

Weitere Unterrichtsthemen

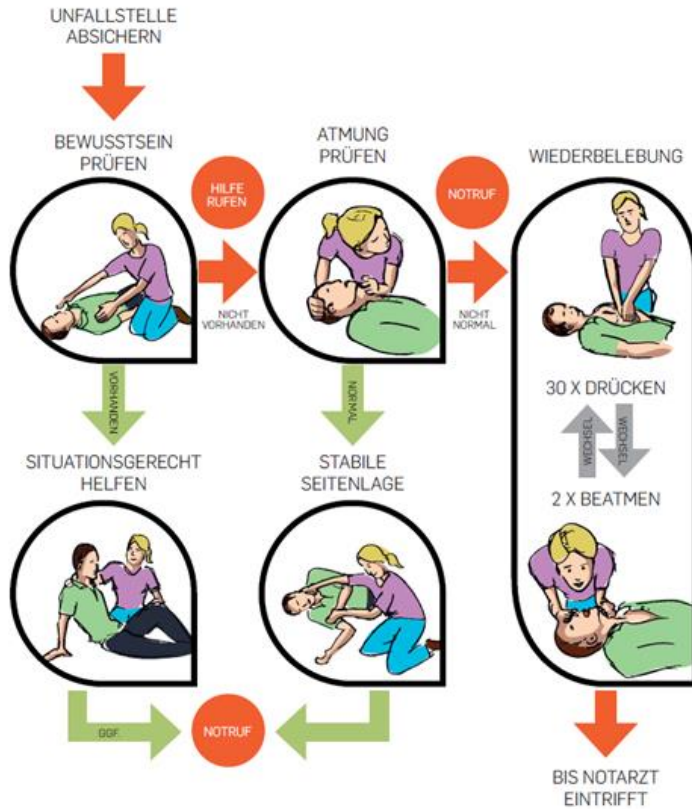
Erste-Hilfe-Maßnahmen

Beschreibung

Die SuS erarbeiten und erlernen im Unterricht Erste-Hilfe-Maßnahmen und erstellen übersichtliche Zusammenfassungen zum Mitnehmen. Das theoretisch Erlernte kann sowohl in der Schule, als auch während der Schneesportfahrt unter realistischen Umständen in die Praxis übertragen und geübt werden. Die Erste-Hilfe-Maßnahmen werden dabei bei der Simulation eines Unfallszenarios eingesetzt, siehe Programm 'Unfall: Was zu beachten ist'.

Erste-Hilfe-Maßnahmen:

- Einen ersten Blick auf den Verletzten zur Orientierung.
- Unfallstelle absichern oder anderen anweisen zum Absichern.
- Je nach Einschätzung Bewusstsein prüfen (Bewusstsein vorhanden: Situationsgerecht helfen und gegebenenfalls Notruf; Kein Bewusstsein: Hilfe rufen und sofort Atmung prüfen.
- Je nach Situation Atemwege freimachen, Überstrecken des Kopfes und Luftstrom aus Nase/Mund sowie Brustkorbbewegungen kontrollieren. Atmung/Puls vorhanden: Stabile Seitenlage und Notruf; Atmung/Puls nicht vorhanden: Notruf und Wiederbelebungsmaßnahmen.
- Wiederbelebungsmaßnahmen: 30-mal Herzdruckmassage (Hände in Brustmitte, gestreckte Arme, Drucktiefe ca. 5 cm, Frequenz: ca. 100/Minute, anschließend zweimal Beatmung jeweils im Wechsel bis der Notarzt eintrifft oder Vitalfunktionen wieder vorhanden sind.
- Je nach Situation Wundversorgung, Schutz vor Unterkühlung, den Verletzten falls möglich von stark frequentierten Pistenbereichen oder unübersichtlichen Stellen schaffen.
- Zur Veranschaulichung siehe Bildmaterial.
- Notruf: Falls Nummer nicht bekannt 112 wählen.



Hinweis: Eine größere Ansicht des Bildes finden Sie [hier](#).

Hilfsmittel

- Flipcharts + notwendige Materialien.
- Broschüre ‚Schneesport mit Sicherheit mehr Spaß‘, S. 58-61 kostenlos zu beziehen über www.sicherheitimsport.de oder siehe weiterführende Literatur

Lernziele

- Die SuS erlernen die Erste-Hilfe-Maßnahmen und können diese anwenden.
- Die SuS können sich relevante Informationen aus klassischen und technisch gestützten Informationsquellen sowie aus eigener Informationsgewinnung strukturieren und bedeutsame Einsichten herausarbeiten.

Organisation

Diese Einheit eignet sich für 1-2 UE (1 UE = 45 Min.).

Weiterführende Literatur

Broschüre ‚Schneesport - Mit Sicherheit mehr Spaß‘:

Krombholz, A., Jendrusch, G., Schulz, D. & Voigt, H.-F. (2014). *Schneesport – Mit Sicherheit mehr Spaß*.

(Kostenlos zu beziehen über www.sicherheitimsport.de oder per Direktdownload [hier](#))