

Projekt VET CSR w klubie sportowym

Umowa: EOG_21_K3_W_0021

www.lekcjenastadionie.pl

Scenariusz

zajęć z doradztwa zawodowego na Stadionie

Stacja zawodów medycznych

– 20 minut.

Miejsca do zobaczenia: pomieszczenia dla fizjoterapeutów i lekarza sportowego, pokój antydopingowy, miejsce odnowy biologicznej sportowców

Co potrzeba do tej części warsztatów:

- laptop; rzutnik; 2 komplety zadania, do wydruku: czynności pierwszej pomocy przedmedycznej - załącznik

Film:

Scenka z filmu (obszar medyczny) – max 2-3 minuty

Refleksja:

Zobaczyliście fragment filmu. Jest to obszar zawodów medycznych na stadionie. Do tych zawodów możemy zaliczyć **pracę lekarza sportowego, rehabilitanta czy masażysty**. Są to osoby, które zabezpieczają sportowców od strony medycznej, ale musimy też wspomnieć tu o **ratownikach medycznych**, którzy są na każdym meczu i służą pomocą również osobom z trybun w razie potrzeby.

Pytanie do młodzieży:

Co się wydarzyło na filmie?

Jak myślicie jakimi cechami powinien się wyróżniać ratownik medyczny?:

- *szybki refleks*
- *spostrzegawczość*
- *umiejętność szybkiego podejmowania trafnych decyzji*
- *podzielność uwagi*
- *umiejętność pełnego skoncentrowania się na pracy*
- *dobra pamięć*
- *umiejętność pracy w zespole*
- *empatia*
- *odporność emocjonalna*
- *wytrwałość*
- *cierpliwość*
- *odporność na stres*
- *odwaga*
- *dyspozycyjność*

Źródło: <https://mapakarier.org/>

Wiedza:

Medycyna sportowa jest odrębnym działem medycyny, który dotyczy szeroko pojętej pomocy medycznej dla osób aktywnych fizycznie i wyczynowo trenujących daną dyscyplinę sportu. Czynne uprawianie sportu może wiązać się z występowaniem ryzykiem uszkodzenia narządu ruchu czyli do kontuzji i urazów. Dochodzi do nich najczęściej w dwojaki sposób:

- **Nagły uraz** –całkowite wyeliminowanie urazów ze sportów jest niemożliwe, ale można znacząco obniżyć ich liczbę
- **Uraz w wyniku przeciążenia narządu ruchu** – rozwija się stopniowo z charakterystycznymi symptomami bólowymi. Reagowanie na wczesnym etapie pozwala na całkowite i szybkie zredukowanie dolegliwości.

Stąd ważne jest, aby każdy sportowiec miał dostęp do profesjonalnej pomocy w tym zakresie : do lekarza, fizjoterapeuty czy masażyisty. Są to dziedziny, które obecnie bardzo prężnie się rozwijają.

Aby zajmować się medycyną sportową należy na studiach wybrać specjalizację: medycyna sportowa. Lekarze medycyny sportowej i fizjoterapeuci mogą pracować: w szpitalach –klinikach sportowych, sanatoriach, przychodniach, w klubach i centrach sportowych, gabinetach odnowy biologicznej. Mogę też otworzyć własną działalność gospodarczą.

Jeśli będzie możliwość porozmawiania z fizjoterapeutą lub masażystą to zadajemy przykładowe pytania i zachęcamy młodzież do pytań:

- 1) Na co pan zwraca uwagę pracując ze sportowcami?
- 2) Ile trzeba się uczyć/szkolić aby być w tym miejscu pracy?
- 3) Jakie przedmioty są ważne na poziomie szkoły średniej? Jakie ciekawe przedmioty na studiach?
- 4) Jak jest obecnie zapotrzebowanie na fizjoterapeutów w sporcie?

Ciekawostka:

Osobny sektor dla kibiców z niepełnosprawnościami. W Cracovii jest to **sektor C**

Więcej : <https://cracovia.pl/kibice/kibic-z-niepelnosprawnoscia/>

Ponadto niedaleko stadionu działa **Centrum Sportu**

Niepełnosprawnych powstałe w 2006 roku. Odbywają się tu mecze ligowe, imprezy sportowe i świadomościowe oraz **treningi** w kilku wyjątkowo rozwojowych konkurencjach. Wszystkie dyscypliny, w których są treningi, są oficjalnymi dyscyplinami Igrzysk Paraolimpijskich, a część z nich także Igrzysk Olimpijskich.

Więcej: <https://halacracovii.pl/o-hali/>

I Ścieżka edukacyjna

Szkoła Podstawowa - 8 lat

Liceum - 4 lata (lub technikum 5 lat: technik masażysta - kształcenie wyłącznie dla osób niewidomych i słabowidzących)

Szkoła Policealna: technik masażysta

II Ścieżka edukacyjna

Szkoła Podstawowa - 8 lat

Liceum - 4 lata klasa biologiczno-chemiczna

studia: medycyna, fizjoterapia, ratownictwo medyczne

Ćwiczenie - zastosowanie:

Zadanie dla młodzieży.

Pracujemy w 2 zespołach. ROZSYPANKA: Drukujemy poniższy rysunek odcinając każdą linijkę. Zadaniem grup jest **uporządkowanie kolejności czynności pierwszej pomocy przedmedycznej** w schemacie jak poniżej: czas 2 minuty

1. Ocena przytomności
2. Wołanie o pomoc
3. Udrożnienie dróg oddechowych
4. Ocena oddechu – 10 sekund
5. Wezwanie pomocy 999 lub 112
6. 30 ucisków klatki piersiowej
7. 2 oddechy ratownicze

Załącznik nr 1 - zawody medyczne (do wydruku):

Ocena przytomności
Wołanie o pomoc
Udrożnienie dróg oddechowych
Ocena oddechu – 10 sekund
Wezwanie pomocy 999 lub 112
30 ucisków klatki piersiowej
2 oddechy ratownicze