

		<h1>Programmblock</h1>		<h2>Nr. 026</h2>	
<h3>1. Hilfe Parcours</h3>			<h3>Physische Gesundheit</h3>		<h3>D</h3>
<b>Tn-Anzahl:</b>	Alle Teilnehmer				
<b>Altersstufe:</b>	7 – 15 Jahre				
<b>Ort:</b>	Haus- oder Zeltlager				

### Ziel

Die Kinder lernen den Umgang mit ihrem Körper und wissen, was sie tun können, wenn der Körper verletzt ist.

Sie lernen die verschiedenen Signale/Symptome des Körpers kennen, die er in unterschiedlichen Situationen zeigt.

### Ablauf

#### Einstieg

Theater: Wir werden bombardiert und es gibt Verletzte.

Es ist wichtig, dass wir den Verletzten helfen können. Und es gibt darum einen 1.Hilfekurs für alle.

#### Hauptteil

Postenlauf mit 5 Posten, je 20 Minuten pro Posten inklusive wechseln zum nächsten Posten

##### Posten 1 (Druckverband):

Ziel eines Druckverbandes erklären und vorzeigen

TN zu 2 versuchen lassen und Tipps geben

Schnelle TN können noch Stützverband am Fuss üben

##### Posten 2 (Lagerungen):

Stabile-Seitenlage→ vorzeigen und erklären, wann diese notwendig ist.

TN gegenseitig üben lassen, Ergebnisse kontrollieren.

Schocklagerung→Notwendigkeit erklären, vorzeigen und üben lassen

Oberkörper Hochlagerung→ Notwendigkeit erklären, vorzeigen und üben lassen

##### Posten 3 (Verbrennungen):

verschiedene Grade erklären und passende Behandlung vorzeigen und mit TN üben.

###### 1. Grad:

lokale Schwellung und Rötung

###### 2. Grad:

zusätzliches Bilden von Brandblasen, starke Schmerzen

###### 3. Grad:

komplette Zerstörung der Haut→Verkohlung

Behandlung: kühlen mit lauwarmem Wasser, kein Eis, wenn möglich

Arzt aufsuchen: bei 1. Und 2. Grades, wenn Unwohlsein dazukommt, bei 2. Grades grösser als Handfläche des Betroffenen oder im Gesicht/Gelenke oder Genitalien, bei 3. Grades immer

##### Posten 4 (Sonnenstich):

Fragen, was sie wissen, wie sich ein Sonnenstich äussert, üben der Massnahmen

Symptome: Kopfschmerzen, Schwindel, Übelkeit und Erbrechen, Kopf ist heiss und rot, Rest vom Körper normal

Behandlung: Person in Schatten setzen, Oberkörper hochlagern, Kleidung öffnen, kühle Umschläge auf Stirn/Nacken, trinken

Posten 5 (allergische Reaktion):

Bilder zeigen und fragen, um was es sich handelt.

Über eventuell vorhandene Allergien der Kinder sprechen

Symptome:

- Rötung
- Juckreiz
- Blasenbildung
- Schwellung
- Verengung der Atemwege

Behandlung:

Allergenzufuhr stoppen

Notarzt rufen

Patient flach mit erhöhten Beinen lagern

Person nach eigenen Medikamenten fragen

## Schluss

Test: Fallbeispiel zum Thema allergische Reaktion, Sonnenstich (bei Regen Kreislaufkollaps) und Verbrennung.

Je ein Leiter zeigt die Symptome der besprochenen Situationen, TN müssen gemeinsam richtige Massnahmen durchführen

## Inhalte für die Reflexion

Was habe ich heute alles gelernt über den Körper?

Erkenne ich ungute Anzeichen des Körpers? Kann ich bei kleineren Verletzungen und Beschwerden richtig helfen?

## Material

Farben für Verletzungen, Verbandsmaterial, Bilder zu Verbrennungen, Tücher, Wasser, Becher, Bilder von allergischen Reaktionen