



Kuratorium Oświaty
w Szczecinie



Regionalne Centrum
Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa
w Szczecinie



I WOJEWÓDZKI KONKURS WIEDZY Z ZAKRESU PIERWSZEJ POMOCY W JĘZYKU ANGIELSKIM



REGULAMIN
I WOJEWÓDZKIEGO KONKURSU Z ZAKRESU
PIERWSZEJ POMOCY W JĘZYKU ANGIELSKIM
pod Honorowym Patronatem
Zachodniopomorskiego Kuratora Oświaty w
Szczecinie oraz Regionalnego Centrum
Krwiodawstwa
i Krwiolecznictwa w Szczecinie

I ORGANIZATOR KONKURSU

XVI Liceum Ogólnokształcące w Szczecinie
ul. Dunikowskiego 1
70-123 Szczecin
Tel.: 91 482 19 06

II ADRESACI KONKURSU

Konkurs skierowany jest do uczniów siódmych i ósmych klas szkół podstawowych Szczecina i województwa zachodniopomorskiego zainteresowanych rozwijaniem swojej znajomości języka angielskiego oraz udzielania pierwszej pomocy.

III CELE KONKURSU

Konkurs zakłada realizację następujących celów:

1. Propagowanie i rozbudzanie zainteresowania językami obcymi (promocja języka obcego).
2. Poszerzanie kompetencji językowych wybiegających ponad podstawę programową poprzez wzbogacenie słownictwa o wyrażenia specjalistyczne, typowe dla zakresu ratownictwa w języku angielskim.
3. Motywowanie uczniów do wzbogacania wiedzy językowej oraz wdrażanie ich do samodzielnej pracy.
4. Poprzez udział w konkursie stworzenie uczestnikom możliwości sprawdzenia swojej wiedzy i umiejętności językowych.
5. Zachęcanie nauczycieli do podejmowania różnorodnych działań w zakresie pracy z uczniem zdolnym i zmotywowanym do nauki języka obcego.
6. Stworzenie płaszczyzny do pozytywnej rywalizacji.

IV TERMIN KONKURSU

Konkurs odbędzie się **02 marca 2022 r.** (środa) o godzinie 11.00 w XVI Liceum Ogólnokształcącym w Szczecinie, ul. Dunikowskiego 1.

V ZASADY KONKURSU

➤ Zakres materiału, na podstawie którego utworzone zostaną zadania konkursowe, podany jest w załączniku nr 3.

➤ Każdą szkołę reprezentuje 1 drużyna w składzie 2-osobowym.

➤ **Konkurs przewiduje dwa etapy w przypadku edycji stacjonarnej:**

I etap: uczniowie przez 45 minut rozwiązują indywidualnie zadania (otwarte i zamknięte) w formie pisemnego testu w języku angielskim. Każdy uczeń pracuje na konto swojej drużyny, a do drugiego etapu przechodzi 5 drużyn z największą ilością punktów. Typy zadań: test wyboru, uzupełnianie luk, tłumaczenie, dobieranie, podpisywanie obrazków.

II etap: 5 drużyn 2-osobowych wykonuje zadania z wykorzystaniem fantoma. Drużyny zmierzają się z resuscytacją trwającą 4 minuty, po której zostanie wykonana dokładna analiza skuteczności działania (na jej podstawie zostanie przydzielona punktacja).

- Czas trwania konkursu przewidziany jest na ok. 2,5 godziny.
- **W przypadku nauki niestacjonarnej (lockdown)**, konkurs będzie się składał tylko z jednego etapu w postaci testu na platformie KAHOOT. Każdy z uczestników zdobywa punkty indywidualnie. Troje uczniów z najwyższą liczbą punktów zostaje zwycięzcami.
- W skład komisji konkursowej wchodzi nauczyciele języka angielskiego XVI Liceum Ogólnokształcącego. Komisja dokona oceny punktowej wszystkich uczestników indywidualnie oraz drużynowo, co decyduje o przejściu do II etapu.
- Zakończenie konkursu wraz z ogłoszeniem wyników planowane jest na godzinę 13.30.

VI ZGŁOSZENIA ORAZ KOORDYNATORZY KONKURSU

Zgłoszenia **prosimy składać** do dnia **25.02.2022 r.** w formie załączonego formularza:

- osobiście w sekretariacie szkoły, lub
- przesłać na adres mailowy koordynatora konkursu: konkursmedyczny16liceum@gmail.com (Paweł Jastrzębski – nauczyciel języka angielskiego).

Po wysłaniu zgłoszenia udziału w konkursie, koordynator konkursu przesyła nauczycielowi-opiekunowi potwierdzenia przyjęcia zgłoszenia danej szkoły (w ciągu 2 dni). W przypadku braku takiego potwierdzenia, prosimy o niezwłoczny kontakt.

VII NAGRODY

W konkursie przewidziane są dyplomy dla wszystkich uczestników konkursu i ich nauczycieli oraz nagrody rzeczowe za zajęcie pierwszych trzech miejsc (dla 6 osób w przypadku wersji stacjonarnej, a dla 3 osób w przypadku wersji zdalnej).

VIII UWAGI KOŃCOWE

- Organizator zastrzega sobie prawo do zmian w regulaminie w przypadku niewystarczającej liczby uczestników. Informacje o ewentualnych zmianach zostaną przekazane odpowiednio wcześniej. W przypadku zbyt dużej liczby zgłoszonych uczestników, decyduje kolejność zgłoszeń.
- Wszelkie wątpliwości i pytania dotyczące organizacji konkursu prosimy kierować drogą elektroniczną na adres koordynatora.

IX ZAŁĄCZNIKI

- Załącznik nr 1 – Harmonogram konkursu
- Załącznik nr 2 – Formularz zgłoszeniowy
- Załącznik nr 3 – Lista zagadnień do konkursu
- Załącznik nr 4 – Zgoda rodziców / prawnych opiekunów (oświadczenie)
- Załącznik nr 5 – przykładowe pytania testowe

HARMONOGRAM KONKURSU

1. **11:00** – powitanie uczestników konkursu z ich nauczycielami - opiekunami przez dyrektora szkoły
2. **11:15 – 12:00 – I etap konkursu** – indywidualne rozwiązywanie testu pisemnego trwającego 45 minut
3. **12:00 – 12:45** – przerwa (sprawdzanie testów przez organizatorów), oprowadzenie po szkole, krótka prelekcja przedstawiciela Regionalnego Centrum Krwiodawstwa i Krwiolecznictwa w Szczecinie, poczęstunek
4. **12:45** – ogłoszenie wyników I etapu konkursu, rozdanie podziękowań dla nauczycieli oraz dyplomów uczestnikom, którzy nie zakwalifikowali się do II etapu konkursu
5. **13:00 – 13:30 – II etap konkursu** z udziałem pięciu 2-osobowych drużyn z wykorzystaniem fantoma Laerdal Little Anne QCPR
6. **13:30** – ogłoszenie wyników, rozdanie nagród i dyplomów dla zwyciężskich drużyn, pożegnanie uczestników



Kuratorium Oświaty
w Szczecinie

Zał. nr 2

**FORMULARZ ZGŁOSZENIOWY NA
I WOJEWÓDZKI KONKURS Z ZAKRESU
PIERWSZEJ POMOCY W JĘZYKU ANGIELSKIM**

NAZWA SZKOŁY	
ADRES SZKOŁY	
TELEFON	
E-MAIL	
DANE KONTAKTOWE NAUCZYCIELA – OPIEKUNA (IMIĘ I NAZWISKO, E-MAIL, NUMER TELEFONU)	
DATA ZGŁOSZENIA	
IMIONA I NAZWISKA UCZNIÓW / KLASA	DRUŻYNA 1. 2.

Zakres materiału

1. Personal equipment, physical examination equipment and basic parametres – sprzęt do ochrony osobistej, sprzęt używany do badania fizykalnego oraz podstawowe parametry poszkodowanego (oddech, tętno, saturacja).

Physical examination equipment

thermometer

non-contact thermometer

ear thermometer

electronic thermometer

mercury thermometer

manometer

electronic manometer

mercury manometer

aneroid manometer zegarowy

glucometer

penlight

pulsometer

pulse oximeter 95%-99% alert at 94% and less

Personal protective equipment

gloves

- 1 single use gloves (disposable)
- 2 latex powdered gloves
- 3 vinyl gloves
- 4 nitrile gloves

safety goggles

face mask

face shield

sharps container

protective garment

waterless hand cleaner

2. Providing first aid (ABCD algorithm) – udzielanie pierwszej pomocy, schemat ABCD (Airways open, Breathing check, Chest compressions, Defibrillation).

3. Cardio-pulmonary resuscitation – resuscytacja krążeniowo-oddechowa.

Algorithm

Introduce yourself and ask for permission to help. When the patient is unresponsive there's a tacit approval. Apply AB. If not breathing call for help, put your hands on the middle part of the patient's chest. Make sure the person is laying on the hard surface. Start compressing 100 compressions/min. After 30 compressions you may give 2 breaths. After 2 minutes (5 cycles) check AB.

Vocabulary

cardiac arrest - nagłe zatrzymanie krążenia

AED - automated external defibrillator

respiratory arrest - nagłe zatrzymanie oddechu

heart attack - zawał serca

4. AED – użycie defibrylatora.

AED algorithm

Apply pads to patient bare chest

Plug in pads connector

Analyzing heart rythm

Do not touch the patient

Shock advised

Stay clear of patient

Everybody clear!

charging

Press the orange button now

Shock delivered

5. Recovery position – pozycja bezpieczna.

6. Shock position – pozycja przeciwwstrząsowa.

7. Wounds – rany, pierwsza pomoc.

Non-penetrating wounds, Penetrating wounds, Stab wounds, Skin cuts, Surgical wounds, Gunshot wounds, Thermal wounds, Chemical wounds, Electrical wounds

8. Bleedings – krwotoki, rodzaje krwotoków, krwiodawstwo, pierwsza pomoc.

arterial bleeding

venous bleeding

internal bleeding

external bleeding

uncontrolled bleeding

life-threatening bleeding

blood loss (mild/moderate/severe/massive)

oral hemorrhage

nosebleeding

alveolar bleeding

1. Blood donation 6 times a year for men and 4 times a year for women.

2. A person who weighs 50 kg donates 450 ± 45 ml of blood

3. The blood is drawn from the vein to the single use sterile containers. The donation

lasts approximately 5-10 minutes.

9. Stroke – udar, objawy.

<https://www.mayoclinic.org/first-aid/first-aid-stroke/basics/art-20056602>

10. Heat stroke – udar cieplny, objawy, pierwsza pomoc.

Heat stroke – potentially lethal health condition caused by a sudden increase of body temperature above 40 Celsius grades, which leads to dysfunctions of the neural system and other organs.

When the temperature inside the body exceeds 41 Celsius grades, changes in cells and tissues take place. The process of protein denaturation and damage of phospholipids in cell membranes begins.

Heat stroke may also happen during increased physical exercise performed in an increased temperature.

Other factors which are favourable for heat (sun) stroke include inappropriate clothing (too thick or heavy) and shortage of drinking water.

Symptoms	Later symptoms include
painful contractions of stomach, limb, and back muscles	excessive tiredness
the patient is feeling bad	diarrhoea
nausea	vomiting
headaches	face reddening
profuse sweating	hot and dry skin
pale and cool skin	confusion and hallucinations
dizziness	convulsions

First aid:

1. move the patient to a cool and shaded place as soon as possible.
2. loosen or remove the patient's clothing.
3. if the patient is conscious, give them a lot of cool drinks in small doses, lightly salted water if possible.
4. cover the head and the chest with cold compresses (water or ice) but do not let the body temperature to drop below 38 °C.
5. if the patient's face is pale, place the head below the torso; if it is red, put the patient in the half-lying position.
6. if the patient does not return to a normal condition quickly, call an ambulance 112.

11. Thermal burns – oparzenia termiczne, rodzaje, pierwsza pomoc.

Burns – skin injuries and, depending on the degree of the burn, also deeper tissues and organs as a result of high temperature. In extensive burns, systemic shock may lead to death.

Symptoms:

blisters in the area of the burn;
reddening connected with burning pain;
swelling in the area of the burn;
sometimes charred tissue in the area of the burn.

DO NOT:

touch the burn
puncture blisters
tear away clothing which has stuck to the wound
give fluids or food
leave the patient without supervision
apply butter, oil or ointment to a burn

FIRST AID:

- cool the area with tepid water for about 20 minutes;
- remove clothing from the area of the burn if possible;
- remove rings, earrings (depending on the area of the burn);
- cover the burn with a professional and non-sticking dressing;
- if cool water has not reduced the pain, the patient may take an OTC (over-the-counter) painkiller or anti-inflammatory medicine;
- in case of grade I burn: if pain and reddening do not cease after several hours, if they increase, or if the symptoms of an infection appear (increased pain and reddening, swelling, high temperature, effusion), the patient needs medical help;
- in more severe cases (extensive burns, symptoms of shock), call an ambulance immediately.

12. Concussion – wstrząśnienie mózgu, przyczyny, objawy, pierwsza pomoc.

It is a neurological condition which is a result of a mechanical injury – CONCUSSION

The following symptoms will appear:

1. Loss of consciousness (even for a short time)
2. Repeated vomiting
3. Headaches increasing over time
4. Changes of behaviour of the patient (oversensitiveness, aggression, slowness and clumsiness)
5. Problems with recognising people or places
6. Speech disorders
7. Epilepsy attacks
8. Vision disorders
9. Dilution of one or both pupils
10. long-lasting or repeated dizziness

First aid:

1. In case of apnoea, start artificial respiration immediately
2. Cover the wound on the head with a sterile dressing – do not press the wound

3. Leave any foreign objects in the wound and do not move or pull them when applying the dressing
4. If a part of a brain comes out through the wound, do not touch it and do not push it inside the skull
5. Call the ambulance 112
6. Check the patient's life parameters (breathing, consciousness).

13. Epilepsy – epilepsja, objawy, pierwsza pomoc.

<https://www.cdc.gov/epilepsy/about/first-aid.htm>

14. Choking – zadławienia, pierwsza pomoc.

There are two types of choking: light (a person is able to cough) and serious (unable to cough and breathe)

While being conscious we can give five blows between shoulder blades. Each time the mouth should be checked. If these five blows are ineffective, try to do Heimlich maneuver (five thrusts). Repeat until the object is out or the person loses consciousness.

Losing consciousness is better because the muscle tension is gone and it's more likely to find and get rid of the object. Call an ambulance now. Start with chest compressions.

!!!! If the person is obese or pregnant, Heimlich maneuver should be applied on chest.

15. Spinal injuries – urazy kręgosłupa, przyczyny, pierwsza pomoc.

When:

car accidents

jumping into water

falling from a ladder, window

being hit by the car

How to know?

Possible symptoms:

– breathing problems

– no feeling in arms or legs

– backache, neckache

– neck motionlessness

Always approach to the patient from the legs direction.

If responsive and lying on the back, gently grab the head and start asking what happened.

If unresponsive, lying on the back but breathing, gently grab the head, too.

If unresponsive, lying face down and not breathing, roll the patient on the back.

Vocabulary

Attention!

Roll the patient on the count of three

Don't move

I'm going to examine you

Make a fist

Long spine board

head immobilizer

straps

Cervical collar

16. Fractures – złamania, rodzaje, pierwsza pomoc.

Displaced Fracture
Non-Displaced Fracture
Closed Fracture
Open Fracture

<https://www.mayoclinic.org/first-aid/first-aid-fractures/basics/art-20056641>

17. Amputations – amputacje, pierwsza pomoc.

<https://www.webmd.com/first-aid/accidental-amputation>

18. Anaphylactic shock – wstrząs anafilaktyczny, rodzaje, pierwsza pomoc.

Types of shock:

anaphylactic shock - an allergic reaction to some substances such as venom

hypovolemic shock - the total volume of blood is lowered because of the blood loss or internal bleeding

cardiogenic shock - heart failure caused by heart tamponade or post-transplant problems

heart tamponade - too much fluids in pericardium (osierdzie)

Algorithm

Anaphylactic shock - Remove from the dangerous place and remove stings if possible. Give cold compresses. Call for help.

Hypovolemic shock - Check saturation if possible, lay down the patient with legs raised up (30cm). Internal bleeding demands different procedure - legs bent or in case of lungs bleeding - sitting position

Cardiogenic shock - if you see neck veins stiff and the patient has problems with breathing call for help

Talk to the patient and give a rescue blanket.

19. Electric shock – porażenie prądem, objawy, pierwsza pomoc

Electric shock may happen when one accidentally touches uninsulated electric cords. The condition of the patient depends on the voltage and amperage. However, each case involves disorders of basic life functions.

Electric shock is most often a result of improper use of electric equipment, e.g. touching it with wet hands.

Symptoms:

- loss of consciousness;
- muscle contraction which prevents the patient from moving back from the source of electricity on their own;
- fractures or dislocations of the limbs;
- excessive sweating;
- apathy or empathy;
- pale skin;
- trembling of the body or the limbs;
- disturbed heart rhythm, e.g. palpitation;
- disturbed breathing;
- burn on the area of electric shock;
- disturbed sight, hearing and balance;

- brain swelling.

Those symptoms may appear after a certain time and that is why it is extremely important to watch the patient continuously and to call an ambulance.

First aid:

- disconnect the source of the current as soon as possible (be careful not to become electrocuted yourself);
- if the patient shows no signs of life functions, start the CPR;
- put a sterile dressing on burnt places;
- if the patient is unconscious but breathing, put him or her in the recovery position;
- check for the basic life functions (breath);
- call an ambulance.

20. Disorders of consciousness – zaburzenia świadomości, objawy, pierwsza pomoc.

<https://www.nhs.uk/conditions/disorders-of-consciousness/>

Zgoda rodziców / prawnych opiekunów dziecka

OŚWIADCZENIE

Oświadczam, że wyrażam zgodę na udział mojego dziecka w I Wojewódzkim Konkursie z zakresu pierwszej pomocy w języku angielskim organizowanym przez XVI Liceum Ogólnokształcące w Szczecinie oraz wyrażam zgodę na opublikowanie danych osobowych, uzyskanych wyników oraz na publikację wizerunku mojego dziecka na potrzeby dokumentacji i celów promocyjnych konkursu na stronie internetowej/facebooku szkoły przeprowadzającej konkurs. Jednocześnie potwierdzam zapoznanie się z regulaminem konkursu dostępnym na stronie internetowej szkoły: <http://lo16.szczecin.pl>.

.....

(imię i nazwisko dziecka)

ucznia/uczennicy

.....

(nazwa szkoły, klasa)

Data:

.....

(czytelny podpis rodziców / opiekuna prawnego)

- Test wielokrotnego wyboru (wskaż poprawną odpowiedź/odpowiedzi)

1. Dangerous parametres are:

- a) 7 breaths per minute b) 89% saturation c) 65 heart rate per minute
- d) temperature 36.6 C

- Uzupełnianie luk

Rhythmic blood loss is characteristic for bleeding.

- Podaj prawidłową kolejność działań:

komendy defibrylatora

- a) apply pads to the bare chest b) remove the pads from the package c) press the shock button d) plug in connector to the flashing light e) shock advised charging

1 _____ 2 _____ 3 _____ 4 _____ 5 _____

- Podpisz obrazek


