



# NouHätä!-lektioner

## Lektionsplan

 **Lektion:** 3/4 Olyckor

 **Längd:** en lektion

Mål:	Innehåll:
1. Eleven kan identifiera olycksrisker.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Idrottsolyckor</li><li>• Förgiftningar (alkohol och droger)</li><li>• Trafikolyckor</li></ul>
2. Eleven vet hur man undviker olyckor.	<p>Undvika onödiga risker.</p> <p><b>Trafikolyckor:</b> Öva, använd säkerhetsutrustning, följ trafikreglerna, fokusera på körningen/stör inte föraren, ta pauser vid behov, kör inte berusad.</p> <p><b>Förgiftning:</b> Förvara läkemedel, tvättmedel och andra kemikalier utom räckhåll för barn, använd produkter med säkerhetslock, förvara alltid ämnena i sin originalförpackning.</p> <p><b>Idrottsolyckor:</b> Värm upp dig, läs instruktionerna och reglerna, använd skyddsutrustning.</p>
3. Eleven behärskar de första stegen vid en olycka.	<ul style="list-style-type: none"><li>• Stanna upp och lugna ner dig.</li><li>• Förhindra ytterligare olyckor.</li><li>• Filma inte, hjälp i stället.</li><li>• Håll dig lugn och se till din egen säkerhet och handlingsförmåga.</li><li>• Lugna den som drabbats av olyckan.</li><li>• Ring 112 vid behov.</li></ul>
4. Eleven kan berätta hur man ger första hjälpen.	<p><b>Första hjälpen för sår:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Små sår</li><li>• Stora eller smutsiga sår</li></ul> <p><b>Första hjälpen för brännskador:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Små första gradens brännskador</li><li>• Alla andra brännskador</li></ul> <p><b>Första hjälpen för medvetslösa:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• De första stegen</li><li>• Sidoläge</li><li>• Återupplivning och defibrillator</li></ul>



# NouHätä!-lektioner

## Lektionsplan

 **Lektion:** 3/4 Olyckor

 **Längd:** en lektion

### Förberedning av undervisningslokal och material

### Tillbehör

### Presentationsmaterial

- Presentationsmaterial för Lektion 3 – Olyckor – finns på webbplatsen för NouHätä!-kampanjen: nouhata.fi.
- Följ lektionsplanen när du använder presentationsmaterialet.
- Använd alltid den senaste versionen av materialet.
- Använd presentationen så att du kan se anteckningarna för föreläsaren. Där finns mer information om ämnet.
- En del av videomaterialet och onlineuppgifterna finns bara på finska.
- Om utbildaren **ändrar** källmaterialet eller **kompletterar** med annat material, måste det nämnas. Eget material ska tydligt särskiljas från SPEK:s material.



# NouHätä!-lektioner

## Lektionsplan



**Lektion:** 3/4 Olyckor



**Längd:** en lektion

### Lektionens upplägg

#### INLEDNING

- Lektionens mål

#### 1. DEL 1: Identifiering av olycksrisker

- **Diskutera tillsammans:** Har du varit med om en olycka?
- **Föreläsning:** Olyckor i Finland
- **Föreläsning:** Unga olyckspatienter 2016–2018
  - **Diskutera tillsammans:** Vilka slutsatser kan man dra av diagrammet?
- **Föreläsning:** De vanligaste olyckorna
- **Repetitionsföreläsning:** Identifiering av olycksrisker

#### DEL 2: Undvik olyckor

- **Diskutera tillsammans:** Hur kan idrottsolyckor förebyggas?
  - **Video:** Förebyggande av idrottsolyckor
- **Diskutera tillsammans:** Hur kan förgiftningar undvikas?
  - **Föreläsning:** Undvika förgiftning
- **Diskutera tillsammans:** Hur kan trafikolyckor undvikas?
  - **Föreläsning:** Undvika trafikolyckor
  - **Föreläsning:** Trafikolyckor med unga
  - **Lyssna:** Nyheter om körkortsåldern
  - **Diskutera tillsammans:** Vilken inverkan tror du att en sänkning av körkortsåldern skulle få på trafikolyckor bland unga?
- **Repetitionsföreläsning:** Undvika olyckor

... fortsätter



# NouHätä!-lektioner

## Lektionsplan



**Lektion:** 3/4 Olyckor



**Längd:** en lektion

### Lektionens upplägg

#### DEL 3: De första stegen vid en olycka

- **Föreläsning:** Agerande vid olycksfall
- **Diskutera tillsammans:** Varför ska man inte filma på en olycksplats?
- **Föreläsning:** Filma inte, hjälp i stället!
- **Video:** Filma livet – inte olyckor
- **Föreläsning:** Var och en är skyldig att hjälpa en skadad
- **Föreläsning:** När du möter en person som råkat ut för en olycka

#### DEL 4: Första hjälpen

- **Föreläsning:** Första hjälpen kan rädda liv
- **Diskutera tillsammans:** Hur behandlas små sår? Hur behandlas blödande, djupa, smutsiga eller stora sår?
  - **Föreläsning:** Första hjälpen för sår
- **Föreläsning:** Första hjälpen för brännskador, klassificering av brännskador
  - **Föreläsning:** Första hjälpen för brännskador: små och andra brännskador
- **Paruppgift:** Första hjälpen för medvetslösa
  - **Video:** Möta en medvetlös
- **Föreläsning:** Återupplivning
  - **Uppgifter:** Tempo och handposition för hjärtmassage
  - **Föreläsning:** Hjärtstartare, dvs. defibrillator
  - **Video:** defibrillator
  - **Uppgift:** Hitta närmaste defibrillator.

#### AVSLUTNINGSVIS: Sammanfattning av lektionen, självbedömning

- **Diskutera tillsammans:** Identifiering av olycksrisker
- **Diskutera tillsammans:** Undvika olyckor
- **Diskutera tillsammans:** De första stegen vid en olycka
- **Diskutera tillsammans:** Första hjälpen
- Elektronisk självbedömning