

TEMATICA ORIENTATIVĂ PENTRU CICLUL GIMNAZIAL

Proba teoretică

1. Mișcarea de Cruce Roșie și Semilună Roșie – istoric.
2. Principiile fundamentale ale Crucii Roșii.
3. Crucea Roșie Română – istoric.
4. Igiena individuală.
5. Igiena alimentelor și a apei de băut.
6. Igiena camerei de locuit, a localului școlii, a clasei, a laboratorului.
7. Regimul de activitate și de odihnă al elevului. Rolul mișcării în călirea organismului.
8. Îngrijirea, protejarea mediului înconjurător.
9. Prevenirea accidentelor de circulație.
10. Prevenirea bolilor contagioase.
11. Prevenirea cariei dentare.
12. Prevenirea accidentelor în activitatea școlară.
13. Principii generale în acordarea primului ajutor.
14. Măsuri de autoprotecție în acordare primului ajutor.
15. Tehnica resuscitării cardiorespiratorii.
16. Principiile unei hemostaze corecte.
17. Principii generale ale bandajelor.
18. Semnele fracturilor de membre.
19. Primul ajutor în arsuri.
20. Primul ajutor în intoxicații/otrăviri.
21. Ce este o persoană cu nevoi sociale deosebite? Atitudinea elevilor față de aceasta.

Proba practică

1. Resuscitarea cardiacă și respiratorie.
2. Primul ajutor în lipotimie.
3. Primul ajutor în convulsii.
4. Primul ajutor în plăgi.
5. Primul ajutor în luxații și entorse.
6. Primul ajutor în caz de fracturi (deschise și închise).
7. Hemoragie. Tehnica hemostazei.
8. Primul ajutor în arsuri.
9. Primul ajutor în caz de electrocutare.
10. Primul ajutor în caz de degerături.
11. Primul ajutor în caz de înec.
12. Primul ajutor în caz de insolație.
13. Transportul accidentatului.

TEMATICA ORIENTATIVĂ PENTRU LICEE

Proba teoretică

1. Mișcarea de Cruce Roșie și Semilună Roșie – istoric.
2. Principiile fundamentale ale Crucii Roșii.

3. Crucea Roșie Română – istoric.
4. Igiena individuală.
5. Igiena alimentelor și a apei de băut.
6. Igiena camerei de locuit, a localului școlii, a clasei, a laboratorului.
7. Regimul de activitate și de odihnă al elevului. Rolul mișcării în călirea organismului.
8. Îngrijirea, protejarea mediului înconjurător.
9. Prevenirea accidentelor de circulație.
10. Prevenirea bolilor contagioase.
11. Prevenirea cariei dentare.
12. Prevenirea accidentelor în activitatea școlară.
13. Principii generale în acordarea primului ajutor.
14. Măsurile de autoprotecție în acordarea primului ajutor.
15. Tehnica resuscitării cardiorespiratorii.
16. Principiile unei hemostaze corecte.
17. Principiile generale ale bandajelor.
18. Semnele fracturilor de membre.
19. Primul ajutor în arsuri.
20. Primul ajutor în intoxicații/otrăviri.
21. Ce este o persoană cu nevoi sociale deosebite? Atitudinea elevilor față de aceasta.
22. Efectele dăunătoare ale alcoolului, tutunului și drogurilor.
23. Sângele. Grupele de sânge. Transfuzia de sânge. Donarea de sânge voluntară și neremunerată.
24. Prevenirea bolilor cu transmitere sexuală.
25. Prevenirea infecției cu virusul HIV. Relațiile sociale cu un purtător de virus HIV.

Proba practică

1. Resuscitarea cardiacă și respiratorie.
2. Primul ajutor în lipotimie.
3. Primul ajutor în convulsii.
4. Primul ajutor în plăgi.
5. Primul ajutor în luxații și entorse.
6. Primul ajutor în caz de fracturi (deschise și închise).
7. Hemoragia. Tehnica hemostazei.
8. Primul ajutor în arsuri.
9. Primul ajutor în caz de electrocutare.
10. Primul ajutor în caz de degerături.
11. Primul ajutor în caz de înec.
12. Primul ajutor în caz de insolație.
13. Transportul accidentatului.
14. Combaterea reacției de panică.