

H L R

Lektionsplan

Materialer	Phantom En maske & pose til hver elev. Øvelser HLR udskrives - et sæt pr. 3 elever
Klargøring	- Fremviser PowerPoint - Phantom med maske, pr. 3 elever - Øvelser HLR

Hovedpunkter	Indhold	Bemærkninger
Indledning HLR <i>5 min.</i>	Hvad - Hvorfor - Hvordan Lektion opsat i PowerPoint	PowerPoint PP2
Gennemgang <i>Teori - 10 min.</i> <i>Praktisk - 5 min.</i>	<p>Teoretisk gennemgang</p> <ul style="list-style-type: none"> - Førstehjælpens 4 hovedpunkter <ul style="list-style-type: none"> o Byg eksempler på via eleverne. - Redningskæden <ul style="list-style-type: none"> o HURTIG indsats o Større overlevelses chance <p>Praktisk gennemgang Episode: En person får noget galt i halsen</p> <ul style="list-style-type: none"> - Dunk i ryggen - Heimlich metoden <p>Spørgsmål?</p>	<p>PowerPoint - PP2</p> <p>4 133 39-40</p> <p>Ud på gulvet Der skal bruges en figurant.</p> <p>KUN marker Heimlich</p>
Øvelse 10 min.	<p>Eleverne øver dunk/Heimlich</p> <ul style="list-style-type: none"> - PAS PÅ - kun markering <p>Kontroller Heimlich</p>	

Hovedpunkter	Indhold	side	Bemærkninger
Gennemgang <i>Praktisk - 15 min.</i>	Episode: En person findes livløs - HLR gennemgås - VIS - VIS FORKLAR	21-33	Der skal bruges en figurant .
Øvelse <i>40 min.</i>	Brug øvelseskort HLR Gennemgå brugen af øvelserne HUSK førstehjælpens 4 hovedpunkter Kontroller/vejled løbende Bed alle individuelt om at lave HLR på Phantom		Øvelse HLR
PAUSE	Mellempause / 2x45min.		
Øvelse fortsat <i>55 min.</i>	Se ovenover		
Kontrol <i>do</i>	Foretages løbende rundt mens de øver. SIKRING af at alle ses lave hjertemassage på phantom.		
Oprydning <i>10 min.</i>			
Sammenfatning <i>5 min.</i>	Repetér hovedpunkterne Børn: Dunk/Heimlich på børn/børn u. 1 år Hjertemassage til børn/børn u. 1 år Anvendte sidetal 4 hovedpunkter s. 4 HLR s. 21-33 Noget i Halsen s. 39-40 Ulækkert, meget blod, dækmasker		

Hovedpunkter	Indhold	side	Bemærkninger
Færdig	Modulet er nu slut		
EXTRA <i>20 min.</i>	<p>Afslutning med udlevering af bevis og evaluering.</p> <p>ELLER</p> <p>Repeter modulet Repeter på tværs af moduler</p> <p>Kør del af andre moduler. Eks. Tilskadekomst & færdsel.</p> <p>Vis et relevant filmklip</p>		
SLUT	Afslutning på 4 lektioner/3 timer.		