal ja kuidas politseid kutsuda
- **Teema 2: Liiklusohutus: Kes on kes liikluses? Jalakäijana liikluses.**
 - mida peab teadma jalakäija rollist liikluses (turvaline teeületus, turvavarustuse kandmine);
- **Teema 3: Liiklusohutus: Juhi ja sõitja kohustused teiste liiklejate ja kaassõitjate ohutuse tagamisel**
 - kes on juht ja kes sõitja ning mida peavad nad teadma ohutust liiklusest (sõiduki ja reisijate ohutus, sõiduki tehnoseisundi kontroll, sõitjate käitumisest sõidukis)
- **Teema 4: Liiklusohutus: Turvavarustus ja selle õige kasutamine**
 - helkur ja ohutusvest, kiiver, turvavöö, turvatool
- **Teema 5: Liiklusohutus: Mida tuleks teada jalgratta ja mopeedi juhtimisest?**

¹ kui ei ole võimalust praktilise osa tegemiseks, võib asendada selle teoreetilise

- sõiduki asukoht sõites ,manöövrid, sõidukiirus, möödasõit, sõit ristmikel, liiklus õuealal, lisanõuded jalgratturile ja mopeedijuhile
- **Teema 6: Sõltuvusained**
 - alkohol, tubakas, narkootilised ja psühhotroopsed ained, tarvitamise kahjulikud tagajärjed;
 - karistatavus.
- **Teema 7: Märka teist**
 - vägivallateod, vaimne ja füüsiline vägivald, märkamine, sekkumine ja aitamine
 - mis on süüteod, väär- ja kuritegude erinevus, menetlemine.
 - alternatiiv: õppefilmi demonstreerimine ja arutelu

III ESMAABI

- **Teema 1: Verejooksude olemus ja peatamise võtted**
 - verejooksude liigid
 - erinevad haavad
 - sidumine
- **Teema 2: Põletused, külma- ja kuumakahjustused**
- **Teema 3: Liigesevigastus**
 - luumurrud, nikastus, nihestus, põrutus
- **Teema 4: Teadvuseta inimese abistamine**
 - asendid

IV ISESEISEV TÖÖ SOOVITUSLIKU KIRJANDUSEGA

V OHUTUSLAAGER