

Datum:

Lektion:

Klass:

Eleverna lär sig:

- a. om yttre och inre blödning
- b. hur man tar hand om mindre sår
- c. hur man stoppar en kraftig blödning
- d. hur man känner igen och ger första hjälpen vid cirkulationssvikt

Material:

PP-presentation, mätglas eller högt glas, tillbringare med 2 liter röd väska (t.ex. tranbärsjuice eller vatten med röd färg)
Aktivitet 1: ett första förband per två elever.
Aktivitet 2: postit-lappar.
Arbetsblad: *Stoppa en kraftig blödning 1* och *Stoppa en kraftig blödning 2*.

Lektionsplanering:

Detta avsnitt är planerat för en lektion mellan 30 och 90 minuter. Använd lektionsplanen vid planering av lektionens upplägg och val av aktiviteter. För t.ex. en 30 minuters lektion: introduktion, en 15 minuters aktivitet från Aktivitet 1, en 5 minuters aktivitet från Aktivitet 2 och en 5 minuters summering.

Introduktion - Yttre och inre blödning

Välj bland aktiviteterna:

- > Eleverna undersöker hur en stor mängd blod ser ut. Följ instruktionerna på bild 3. **(Tidsåtgång: 10 minuter)**
- > Eleverna gör en lista över vad som kan orsaka en kraftig blödning. Följ instruktionerna på bild 4. **(Tidsåtgång: 5 minuter)**

Aktivitet 1 - Att stoppa en kraftig blödning

Välj bland aktiviteterna:

- > Eleverna undersöker effekterna på cirkulationen när man sträcker upp en arm. Se instruktionsfilmen om hur man stoppar en kraftig blödning. Följ instruktionerna på bild 8. **(Tidsåtgång: 5 minuter)**
- > Eleverna fyller i saknade ord och hittar på egna frågor och svar om kraftiga blödningar, arbetsblad *Stoppa en kraftig blödning 1*. Följ instruktionerna på bild 10. **(Tidsåtgång: 15 minuter)**
- > Eleverna arbetar individuellt med arbetsbladet *Stoppa en kraftig blödning 2* och tränar sedan på varandra att stoppa en kraftig blödning med ett första förband. Följ instruktionerna på bild 12. **(Tidsåtgång: 20 minuter)**
- > Eleverna beskriver hur man behandlar näsblod. Följ instruktionerna på bild 14. **(Tidsåtgång: 5 minuter)**

Aktivitet 2 – Att ge första hjälpen vid cirkulationssvikt

Välj bland aktiviteterna:

- > Eleverna spelar Memory om hur man känner igen cirkulationssvikt. Följ instruktionerna på bild 16. **(Tidsåtgång: 5 minuter)**
- > Eleverna spelar rollspel om hur man ger första hjälpen vid en kraftig blödning och cirkulationssvikt. Följ instruktionerna på bild 18. **(Tidsåtgång: 20 minuter)**

Fler övningar:

Yngre elever – Dela ut arbetsbladet *Näsblod bildkort* till eleverna.

Äldre elever – Dela ut arbetsbladet *Stoppa en kraftig blödning 2* till eleverna.

Äldre elever – Dela ut arbetsbladet *Ishockey fallstudie* till eleverna.