

Auf einen Blick

1. Stunde

Thema: Einführung in die Erste Hilfe – Warum jede Minute zählt

M 1 Wenn Kinder Leben retten

Benötigt:

- ☐ ggf. Beamer für die Projektion des Videos
- ☐ internetfähiges Endgerät zum Abspielen des Videos

2./3. Stunde

Thema: Erste Hilfe in Notfallsituationen – Analyse und Ursachen-Folgen-Schema

M 2 Wenn jede Minute zählt – Notfall in der Schule

M 3 Erste Hilfe in verschiedenen Notfallsituationen

Benötigt:

- ☐ internetfähige Endgeräte für die Recherche
- ☐ Tafel, Smartboard oder Dokumentenkamera für die Ergebnissicherung

4./5. Stunde

Thema: Bewusstlosigkeit erkennen und stabile Seitenlage umsetzen

M 4 Bewusstlosigkeit – Was zu tun ist

Benötigt:

- ☐ internetfähiges Endgerät zum Abspielen des Videos
- ☐ ggf. Beamer für die Projektion des Videos

M 5 Wann und wie wird die stabile Seitenlage umgesetzt?

Benötigt:

- ☐ internetfähiges Endgerät zum Abspielen des Videos
- ☐ ggf. Beamer für die Projektion des Videos
- ☐ Matten oder weiche Unterlage für Praxisübungen

6. Stunde

Thema: Lernerfolgskontrolle und Wissenssicherung

M 6 Teste dein Wissen zu Erste-Hilfe-Maßnahmen

M 7 Erste Hilfe, aber wie?

Minimalplan

Die Einheit kann bei Zeitmangel auf **drei Unterrichtsstunden** gekürzt werden:

- **Pflicht:** **M 1** (Einstieg), **M 4** und **M 5** (praktische Übung Bewusstlosigkeit + Seitenlage), **M 6** (Lernerfolgskontrolle).
- **Optional:** **M 2** und **M 3** (Fallbeispiel und Ursachen-Folgen-Schema) können verkürzt oder als Hausaufgaben genutzt werden.
- Zusätzlich können die Videos in Eigenarbeit vor der Stunde angeschaut werden („Flipped Classroom“), sodass die Unterrichtszeit für die praktische Übung und Diskussion frei wird.

Erklärung zu den Symbolen

	Dieses Symbol markiert differenziertes Material. Wenn nicht anders ausgewiesen, befinden sich die Materialien auf mittlerem Niveau.		
	leichtes Niveau		mittleres Niveau
			schwieriges Niveau

Wenn Kinder Leben retten

M 1

© Jan-Otto/E+/Getty Images

Aufgabe

Schaut euch das folgende Video an: <https://raabe.click/kidssavelives>

Tauscht euch zu zweit über das Video aus und beantwortet dabei die folgenden Fragestellungen.

1. Was könnte das Thema der heutigen Unterrichtsstunde sein?
2. Was genau ist zu beobachten?
3. Bist du schon einmal selbst in eine ähnliche Situation geraten? Wie erging es dir dabei?



M 5

Wann und wie wird die stabile Seitenlage umgesetzt?



© Jerry Silvestrini/iStock/Getty Images Plus



Aufgabe 1

Schaut euch gemeinsam das Video zur stabilen Seitenlage an: <https://raabe.click/stabSeitenlage>. Ordne die einzelnen Schritte der stabilen Seitenlage in der richtigen Reihenfolge an.

	Falls vorhanden, lege eine Rettungsdecke über die Person in der stabilen Seitenlage, damit diese nicht auskühlt.
	Winkle das Bein an, das weiter weg von dir ist und ziehe das Bein an der Kniekehle zu dir. Lege es am Boden ab und hebe den Kopf gleichzeitig mit der anderen Hand an, um ihn zu stützen.
	Lege nun die andere Hand der Person unter ihren Kopf oder an die Backe und halte sie dort fest.
	Als erstes bereitest du die Person vor, indem du zum Beispiel ihre Brille und andere störende Gegenstände wie eine Mütze abnimmst. Setze dich seitlich neben die Person.
	Lege den Kopf auch ab und überstrecke ihn, sodass sich der Mund leicht öffnet. Das ist wichtig, damit Flüssigkeiten ablaufen können und die Person nicht erstickt.
	Führe die Hand, die auf deiner Seite liegt, nach oben. Lege die Hand in einem rechten Winkel neben dem Kopf ab.

Aufgabe 2

Erinnere dich an das Video: **Fülle** den Lückentext **aus**, um herauszufinden, wann die stabile Seitenlage angewendet wird und wann nicht.

Die stabile Seitenlage wird angewendet, wenn eine Person _____ ist, aber noch _____.

Ziel ist es, die _____ freizuhalten und ein _____ zu verhindern, bis Hilfe kommt.

Keine stabile Seitenlage wird durchgeführt, wenn die Person _____ ist und _____.

In diesem Fall muss sofort mit der _____ begonnen und – falls vorhanden – ein _____ eingesetzt werden. Nachdem die hilfebedürftige Person in der stabilen Seitenlage liegt, ist trotzdem regelmäßig die Atmung zu kontrollieren.

Wortspeicher

Atemwege – bewusstlos (2) – nicht mehr atmet – Defibrillator – atmet – Erstickten – Herzdruckmassage



Aufgabe 3

Übt in eurer Gruppe die stabile Seitenlage und nehmt die Rollen der bewusstlosen Person, die der helfenden Person und die der beobachtenden Person ein.

- Eine Person spielt die bewusstlose Person (auf Matte oder weicher Unterlage).
- Eine Person bringt sie in die stabile Seitenlage.
- Die anderen achten auf die richtige Durchführung.
- Tauscht die Rollen, bis jeder einmal jemanden in die stabile Seitenlage gebracht hat.

Aufgabe 4

Überlegt in eurer Gruppe:

- Welche Schritte wurden sicher durchgeführt?
- Wo gab es Unsicherheiten?
- Warum ist die stabile Seitenlage wichtig?
- Welche Rolle spielen Herzdruckmassage und AED (Automatisierter externer Defibrillator) im Ernstfall, wenn **keine Atmung** vorhanden ist?

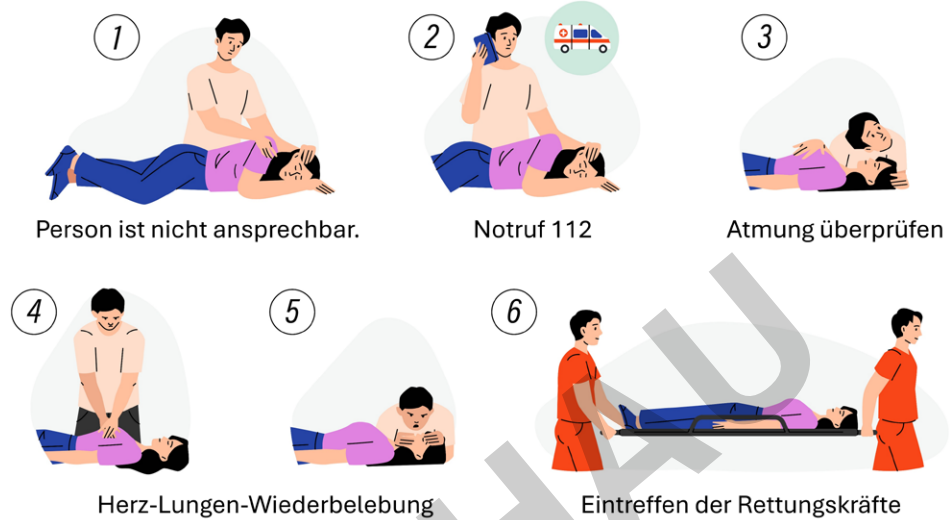
M 7

Erste Hilfe, aber wie?

Was ist Erste Hilfe?

Erste Hilfe bedeutet, dass man sofort reagiert, um Menschen zu schützen und weitere Schäden zu verhindern. Dabei geht es darum, richtig zu handeln, bis professionelle Hilfe eintrifft.

Erste Hilfe bei Bewusstlosigkeit ohne Atmung



© Tatiana Lazunova/iStock/Getty Images Plus (mod.)

Die stabile Seitenlage bei Bewusstlosigkeit mit Atmung



© Diogenes Santana da Silva/iStock/Getty Images Plus

Weitere häufige Notfallsituationen

- Starke Blutungen: Blutverlust kann schnell lebensgefährlich werden. Erste Hilfe: Druck auf die Wunde ausüben, Wunde abdecken und Notruf absetzen.
- Unfälle im Wasser: Menschen können plötzlich untergehen oder Wasser verschlucken.
- Verbrennungen oder Verätzungen: Sofort kühlen (nicht mit Eis direkt auf die Haut), Kleidung entfernen, verletzten Bereich abdecken und ärztliche Hilfe holen.

Lösungen (M 3)

Notfall-situation	Mögliche Ursache(n)	Folge(n), wenn nicht geholfen wird	Erste-Hilfe-Maßnahmen
Insektenstich mit allergischem Schock	Allergische Reaktion (z. B. auf Bienen- oder Wespenstich)	Atemnot, Kreislaufversagen, Bewusstlosigkeit, Tod	Betroffene Person beruhigen, Stachel entfernen, Notruf 112, ggf. Schocklage (Beine hochlagern) bei Bewusstlosigkeit, Atmung vorhanden: stabile Seitenlage, ggf. Adrenalin-Autoinjektor anwenden
Augenverletzungen	Fremdkörper, Chemikalien, Schlag oder Stoß ins Auge	Dauerhafte Sehstörungen, Erblindung	Auge nicht reiben, mit sauberem Wasser spülen (bei Chemikalien sofort und gründlich), sterile Abdeckung, beide Augen ruhigstellen, sofort Notruf oder Anruf bei Augenklinik
Starke Blutung	Schnitt-, Stich- oder Platzwunden, Unfallverletzung	Blutverlust, Schock, Tod	Direkter Druck auf die Wunde, sterile Kompresse oder Verband, Hochlagerung (sofern möglich), Druckverband anlegen, Notruf 112, Schocklage bei Kreislaufproblemen
Unfall im Wasser	Ertrinken durch Untergehen, Bewusstlosigkeit, Krampf oder Unfall	Sauerstoffmangel, Hirnschäden, Tod	Person aus Wasser retten (eigene Sicherheit beachten), Atmung prüfen, ggf. sofort Wiederbelebung (CPR), stabile Seitenlage bei Bewusstsein, Notruf 112
Verbrennung oder Verbrühung	Kontakt mit Feuer, heißer Flüssigkeit, Dampf oder Strom	Gewebeschäden, Kreislaufchock, Infektionen	Kleidung entfernen (falls nicht verklebt), betroffene Stellen sofort mit lauwarmem Wasser kühlen (10–15 Minuten), sterile Wundauflage, Schocklage, Notruf 112 bei großflächigen Verbrennungen