III.1.6

## Sachunterricht – Körper & Gesundheit

# Erste Hilfe – Ich weiß, wie es geht!

Martina Külling
Mit Illustrationen von Katharina Friedrich

© pinstock/E+/gettyimages

© RAABE 2022

VORSCHAU

Wie verhalte ich mich im Notfall? Wie legt man einen Verband an? Wie heißt die Nummer des Notrufs und wie bringe ich jemanden in die stabile Seitenlage? Viele Aufgaben können Kinder selbst übernehmen. Mit diesem Beitrag lernen die Schülerinnen und Schüler das richtige Verhalten in Notfallsituationen. Indem sie sich zutrauen, einen Notruf abzusetzen, können Kinder tatsächlich Leben retten.

**KOMPETENZPROFIL**

| | |
|---|---|
| **Klassenstufen:** | 3 und 4 |
| **Dauer:** | ca. 16 Unterrichtsstunden |
| **Kompetenzen:** | Sozialkompetenz; Grundfunktionen des menschlichen Körpers kennen |
| **Thematische Bereiche:** | Schilder, Unfallvermeidung, Erste Hilfe, stabile Seitenlage, Notruf |
| **Medien:** | Arbeitsblätter, Bilder, Informationstexte, Interview, Test, Selbsteinschätzungsbogen, Beobachtungsbogen |
| **Organisatorisches:** | (abgelaufene) Verbandskästen, Kühlpads, Taschentücher, Einweghandschuhe für Kinder als Übungsmaterial bereitstellen |
| **Fächerübergreifend:** | Deutsch: Interview, Unfall-Bericht |

netzwerk lernen
zur Vollversion

# Auf einen Blick

**Legende der Abkürzungen:**
TX: Text; AL: Anleitung; AB: Arbeitsblatt; VL: Vorlage; BD: Bilder/Bildkarten; SP: Spiel
UG: Unterrichtsgespräch; LV: Lehrervortrag; EA: Einzelarbeit; PA: Partnerarbeit

## 1. Stunde

**Thema:** Hinführung zum Thema „Erste Hilfe"

**Einstieg:** Vorwissen der SuS aktivieren

**M 1** (AB) **Erste Hilfe /** Die SuS erzählen von ihren Erfahrungen und bewerten die Aussagen der Sprechblasen (EA, PA, UG)

**Vorbereitung:** ggf. Sprechblasen für die Tafel großkopieren

## 2./3. Stunde

**Thema:** Rallye durchs Schulhaus

**M 2** (SP) **Wo ist der Verbandskasten? /** Die SuS schneiden die Karten aus und führen im Team die Rallye durchs Schulhaus durch (PA)

**Vorbereitung:** Beschilderung und Verbandskästen im Schulhaus kontrollieren

## 4. Stunde

**Thema:** Auf die eigene Sicherheit achten

**M 3** (AB, BD) **Unfälle vermeiden /** Die SuS betrachten die Bilder und schreiben auf das Arbeitsblatt, wie in den jeweiligen Situationen ein Unfall passieren könnte (EA, PA, UG)
Im zweiten Schritt kann in PA oder einem UG besprochen werden, inwiefern Unfälle verhindert werden können (UG)

**Vorbereitung:** Die Bilder könnten bei Bedarf groß ausgedruckt werden, um für ein eventuelles UG an die Tafel gehängt zu werden

## 5.–6. Stunde

**Thema:** Stabile Seitenlage

**M 4** (BD, TX) **Eine bewusstlose Person (Teil 1) /** Die SuS schneiden die Bild- und Textkärtchen entlang der gestrichelten Linie aus, ordnen sie und kleben die Texte zum jeweils passenden Bild (EA)

**M 4** (AB) **Eine bewusstlose Person (Teil 2) /** Die Aufgaben dienen der Anwendung des erworbenen Wissens aus Teil 1 (EA, PA)

**Vorbereitung:** Zu Teil 2: Kopieren Sie das Arbeitsblatt in halber Klassenstärke und schneiden Sie es in der Mitte durch

**Benötigt:** Schere, Klebstoff, ggf. Matten oder Unterlagen für den Boden im Klassenzimmer

VORSCHAU

© RAABE 2022

netzwerk lernen



zur Vollversion

## Wo ist der Verbandskasten? – Rallye durchs Schulhaus M 2

**Aufgabe 1:** Schneidet alle Karten aus und legt sie verdeckt auf einen Stapel. Zieht abwechselnd eine Karte und erfüllt den Auftrag.

Wo gibt es in unserer Schule einen Feuerlöscher? Wo ist der nächstgelegene?

_____

_____

Gibt es bei uns in der Schule einen Schulsanitäter oder eine Schulsanitäterin?

ja ☐, sie heißen:

_____

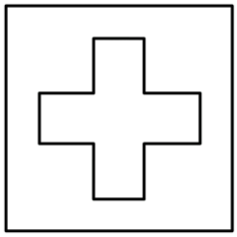
nein ☐

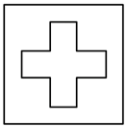
Wo gibt es in unserer Schule einen Verbandskasten?

_____

_____

Findet dieses Schild im Schulhaus. Malt es in den richtigen Farben an.





Was bedeutet dieses Schild?

_____

_____

Welches Telefon könnt ihr für einen Notruf benutzen? Wo befindet es sich?

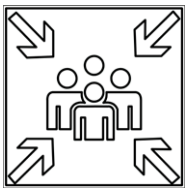
_____

_____

Welche Notrufnummern kennt ihr? Schreibt sie auf.

_____

_____



Findet heraus, was dieses Zeichen bedeutet.

_____

_____

_____

© RosLilly/iStock/gettyimages

© RAABE 2022

VORSCHAU

netzwerk lernen

zur Vollversion

## M 4 Eine bewusstlose Person (Teil 1) – stabile Seitenlage

**Aufgabe 1:** Welcher Text passt zu welchem Bild?
Schneide die Bilder und Texte aus und klebe sie geordnet in dein Heft.

| | |
|---|---|
| | Nun wurde die bewusstlose Person in die stabile Seitenlage gebracht. Setze den Notruf ab und warte auf den Notarzt. |
| | Fasse die bewusstlose Person an der Schulter, die weiter weg ist, und an der Hüfte der gleichen Seite und rolle sie vorsichtig in deine Richtung. |
| | Biege den Kopf weit nach hinten und positioniere die Hand so, dass der Kopf stabil hinten bleibt. |
| | Nimm den Arm, der weiter von dir weg ist, und lege ihn über die Brust. Dabei liegt der Handrücken der bewusstlosen Person an ihrer Wange. |
| | Knie auf Brusthöhe neben die bewusstlose Person. Nimm den Arm, der in deiner Nähe ist, und strecke ihn im rechten Winkel nach oben. Die Handfläche ist für dich sichtbar. |
| | Stelle das Bein, das weiter von dir weg ist, auf. |

VORSCHAU

© RAABE 2022



zur Vollversion

## Eine bewusstlose Person (Teil 2) – stabile Seitenlage M 4

**Aufgabe 2:** Lies die folgenden Sätze genau durch.
Kreuze nur an, was richtig ist.

In der stabilen Seitenlage ...

☐ ... kann der/die Verletzte nicht zur Seite wegrollen.

☐ ... ist der Kopf nach hinten überstreckt, damit die Person atmen kann.

☐ ... stützt die Hand den Kopf.

☐ ... stabilisiert das angewinkelte Bein den Körper.

☐ ... muss man prüfen, ob die Zunge freiliegt.

☐ ... muss man die Person auf den Bauch legen.

**Aufgabe 3:** Übe die stabile Seitenlage mit einem anderen Kind.

## Eine bewusstlose Person (Teil 2) – stabile Seitenlage M 4

**Aufgabe 2:** Lies die folgenden Sätze genau durch.
Kreuze nur an, was richtig ist.

In der stabilen Seitenlage ...

☐ ... kann der/die Verletzte nicht zur Seite wegrollen.

☐ ... ist der Kopf nach hinten überstreckt, damit die Person atmen kann.

☐ ... stützt die Hand den Kopf.

☐ ... stabilisiert das angewinkelte Bein den Körper.

☐ ... muss man prüfen, ob die Zunge freiliegt.

☐ ... muss man die Person auf den Bauch legen.

**Aufgabe 3:** Übe die stabile Seitenlage mit einem anderen Kind.

© RAABE 2022

VORSCHAU

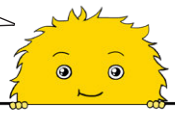


netzwerk lernen
zur Vollversion

## M 13 Stationenarbeit – Verstauchungen/Prellungen (Station 6)

**Aufgabe 1:** Lies die Sätze genau durch.
Verbinde sie mit dem passenden Bild.

Bei Prellungen oder Verstauchungen hilft die PECH-Regel!

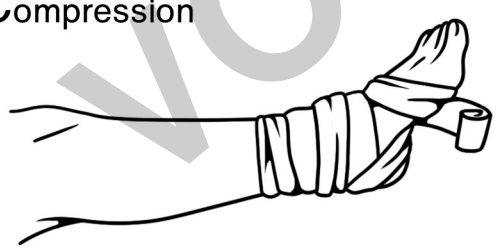


**Pause**

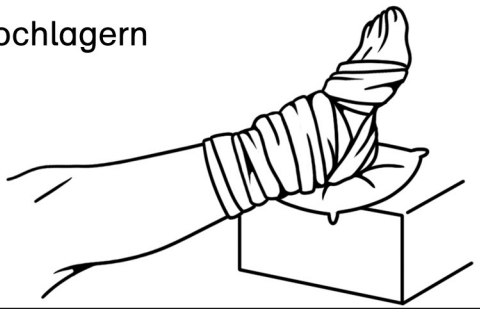
**Eis**

| | | | |
|---|---|---|---|
| Den betroffenen Körperteil schonen. | Der verletzte Körperteil soll höher gelagert werden als das Herz. So kann das Blut besser abfließen und die Schwellung wird weniger. | Ein Verband mit einer elastischen Binde oder einem Kühlverband verringert die Schwellung. | Kühlen hilft gegen die Schwellung und die Schmerzen. Dabei das Kühlpad immer mit einem Tuch umwickeln. |

**Compression**



**Hochlagern**



**Aufgabe 2:** Stellt euch vor, einer von euch hatte einen Sportunfall und ist umgeknickt. Versorgt die Verletzung nach der PECH-Regel.

**Aufgabe 3:** Sprecht darüber, welche Stellen man sich im Sportunterricht prellen oder verstauchen könnte.

VORSCHAU

© RAABE 2022



zur Vollversion