

Första hjälpen på åtta lektioner

Ämne	Avsnittets målsättning	Resultat	Kommentarer
Lektion 1 Varför Första hjälpen?	a. att diskutera varför det är viktigt att lära sig första hjälpen b. att fundera över sina tankar om första hjälpen c. att förstå vad första hjälpen kan göra för skillnad	Eleverna kommer att: Ha ökad beredskap för att agera och att använda sina kunskaper i första hjälpen, om olyckan är framme Ha ökad kunskap om första hjälpen och därför känna sig tryggare om något händer	Material för uppföljning: Arbetsblad: <i>Översikt olyckor</i> Ger en bild av hur vanligt det är med olyckor och hur beredd man är att hjälpa Arbetsblad: <i>Filmmagi</i> På film går det ofta fort och lätt väcka medvetlösa och avhjälpa skador
Lektion 2 Agera på olycksplats	a. varför din egen säkerhet måste komma först b. att känna igen möjliga risker på en olycksplats c. vad du ska säga och göra när du ringer 112 d. att kunna bedöma vem som behöver hjälp först om det finns flera skadade.	Bli inspirerade att lära sig mer om första hjälpen Kunna förklara hur första hjälpen kan göra skillnad	Material för uppföljning: Arbetsblad: <i>Riskmedvetenhet</i> Att identifiera risker i hemmiljö; för yngre elever
Lektion 3 Stabilt sidoläge	a. att kunna bedöma om en person är medvetlös b. att veta när och hur man placerar en person i stabilt sidoläge		Lektionen ger bra möjligheter till praktisk övning och passar alla elever. Material för uppföljning: Faktablad <i>Vanliga frågor</i> för elever som vill veta mer
Lektion 4 HLR	a. att kunna bedöma om en person är medvetlös b. att kunna ge HLR till en tonåring/vuxen		Lektionen ger bra möjligheter till praktisk övning och passar alla elever. Material för uppföljning: Faktablad <i>Andning och cirkulation</i> för elever som vill veta mer

<p>Lektion 5</p> <p>Luftvägsstopp</p>	<p>a. att kunna hjälpa en person som har satt i halsen och håller på att kvävas</p>	<p>Eleverna kommer att:</p> <p>Ha ökad beredskap för att agera och att använda sina kunskaper i första hjälpen, om olyckan är framme</p>	<p>Lektionen ger bra möjligheter till praktisk övning och passar alla elever.</p>
<p>Lektion 6</p> <p>Blödning och cirkulations-svikt</p>	<p>a. att förstå yttre och inre blödning</p> <p>b. att veta hur man tar hand om mindre sår</p> <p>c. att veta hur man stoppar en kraftig blödning</p> <p>d. att veta hur man känner igen och behandlar cirkulationssvikt</p>	<p>Ha ökad kunskap om första hjälpen och därför känna sig tryggare om något händer</p> <p>Bli inspirerade att lära sig mer om första hjälpen</p> <p>Kunna förklara hur första hjälpen kan göra skillnad</p>	<p>Lektionen ger bra möjligheter till praktisk övning och passar alla elever.</p> <p>Material för uppföljning: Faktablad <i>Hjärta och blod</i> (FR_BS_3_sve.doc) för elever som vill veta mer.</p>
<p>Lektion 7</p> <p>Brännskador</p>	<p>a. att veta vad som kan orsaka brännskador</p> <p>b. att veta hur man behandlar brännskador</p> <p>c. att veta när man behöver söka sjukvård för en brännskada</p>		<p>Lektionen ger bra möjligheter till praktisk övning och passar alla elever.</p> <p>Material för uppföljning: Att göra ett faktablad med PowerPoint-presentationen <i>Olika typer av brännskador</i> (FR_Bu_1_sve.doc) som bas</p>
<p>Lektion 8</p> <p>Trafikolycka</p>	<p>I det här avsnittet får du använda dina kunskaper i första hjälpen.</p> <p>Kan du rädda ett liv?</p> <p>Avsikten med detta scenario är att befästa elevernas kunskaper i första hjälpen. Här får de aktivt använda det de lärt sig och tillsammans komma fram till hur men bäst hanterar en olyckssituation.</p>		<p>Detta avsnitt kan genomföras enskilt, som grupparbete eller i helklass.</p> <p>Material för uppföljning: Frågespelet <i>Quiz</i> (på engelska) kan användas som summering av utbildningen eller som extra aktivitet.</p>