

Færdsel

Lektionsplan

Færdselsrelateret førstehjælp

Materialer	Øvelser færdselsrelaterede+ Kontrol øvelse - færdselsrelateret
Klargøring	Projektor

Hovedpunkter	Indhold		Bemærkninger
Indledning <i>3 min.</i>	Hvad - hvorfor - hvordan		PowerPoint - PP8

Hovedpunkter	Indhold		Bemærkninger
Gennemgang <i>37 min.</i>	Repetition <ul style="list-style-type: none"> - Redningskæden - HLR - ABC reglen - Førstehjælperens 4 hovedpunkter - Stabilt sideleje - Shock Årsager til trafikuheld Sikkerhedsselen Stands ulykken - fokus færdsel Alarmering - fokus færdsel		PowerPoint - PP8
Øvelse <i>20 min.</i>	Flytning fra gulv Flytning fra stol (bilsæde) Hold hovedet (ret det op til neutral) Kontroller løbende		Oplæg PowerPoint PP8 Stepvis - styret

PAUSE	Afslutning på 4 lektioner/3 timer.	
--------------	---	--

Materialer	Phantom + masker og poser Tæpper Støtteforbindinger Kompresforbindinger
Klargøring	Projektor

Hovedpunkter	Indhold		Bemærkninger
Indledning <i>30 sek.</i> Repetition <i>4:30 min.</i>	Øvelser i et væk med fokus på færdsel. Vi husker <ul style="list-style-type: none"> - Redningskæden - HLR - ABC reglen - Førstehjælperens 4 hovedpunkter - Stabilt sideleje - Shock 		PowerPoint - PP9

Hovedpunkter	Indhold		Bemærkninger
Øvelse <i>85 min.</i>	Øvelser Færdselsrelaterede Rette/vejlede		
PAUSE	Mellempause / 2x45min.		
Øvelse fortsat <i>15 min.</i>	Der fortsættes fra før pausen		
Kontrol øvelse <i>70 min.</i>	Opdel i hold af x PSN Opdel hold i to <ul style="list-style-type: none"> - Figuranter - Førstehjælpere <p>Førstehjælpere smutter udenfor Figuranter får rolle-seddel 30 min. til klargøring/øvelse Der kommenteres ikke under og før, men der noteres. Skift og køр igen</p> <p>Oprydning</p>		
Sammenfatning <i>5 min.</i>	Læring fra kontroløvelse Kommenter oplevelser ud fra noter.		PowerPoint - PP10