

Eerste Hulp Junior

Handleiding voor de leerkracht



Het **Oranje** Kruis

Samengesteld in opdracht en onder toezicht
van de Stichting Koninklijke Nationale Organisatie
voor Reddingwezen en Eerste hulp bij Ongelukken
'Het Oranje Kruis' en goedgekeurd door het
College van Deskundigen

thieme **neulenhoff**

auteur Jan Venema
vormgeving binnenwerk Neon, Amsterdam
opmaak Assist Communications Studio, Utrecht

De uitgever heeft ernaar gestreefd de auteursrechten te regelen volgens de wettelijke bepalingen. Degenen die desondanks menen zekere rechten te kunnen doen gelden, kunnen zich alsnog tot de uitgever wenden.

ISBN 90 06 92061 4

Eerste druk, eerste oplage

© ThiemeMeulenhoff, Utrecht/Zutphen, 2004

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

Voor zover het maken van kopieën uit deze uitgave is toegestaan op grond van artikel 16B Auteurswet 1912 j° het Besluit van 20 juni 1974, Stb. 351, zoals gewijzigd bij het Besluit van 23 augustus 1985, Stb. 471 en artikel 17 Auteurswet 1912, dient men de daarvoor wettelijk verschuldigde vergoedingen te voldoen aan Stichting Reprorecht (Postbus 3060, 2130 KB Hoofddorp). Voor het overnemen van gedeelte(n) uit deze uitgave in bloemlezingen, readers en andere compilatiewerken (artikel 16 Auteurswet 1912) dient men zich tot de uitgever te wenden.

Inhoudsopgave

Inleiding 4

Hoofdstuk 1 Een ongeluk is zo gebeurd 6

Hoofdstuk 2 Vijf belangrijke punten 7

Hoofdstuk 3 De verbanddoos 9

Hoofdstuk 4 Wonden 12

Hoofdstuk 5 Ongelukjes 14

Hoofdstuk 6 Brandwonden 16

Hoofdstuk 7 Botbreuken 18

Hoofdstuk 8 Het menselijk lichaam 20

Materialen 21

Inleiding

Eerste Hulp Junior is bedoeld voor kinderen uit groep 5 en groep 6 van de basisschool.

Het is het eerste deel van een totaalpakket cursussen om jongeren te laten kennismaken met Eerste Hulp ofwel EHBO (Eerste Hulp Bij Ongelukken).

In groep 7 en groep 8 kunnen de kinderen vervolgens de cursus *Jeugd Eerste Hulp A* volgen.

Voor leerlingen van 13 tot en met 15 jaar is er nog de vervolgcursus *Jeugd Eerste Hulp B*. Deze cursus volgen de leerlingen in het vervolgonderwijs of in verenigingsverband. De 24^e druk van het Oranje Kruis boekje wordt hierbij als lesmateriaal gebruikt.

Eerste Hulp Junior

In *Eerste Hulp Junior* maken de kinderen op een speelse manier kennis met het verlenen van Eerste Hulp. Juist een wat speelsere aanpak is belangrijk, omdat het overwinnen van een zekere angst vaak ook een rol speelt.

De onderwerpen zijn zo gekozen dat ze deel uitmaken van de belevingswereld van de kinderen.

In de opzet van het lesmateriaal is het willen en kunnen helpen van anderen of het helpen van jezelf nadrukkelijk opgenomen. Deze aanpak maakt het mogelijk een aantal lessen te laten samenvallen met lessen sociale redzaamheid. Ook het voorkómen van ongelukken komt aan de orde.

Voor de leerkracht zal de inhoud van de lessen geen problemen opleveren. De stappenplannen van de uit te voeren handelingen geven voldoende ondersteuning om deze op de juiste wijze te kunnen demonstreren en aan de kinderen te kunnen leren. Per hoofdstuk van het werkboek worden lessuggesties gegeven. Bij de opdrachten worden suggesties gedaan voor de uitvoering. Bovendien zijn de antwoorden op de opdrachten opgenomen. Verder kan ook gebruikt worden gemaakt van aanvullende materialen, waarvan achterin deze handleiding een lijst is opgenomen.

Jeugd Eerste Hulp

De nieuwe lesmaterialen voor Jeugd Eerste Hulp zijn zo opgezet dat een groep kan worden gesplitst. Een deel van de groep kan dan doelgericht vaardigheden oefenen, terwijl een ander deel zelfstandig de lesstof verwerkt.

Uitgangspunten

De onderwijskundige visie van Het Oranje Kruis op het verzorgen van opleidingen in de Eerste Hulp is geheel aangepast aan veranderende inzichten in opleiden, de maatschappelijke behoeften en de huidige

inzichten omtrent kennis verwerven. Dit heeft geleid tot het ontwikkelen van lesmaterialen die naast hun lesondersteunende functie vooral ook gericht zijn op hun vormende functie.

Met name bij de lesmaterialen van Jeugd Eerste Hulp gaat de opzet uit van het zelfstandig verwerken van de leerstof. In plaats van het behandelen van een onderwerp gevolgd door opdrachten, is er nu sprake van het doorlopend opbouwen van nieuwe kennis en het verwerken en gebruiken van deze kennis bij nieuwe vaardigheden. Voor de leerlingen zal het accentueren (onderstrepen en markeren), het maken van aantekeningen en het invullen van aanvullende informatie in hun werkboek leiden tot een betere verwerking.

Bij een goed leerproces zal elke leerling langzamerhand zijn 'eigen' werkboek samenstellen en zich op die wijze de volledige leerstof eigen maken.

Hoofdstuk 1

Een ongeluk is zo gebeurd

Leerdoelen

De kinderen kunnen:

- vertellen waar de afkorting EHBO voor staat;
- aangeven waarom Eerste Hulp verlenen belangrijk is.

Inhoud en opzet van de les

Het is de bedoeling dat ieder kind een persoonlijk werkboek maakt. Deze openingsbladzijde geeft daartoe een eerste aanzet.

De kennismaking met het begrip Eerste Hulp (EHBO) zal geen problemen opleveren. Veel kinderen kennen de afkorting van de Eerste Hulpposten bij evenementen, op het strand, in het zwembad, in de sporthal, enzovoort.

De kinderen vullen hun persoonlijke gegevens in en plakken een (pas)foto van zichzelf op. Verder is het in deze inleiding vooral de bedoeling dat de kinderen een idee krijgen van het belang van Eerste Hulp. De kinderen geven daartoe aan waarom ze het halen van een diploma Eerste Hulp belangrijk vinden.

Vertel de kinderen dat je bij Eerste Hulp moet weten wat je moet doen, maar vaak ook wat je vooral niet moet doen. Daar gaan de volgende hoofdstukken over.

Antwoorden

* Een diploma Eerste Hulp halen is belangrijk, omdat: ...

Mogelijke antwoorden: ik dan weet wat ik wel moet doen en niet moet doen als er een ongeluk gebeurt; ik dan weet hoe je mensen kunt helpen die een ongeluk hebben gehad.

1 Labyrint: het is de bedoeling dat de kinderen de kortste weg zoeken.

Hoofdstuk 2

Vijf belangrijke punten

Leerdoelen

De kinderen kunnen:

- de vijf belangrijke punten noemen;
- vertellen dat altijd eerst voor de veiligheid van de hulpverlener(s), omstand(er) en slachtoffer(s) moet worden gezorgd;
- vertellen hoe ze kunnen nagaan wat er is gebeurd;
- vertellen waarom het belangrijk is een slachtoffer gerust te stellen en hem te beschermen tegen weersinvloeden, enzovoort;
- uitleggen waarom iemand zo veel mogelijk moet worden geholpen op de plaats waar hij zit of ligt;
- vertellen hoe ze een volwassene of professionele hulp moeten alarmeren.

Inhoud en opzet van de les

Iedere eerstehulpverlener zal steeds werken volgens de vijf belangrijke punten. Dat betekent dat er steeds wordt gehandeld in de juiste volgorde. Het zal de kinderen aanspreken als het bespreken van de vijf punten gebeurt aan de hand van een recent ongeval. Dit kan een ongeluk zijn dat een kind uit uw groep of een kind uit een andere groep is overkomen. Wellicht hebben de kinderen een ongeluk in hun directe omgeving meegemaakt.

U kunt er ook voor kiezen een krantenbericht met de beschrijving van een ongeval als uitgangspunt te nemen. Deze les moet ervoor zorgen dat de kinderen zich goed bewust worden van het belang van de vijf stappen.

- 1 Let op gevaar.
- 2 Vraag wat er is gebeurd.
- 3 Zorg voor het slachtoffer.
- 4 Zorg voor de hulp van een deskundige.
- 5 Help het slachtoffer waar hij of zij ligt.

Hierna gaan de kinderen zelfstandig aan de slag met de opdrachten.

Antwoorden

- 1 Er zijn verschillende mogelijkheden: Opletten! Op gevaar letten. Uitkijken bij het oversteken. Niet zomaar de weg oprennen. Niet zonder na te denken in het water springen. Eerst goed kijken en nadenken. Zorgen voor veiligheid.

2 De resterende 4 belangrijke punten moeten in de juiste volgorde worden genoteerd: 2 Vragen wat er is gebeurd. (Dat kan ook via anderen.), 3 Zorgen voor het slachtoffer. (Iemand waarschuwen. Zorgen voor deken, jas, schaduw.), 4 Zorgen voor professionele hulp. (politie, arts, ziekenauto, 1-1-2 bellen), 5 Help het slachtoffer waar hij of zij ligt. Soms is verplaatsen nodig.

3 Ik vraag aan een ouder iemand om 1-1-2 te bellen.

Op de invulregels staat een antwoord als: ik zorg voor het slachtoffer (punt 3) en ik zorg voor deskundige hulp (punt 4).

4 Rood kruis: auto heeft fietser aangereden, fiets ligt op gevaarlijke plaats, volwassene kijkt niet goed uit, mensen staan midden op straat, man op de fiets let niet goed op.

Groen kruis: kind bij gevallen fietser, jas wordt over de fietser gelegd, beller met mobiele telefoon.

De plaat mag verder geheel worden ingekleurd.

Hoofdstuk 3

De verbanddoos

Leerdoelen

De kinderen kunnen:

- ten minste zes verbandmiddelen noemen;
- vertellen waarvoor deze verbandmiddelen worden gebruikt;
- uitleggen waarom het belangrijk is dat op bepaalde plaatsen een verbanddoos aanwezig is;
- kunnen uitleggen waarom een verbanddoos op een goed bereikbare plaats moet liggen;
- uitleggen waarom de inhoud van een verbanddoos op peil moet blijven.

Inhoud en opzet van de les

Voor een demonstratie van de verbanddoos (verbanddoos uit het lokaal of de grotere centrale verbanddoos) moet deze tenminste de volgende materialen bevatten:

- wondpleister
- steriel gaasje
- kleefpleister
- zwachtel
- wondsnelverband
- watten
- verbandschaar
- pincet
- jodium
- driekante doek en veiligheidsspeld

Bij het tonen van genoemde materialen kunt u deze hulpmiddelen nader bekijken aan de hand van de volgende vragen:

- Waaruit bestaat het?
- Waar is het van gemaakt?
- Zijn er meer voorbeelden van?
- Waarvoor gebruiken we het?

Bespreek de belangrijke begrippen die bij de verband- en hulpmiddelen uit de verbanddoos horen.

Steriel

Steriel betekent helemaal schoon: er zitten geen ziekmakers op. De wond kan zo niet verder besmet en geïnfecteerd worden.

Vochtopnemend

Vochtopnemend wil zeggen dat het verband/de watten vocht (bloed en wondvocht) opzuigen dat uit een wond komt. U kunt deze eigenschap demonstreren door vochtopnemend materiaal (gaasje, witte watten, het gaasje van een kleefpleister of wondsnelverband) even in een glas (rood gekleurd) water te doen.

Pincet

Een pincet is eigenlijk een instrument met twee grijpvingertjes om iets heel kleins te kunnen pakken, bijvoorbeeld een splinter in de vinger. U kunt de kinderen heel kleine voorwerpen (bijvoorbeeld een dunne naald, een kraaltje) op laten pakken met de pincet, zodat ze ervaren hoe de pincet werkt.

Jodium

Jodium wordt (met name op splinter- en schaafwonden) gebruikt om de wond schoon te maken, zodat die niet kan gaan ontsteken. Jodium prikt een beetje als je het op de wond doet. Vraag de kinderen waarom ze denken dat dat zo is. (Antwoord: Jodium is een zout, opgelost in water of alcohol. Dat is de reden waarom het op de wond een beetje prikt.)

Driekante doek

De driekante doek kan worden gebruikt om een gewonde arm steun te geven. Vouw de driekante doek helemaal open, zodat de driehoek (met drie kanten) goed zichtbaar is. Laat een paar verschillende veiligheidsspelden zien en kies samen met de kinderen de meest veilige soort.

Aan het eind van deze les moeten alle hierboven genoemde materialen aan de orde zijn geweest.

In de nabespreking, waarin ook ruimte is voor een aantal persoonlijke ervaringen van kinderen, geven de kinderen antwoord op de volgende vragen:

- Waar staat de verbanddoos in het lokaal? Waar staat de grote verbanddoos? (aula, bij de conciërge) Waar staat de verbanddoos thuis?
- Waarom staat de verbanddoos op die plaats?
- Is dit volgens jullie een goede plaats?
- Waar moet je altijd voor zorgen als je materiaal uit een verbanddoos hebt gebruikt? Waarom is dat belangrijk?

Hierna maken de kinderen de opdrachten zelfstandig. U kunt de kinderen bij bepaalde opdrachten ook in tweetallen laten werken. Dit geldt bijvoorbeeld voor het oplossen van de rebus (opdracht 3).

Bij opdracht 7 maken de kinderen een stripverhaal af. De eerste twee vakken zijn ingetekend. In de andere twee vakken moeten de kinderen zelf tekenen en schrijven hoe het verder gaat. Het blijft een theoretische keuze want praktische vaardigheden kunnen de kinderen nog niet toepassen. Die komen in de volgende hoofdstukken aan de orde.

Antwoorden

- 1 Dan kun je het slachtoffer goed helpen na een ongeluk.
- 2 1 steriel gaasje (in geopende verpakking), 2 flesje jodium,
3 veiligheidsspeld, 4 zwachtel
- 3 Ik haal een splinter uit mijn duim.
- 4 helemaal schoon zijn
- 5 Mogelijke antwoorden uitgaande van de bekende 5 belangrijke punten: je moet verder goed voor het slachtoffer zorgen en hem geruststellen (troosten), je moet zorgen voor verdere hulp (bijvoorbeeld: volwassene, arts), je moet ervoor zorgen dat er niet meer ongelukken kunnen gebeuren.
- 6 wondsnelverband
- 7 Het te gebruiken verband zal geheel afhangen van de verdere verhaalkeuze van de kinderen. Te denken valt aan: schaafwonden, bloedende wonden, eventueel botbreuk, met daarbij als verbandkeuzes: jodium met wondpleister, wondsnelverband, gaasje + watten + zwachtel + kleefpleister, driekante doek + veiligheidsspeld gebruikt als mitella bij een mogelijke botbreuk.

Hoofdstuk 4

Wonden

Leerdoelen

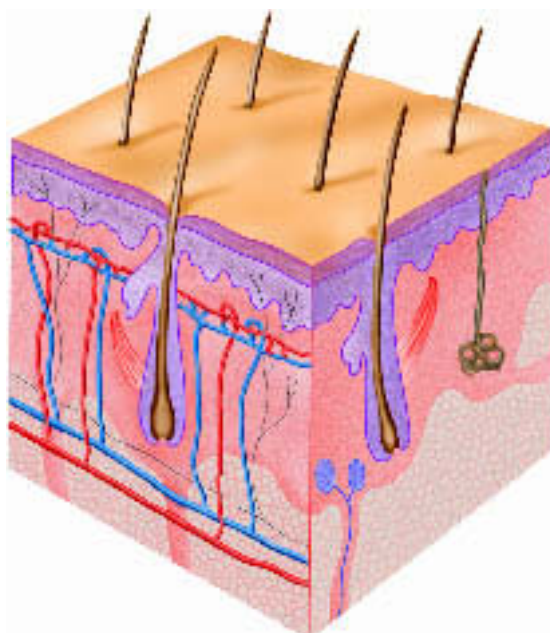
De kinderen kunnen:

- vertellen wat de functie is van de huid;
- een wond afdekken met een zelf op maat geknipte wondpleister;
- een wond afdekken met een steriel gaasje en kleefpleister;
- een wondsnelverband aanleggen;
- een dekverband, bestaande uit steriel gaas, synthetische of witte watten, een (elastische) hydrofiele zwachtel en kleefpleister aanleggen op de onderarm en het onderbeen.

Inhoud en opzet van de les

In dit hoofdstuk komt het verlenen van Eerste Hulp bij kleine en grotere wonden aan de orde.

Eerst wordt de bouw en functie van de huid uitgelegd. Het is handig om bij uw uitleg een bordtekening of poster met de doorsnede van de huid te gebruiken (zie *Jeugd Eerste Hulp A*, boek en de daarbij behorende handleiding voor instructeurs of *Eerst water, de rest komt later*, werkschrift, Nederlandse Brandwondenstichting).



De kinderen werken verder met de al opgedane materiaalkennis. Er wordt stapsgewijs, ondersteund door illustraties, uitgelegd hoe je dekverbanden (wondpleister, wondsnelverband en een zelfgemaakt dekverband) moet aanleggen.

Neem samen met de kinderen het hoofdstuk door en laat aansluitend de opdrachten maken. Bij opdracht 4 gaan de kinderen oefenen met het aanleggen van de volgende dekverbanden:

- wondpleister plakken;
- wondsnelverband aanleggen;
- (zelfgemaakt) dekverband aanleggen.

Voorbereiding

Leg alle benodigde materialen van tevoren klaar. Voor elk kind is nodig:

- wondpleister van ongeveer 2 cm breed (te knippen van een strook of rol)
- een wondsnelverband
- steriel gaasje (nog in verpakking)
- laagje witte watten (witte watten moeten binnen de vorm van het gaasje blijven!)
- elastische zwachtel van 6 cm breed
- schaar en kleefpleister

Zorg voor voldoende materialen. Wanneer er iets fout gaat, kunt u direct corrigeren. Stel dat u tijdens de demonstratie van het wondpleister plakken het wondkussentje aanraakt (het is dan niet meer schoon/steriel) dan is meteen een nieuwe pleister voorhanden (zie ook opdracht 2).

Als u er niet zeker van bent dat u het aanleggen van genoemde dekverbanden voldoende beheerst, kunt u natuurlijk ook iemand anders inschakelen die deze vaardigheden wel beheerst, zoals een ouder met een Diploma Eerste Hulp, een BHV-er, enzovoort.

Na de demonstratie oefenen de kinderen steeds in tweetallen. Het ene kind is dan de helper en het andere kind het slachtoffer. Laat de kinderen steeds van rol wisselen.

De kinderen werken volgens het stappenplan. Terwijl u rondloopt, kunt u de handelingen van de kinderen controleren en waar nodig corrigeren. Als u nog te veel foutieve handelingen constateert, zal er een extra demonstratie moeten volgen.

Laat ook eens een paar kinderen een demonstratie geven van het aanleggen van een dekverband. Let daarbij ook op het toepassen van de vijf belangrijke punten (zorg voor veiligheid, hoe is het precies gebeurd, geruststellen en zorgen voor verdere hulp).

Tip: Als u het oefenmateriaal in de klas laat liggen, kunnen de kinderen in tweetallen op andere momenten in de week nog even oefenen.

Antwoorden

1 In de zomer zorgt je huid ervoor dat je het niet te warm hebt. Je huid beschermt je lichaam.

Het grootste orgaan van het lichaam is de huid. Je huid bestaat uit verschillende laagjes.

2 Ik moet een nieuwe pleister pakken. Het gaas is niet schoon meer. Dan kan er meer vuil in de wond komen.

3 Vanaf linksboven, met de klok mee: 2-4-6-3-5-1.

Hoofdstuk 5

Ongelukjes

Leerdoelen

De kinderen kunnen:

- een neusbloeding stoppen;
- vertellen wat ze moeten doen bij een insectensteek;
- vertellen wat ze moeten doen bij een tand door de lip;
- een kneuzing koelen.

Inhoud en opzet van de les

De ongelukjes die aan de orde komen passen goed in de belevingswereld van de kinderen. Veel kinderen hebben er wel eens mee te maken gehad. Start de les met een groepsgesprek (kringgesprek) over de beschreven ongelukjes. Daarop aansluitend demonstreert u de Eerste Hulp volgens de stappenplannen.

Bloedneus

De kinderen zullen het meeste moeite hebben met de 10 minuten dat ze de neus moeten dichtknijpen. Gebruik eventueel een kookwekker om de tijd aan te geven. Let op dat het slachtoffer in schrijfhouding zit en dat de neus op de juiste plaats wordt dichtgeknepen; onder het neusbeen.

Insectensteek

Ga na of de kinderen het verschil tussen een wesp en een bij kennen. Gebruik eventueel afbeeldingen en wijs op de verschillen. Benadruk dat bij een steek van een bij of een hommelt de angel (met gifblaasje) in de huid kan blijven zitten. De angel moet worden verwijderd met een pincet zonder dat er in het gifblaasje wordt geknepen. Als er wel in het gifblaasje wordt geknepen komt het gif alsnog in de huid.

Een wesp houdt bij een steek zijn angel en kan dus meer keren steken. Bij een steek van een mug komt er een heel klein beetje vloeistof in het bloed van het slachtoffer. Deze vloeistof is bedoeld om het bloed te verdunnen, zodat het gemakkelijker is op te zuigen. De door de mug ingebrachte vloeistof veroorzaakt de jeuk en geeft een reactie in de huid waardoor er een kleine zwelling (jeukbultje) ontstaat.

Wijs de kinderen erop dat steken in mond of keel gevaarlijk kunnen zijn. Door de zwelling kan de ademhaling in gevaar komen. Sommige mensen zijn overgevoelig voor insectensteken, waardoor extreme zwellingen kunnen ontstaan. In deze gevallen is het belangrijk om direct te zorgen voor deskundige hulp.

Tand door lip

Bij een grotere wonden (wondranden wijken ruim uiteen) moet deskundige hulp worden ingeschakeld.

Kneuzing

De afbeelding laat zien dat de kneuzing van het slachtoffer wordt gekoeld met koud water uit een watertas. De hulpverlener gebruikt hierbij een spons. Koelen kan op verschillende manieren. Vraag de kinderen hoe ze thuis zouden koelen? En op het sportveld? Tijdens een fiets- of wandeltocht? Bespreek de diverse mogelijkheden met de kinderen. Wijs er op dat het koelen niet te lang moet gebeuren (maximaal 10 minuten) en niet te koud. Het afwisselen van diverse koele kompressen om te zorgen dat het gewonde lichaamsdeel goed gekoeld wordt is een prima manier. Een blauwe plek ontstaat door geknapte bloedvaatjes in en onder de huid. De blauwe verkleuring verdwijnt na enkele dagen vanzelf.

Hierna maken de kinderen de opdrachten zelfstandig. U kunt de kinderen bij het oplossen van de puzzel (opdracht 2) eventueel in tweetallen laten werken.

Antwoorden

1 Foute plaatjes; 1, 2 en 5:

1: slachtoffer moet hoofd voorover en niet achterover houden

2: slachtoffer moet zitten in schrijfhouding en niet liggen

5: neus dichtknijpen tegen neusbeen, op foto te laag

2 dokter, tien, angel, bloedneus, plek, koud, knijpen, jeuk, steriel.

Woord: **ongelukje**.

Hoofdstuk 6

Brandwonden

Leerdoelen

De kinderen kunnen:

- vier situaties noemen waarin iemand brandwonden kan oplopen;
- vertellen hoe je brandwonden kunt voorkómen;
- brandwonden koelen met zacht stromend, lauw water.

Inhoud en opzet van de les

Vrijwel ieder kind kan meepraten over ervaringen met hete vloeistoffen, vuur of hete voorwerpen.

Houd een kringgesprek over brandwonden. Stel vragen als: vertel eens hoe je een brandwond kunt oplopen? Heb je dat zelf wel eens meegemaakt? Hoe ging het? Wat zag je op je hand, arm, been, enzovoort? Deed het pijn? Wat heb je eraan gedaan?

De meest voorkomende brandwond is een eerstegraads brandwond ontstaan door te lange blootstelling aan zonlicht (rood verbrande huid). Wat kun je doen om verbranden in de zon te voorkómen? (zonnebrandcrème met een hoge beschermingsfactor gebruiken, je huid bedekken met kleding, enzovoort) Bij een derdegraads brandwond is de huid zwart door vuur en grauwwit wanneer de warmtebron een hete vloeistof betreft.

Bij Eerste Hulp bij brandwonden ligt het accent op het koelen met zacht stromend, lauw water gedurende tenminste 5 minuten. Het water stroomt daarbij over de brandwond, dus niet rechtstreeks op de brandwond. Vastzittende kleding mag niet worden verwijderd. Er moet over de kleding worden gekoeld. Als er blaren te zien zijn, moeten die heel blijven. Een open blaas is een wond die gemakkelijk geïnfecteerd kan raken.

Vertel de kinderen dat het tijdens het koelen van de brandwond belangrijk is om aandacht te schenken aan het geruststellen van het slachtoffer. Verder moet je er op letten of het gevaar is geweken. Vuur gedoofd? Brand geblust? Hete voorwerp uitgeschakeld?

In dit hoofdstuk wordt tevens aandacht besteed aan het voorkómen van brandwonden (preventie).

Demonstreer het koelen, bijvoorbeeld bij een brandwond aan de onderarm. De tijdsduur van ten minste 5 minuten koelen, zullen de kinderen moeilijk kunnen inschatten. Gebruik eventueel een kookwekker om de juiste tijdsduur aan te geven.

Bedenk samen met de kinderen andere manieren om te koelen (in huis: onder de douche; buiten: gebruik slootwater, regenwater)



Antwoorden

- 1 1 tweedegraads, 2 derdegraads, 3 eerstegraads
- 2 Altijd bedenken dat iets wat heet is gevaarlijk kan zijn. Een volle theepot op een veilige plaats zetten.
- 3 Foute plaatjes: nummer 4 (nooit (brand) zalf op de brandwond doen), 5 (geen vastzittende kleding verwijderen) en 6 (ten minste 5 minuten koelen).
- 4 Eerst water de rest komt later.

Hoofdstuk 7

Botbreuken

Leerdoelen

De kinderen kunnen:

- vertellen wat een botbreuk is en hoe deze kan ontstaan;
- vertellen dat een gebroken lichaamsdeel zo onbeweeglijk mogelijk moet worden gehouden.

Inhoud en opzet van de les

Het onderwerp wordt ingeleid met een stripverhaaltje. Er is gekozen voor een enigszins humoristische benadering om het allemaal wat minder zwaar te maken. Natuurlijk zijn botbreuken ernstige verwondingen die om een serieuze aanpak vragen. Een groepsgesprek met daarin de ervaringen van enkele kinderen kan een goede overgang zijn van de situaties op de plaatjes naar de realiteit. Wie van de kinderen heeft wel eens een botbreuk gehad? Hoe kwam dat? Wat gebeurde er precies? Wat weet je er nog van te vertellen?

Laat nadrukkelijk naar voren komen dat het zeker bij botbreuken erg belangrijk is bij het slachtoffer te blijven en hem gerust te stellen. Iemand met een botbreuk heeft vaak veel pijn en kan daardoor makkelijk in paniek raken. Het gebroken lichaamsdeel moet zo stil mogelijk worden gehouden. Bewegen van het gebroken lichaamsdeel geeft extra pijn en er is grote kans op bijkomend letsel. Benadruk dat iemand met een gebroken lichaamsdeel altijd naar het ziekenhuis moet. Daartoe moeten de kinderen een volwassene inschakelen, die via 1-1-2 een ziekenauto kan laten komen.

Vraag naar aanleiding van de afbeeldingen aan de kinderen wat zij verder nog kunnen doen? (De ouders van het gevallen meisje waarschuwen, misschien kan er dan iemand mee naar het ziekenhuis. De skates die nog op de stoep liggen, meenemen en naar haar huis brengen.)

Vervolgens maken de kinderen de opdrachten. Bij opdracht 1 vullen de kinderen ieder voor zich in een schema in wat voor ongelukken zij wel eens hebben gehad. Hierna vergelijken ze hun schema met het schema van hun buurman of buurvrouw. Ongelukken die ze allebei hebben gehad worden eruit gezocht en opgeschreven (bijvoorbeeld insectensteek). Vervolgens bedenken de kinderen samen wat ze kunnen doen om dit in het vervolg te voorkómen (bijv. buiten geen zoete dingen eten of drinken, niet naar insecten slaan). De rebus in opdracht 2 kunnen de kinderen zelfstandig of in tweetallen oplossen.

Antwoorden

- 1 Antwoorden ter beoordeling van de leerkracht.
- 2 Beweeg de gebroken arm niet.

Hoofdstuk 8

Het menselijk lichaam

Leerdoelen

De kinderen kunnen:

- globaal de bouw van de mens beschrijven;
- globaal de bouw en werking van enkele orgaanstelsels (geraamte, ademhalingsorganen, hart- en vaatstelsel, zenuwstelsel) omschrijven.

Inhoud en opzet van de les

Begin de les door twee kinderen voor de klas te vragen. Ze gaan tegenover elkaar staan (met de gezichten naar elkaar). Vertel dat deze les over het menselijk lichaam gaat en dat u daar een paar vragen over gaat stellen. De kinderen mogen om de beurt antwoord geven. Stel vragen als:

- Wie zie je?
- Welke lichaamsdelen zie je bij ...? (Hoofd, romp, armen, benen, handen, voeten, enzovoort)
- Welke lichaamsdelen zie je niet? (de organen die binnenin het lichaam zitten, zoals hart, longen, maag, darmen, enzovoort)
- Wat zit er binnenin je hoofd? (hersenen, tong, keel, tanden, enzovoort)
- Je kunt je maag en darmen niet zien, maar soms wel voelen of horen. Hoe? (buikpijn, rommelende maag als je trek hebt, windjes)

Maak dan de overstap naar het werkboek. Neem samen de teksten door. Bekijk en bespreek de afbeeldingen.

Hierna maken de kinderen de opdrachten. Bij opdracht 3 hebben de kinderen per tweetal een wc-rolletje nodig om naar elkaars hart te luisteren. Controleer of de kinderen het wc-rolletje op de juiste plek op de borst zetten.

Antwoorden

1a Het best te voelen: de vingerkootjes.

Moeilijk te voelen: de handwortelbeentjes (pols).

b Tekening ter beoordeling van de leerkracht. Let op het juiste kleurgebruik.

2 Bij inademing zal de buik: uitzetten, groter en dikker worden.

Bij uitademing zal de buik: inzakken, kleiner en dunner worden.

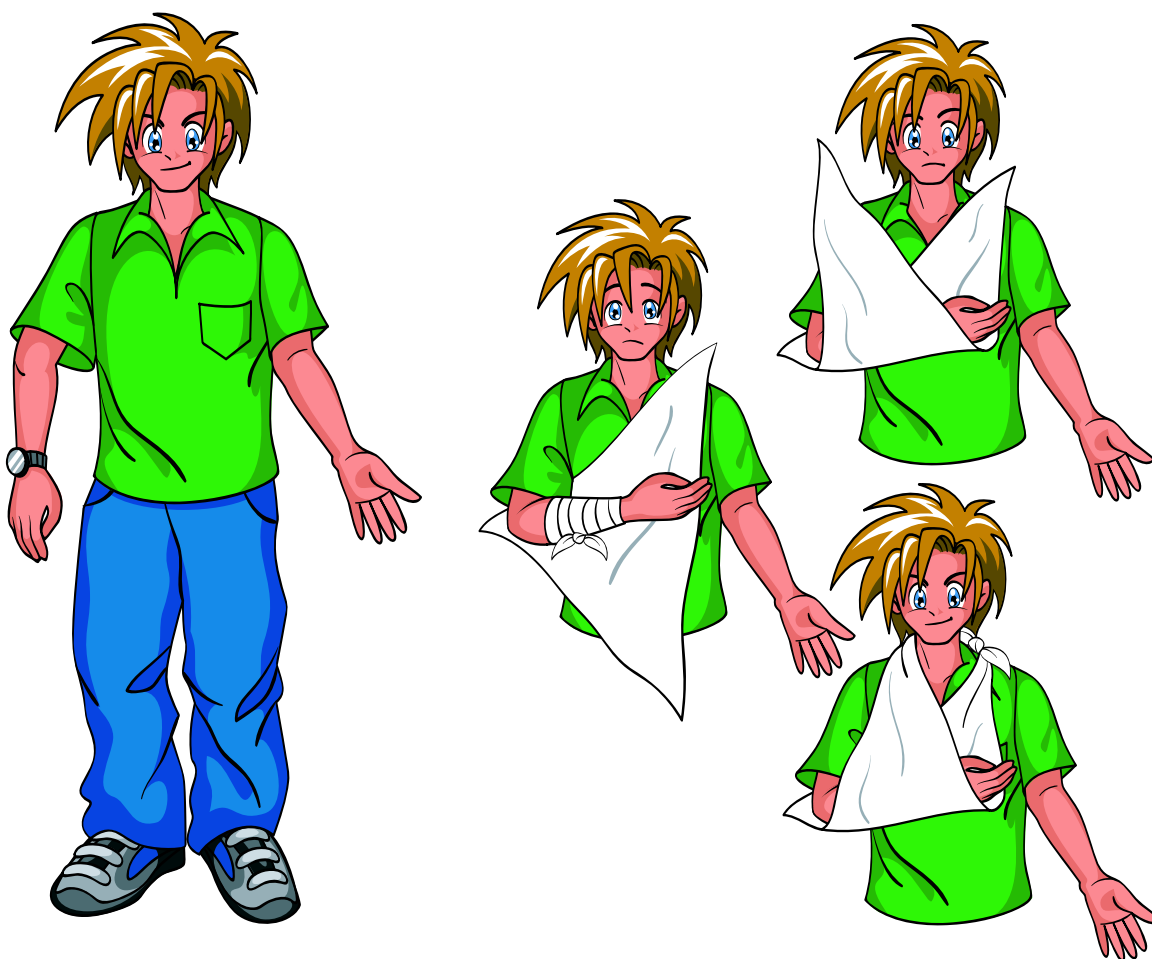
3a Antwoorden ter beoordeling van de leerkracht.

b Na 20 keer touwtje springen zal het hart merkbaar sneller gaan kloppen. Dat geldt ook voor het aantal ademhalingen. Er moet dus worden ingevuld: 'ja' en 'snel'.

Materialen

Te gebruiken materialen:

- passende op de doelgroep gerichte boeken over het menselijk lichaam uit de klassenbibliotheek, schoolbibliotheek of plaatselijke bibliotheek;
- de op school gebruikte methode natuuronderwijs (onderwerpen: menselijk lichaam, Eerste Hulp);
- Kennisnet en internet;
- website Het Oranje Kruis: www.ehbo.nl (spelletjes);
- cd-rom *Jeugd EHBO* van Het Oranje Kruis.



Diploma

Na het volgen van de lessen bestaat de mogelijkheid om de kinderen het diploma Eerste Hulp Junior te verstrekken. Dit diploma is te bestellen bij Het Oranje Kruis, Postbus 16462, 2500 BL Den Haag, telefoon: 070 – 338 32 11, e-mail: ok@ehbo.nl.

Wij wensen u veel succes met de lessen en houden ons aanbevolen voor uw waardevolle opmerkingen en suggesties ter verbetering van het lesmateriaal.

Wat is en doet Het Oranje Kruis?

Het Oranje Kruis, dé organisatie op het gebied van Eerste Hulp (EHBO), herkenbaar aan het gekroonde logo. Het Oranje Kruis stelt leerstof samen,

bewaakt de kwaliteit van de cursussen, neemt examens af, reikt onder meer het diploma Eerste Hulp uit en bewaakt de geldigheid daarvan. Het Oranje Kruis verzorgt zelf geen cursussen Eerste Hulp, dat gebeurt door ruim 1.500 vrijwilligersorganisaties en ruim 250 opleidingsinstituten.

Postadres

Postbus 16462
2500 BL Den Haag

T: 070-338 32 32

F: 070-358 41 51

E: ok@ehbo.nl

U: www.ehbo.nl