

Datum:

Lektion:

Klass:

Eleverna lär sig:

- varför det är viktigt att lära sig första hjälpen
- varför din egen säkerhet måste komma först
- att bedöma om en person är medvetslös
- när och hur man placerar en person i stabilt sidoläge
- vad du ska säga och göra när du ringer 112

Material:

PP-presentation.
Introduktion: Postit-lappar
Arbetsblad *Händelsekort*

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: 5 minuter introduktion, en 5 minuters aktivitet från Aktivitet 1, en 10 minuters aktivitet från Aktivitet 2, en 10 min aktivitet från Aktivitet 3 och 5 minuters summering.

Aktivitet 1 – Varför det är viktigt att lära sig första hjälpen

Välj bland aktiviteterna:

- > Eleverna tar ställning till påståenden om första hjälpen.
Följ instruktionerna på bild 5-7. **(Tidsåtgång: 5 minuter)**
- > Eleverna föreslår svar på frågor om första hjälpen.
Följ instruktionerna på bild 8-9. **(Tidsåtgång: 5 minuter)**

Aktivitet 1 – Din egen säkerhet kommer först

Välj bland aktiviteterna:

- > Eleverna diskuterar vem som är den viktigaste personen vid en olycka.
Händelsekort. Följ instruktionerna på bild 10. **(Tidsåtgång: 10 minuter)**
- > Eleverna diskuterar olycksrisker i ett hem.
Följ instruktionerna på bild 12 **(Tidsåtgång: 5 minuter)**

Aktivitet 1 – Att bedöma om en person är medvetslös

Välj bland aktiviteterna:

- > Eleverna gör en lista över tankar och frågor de skulle kunna ha om de hittade en medvetslös person Följ instruktionerna på bild 15. **(Tidsåtgång: 10 minuter)**
- > Eleverna lär sig vad som händer med tungan om man sträcker huvudet bakåt och lyfter upp hakan.
Följ instruktionerna på bild 18-19. **(Tidsåtgång: 5 minuter)**

Aktivitet 3 – Stabilt sidoläge och ringa 112

Välj bland aktiviteterna:

- > Eleverna ser en instruktionsfilm och tränar sedan på att lägga varandra i stabilt sidoläge.
Följ instruktionerna på bild 21. **(Tidsåtgång: 20 minuter)**
- > Eleverna spelar rollspel – Ringer 112.
Följ instruktionerna på bild 22 och 23. **(Tidsåtgång: 10 minuter)**

Fler övningar:

Yngre elever – Rita av en kamrat som ligger i stabilt sidoläge.

Äldre elever – Skriv färdigt berättelsen som presenterades i början av PowerPoint-presentationen.