



Óraterv VÉGTAGSÉRÜLÉSEK

Kérem, győződjön meg arról, hogy megfelelő elsősegély-ismeretekkel rendelkezik, mielőtt ezt tanítaná!
Amennyiben tudása hiányos, segítségre vagy útmutatásra lenne szüksége, lépjen velünk kapcsolatba:
alapitvany@elsosegely.hu

1. Tanár adatai (Név, dátum, idő, óra)

Név:	Dátum:	Óra:	Évf.:
------	--------	------	-------

2. Célok

Az óra végén a tanulók képesek lesznek:

- felismerni a csonttörést, az ízületi ficamot, rándulást és az izomhúzódásokat
- segítséget nyújtani a fenti sérülések ellátásában

3. Tevékenységek, időbeosztás, szükséges eszközök

Tevékenység	Ajánlott idő	Szükséges eszközök
Kezdő tevékenységek		
Kérdezze meg a tanulókat, hogy ők mit értenek csont, izom és ízületi sérülések alatt és közösen beszéljék meg személyes tapasztalataikat is.	5 perc	Tábla, interaktív tábla
Röviden magyarázza el a csontok és ízületek felépítését, valamint működését. Használjon anatómiai ábrákat!	5 perc	Tábla, interaktív tábla
Fejlesztő tevékenységek		
A személyes tapasztalatokból kiindulva készítsenek egy listát azokról a tünetekről, melyek segítségével megállapítható, hogy izomhúzódásról, vagy rándulásról van-e szó. <ul style="list-style-type: none">• Beszéljenek a pihentetés, jegelés, a megfelelő pozícionálás és a sérült végtag felpolcolásának hatékonyságáról.	5 perc	Tábla, interaktív tábla, íróeszköz, tábla
Mutassa be a prezentáció segítségével az ízületi és a csontsérüléseket! Ismertesse a legjellemzőbb tüneteket és az ellátás lépéseit!	5 perc	PowerPoint prezentáció
Kisebb csoportokban beszéljék meg a tanulók a csonttörések lehetséges okait, majd az ötleteiket osszák meg a csoporttal. Beszéljék át a törések kezelését, és hasonlítsák össze a húzódások és rándulások kezelési módjaival.	5 perc	
Gyakorlás		
Párokban gyakorolják a felső végtag rögzítését háromszögletű kendővel!	10 perc	Háromszögletű kendő
Játsszanak el a témához kapcsolódó szituációkat!	5 perc	
Töltsék ki a végtag-sérülésekkel kapcsolatos feladatlapot, majd beszéljék meg a helyes válaszokat!	5 perc	Feladatlapok

Elsősegélynyújtás Oktatásáért Alapítvány

alapitvany@elsosegely.hu

Adószám: 18518148-1-13

Bankszámlaszám: 10918001-00000044-72080016

Budapest Környéki Törvényszék: 17.Pk.60.263/2013/4

Nyilvántartási szám: AM - 3609



Javasolt további tevékenységek

Bemutathatja a flexibilis rögzítő használatát.

Készíthetnek a tanulók ábra- vagy fényképsorozatot a háromszögletű kendő használatáról.

4. Értékelési módszer

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Kortárs értékelés | <input type="checkbox"/> Kérdés/válasz |
| <input type="checkbox"/> Írásbeli | <input type="checkbox"/> Önértékelés |
| <input type="checkbox"/> Szóbeli | <input type="checkbox"/> Csoportos |

5. Tanár jegyzetei

Készítsen emlékeztetőt, mely tevékenységek zajlottak gördülékenyen, melyeken kell változtatni stb.

6. Témakörhöz kapcsolódó fogalmak

Csont, izom, ízület, rándulás, ficam, törés, zárt törés, nyílt törés, duzzanat.

7. Tananyaghoz kapcsolódó linkek

http://elsosegely.hu/cikk.45.karserulesek_ellatasa