

Съдийски листове за ситуации за оказване на първа помощ



Съставител:
Паола Дунчева
Стоян Димитров



Инструкции (1/2)

Чрез игрите учениците се учат да бъдат добри и да се отнасят добре помежду си. Те помагат на децата да повишат увереността си, както и да развият умения, които да им бъдат в помощ за живота. Включването на игри в обучението е не само забавно и развиващо социални умения, но е и наистина чудесен метод за учене.

- ✓ Съдийските листове са игрови инструмент, който може да бъде използван в различни часове.
- ✓ Всяка ситуация онагледява случка от живота, в чийто текст са включени признаци и етапи за изпълнение при оказване на първа помощ.
- ✓ Съдийските листове могат да бъдат използвани, както за затвърждаване на знания и умения, така и за упражнение на вече формирани такива.
- ✓ Ситуациите имат състезателен характер. При използването на този инструмент, учениците се разделят на отбори. Всеки отбор се стреми да получи най-много точки, чрез откриване на признаците в текста и правилно подреждане на мерките за оказване на първа помощ.
- ✓ Учителят определя разпределението на ситуациите, както и следи за правилното им изпълнение.



Инструкции (2/2)

- ✓ Учителят обявява победителя в надпреварата, т.е. отборът, който има най-много събрани точки.
- ✓ Идеи за групиране на учениците за решаване на ситуация:
 - Пример:
 - ✓ 1 група – съдии
 - ✓ 2 група – актьори в ситуация / статисти
 - ✓ 3 група – екипи за оказване на първа помощ
- ✓ Ситуациите могат да имат и състезателен характер, чрез надпревара между децата в класа:
 - Пример:
 - ✓ 1 група – 1 – 12 номер
 - ✓ 2 група – 13 – 26 номер



Ситуация 1

Описание на ситуацията: По време на голямото междучасие, Мария и Николай решават да се състезават до училищната лавка, за да си купят бонбони. Започват да бягат с пълна сила до там, купуват бонбоните и хапват по един. Връщайки се отново се състезават, когато изведнъж Мария се хваща за шията, опитвайки се да си поеме въздух. Започва да плаче от страх. В този момент Николай се подхлъзва на опаковка от вафла и пада. Започва да му тече кръв от носа.

Определете признаците на тази ситуация! Какво ще направите?

Признаци:

- ✓ държи се за шията – **10 точки**
- ✓ опитва да си поеме въздух – **10 точки**
- ✓ изпитва страх – **10 точки**
- ✓ кръв от носа – **10 точки**

Първа помощ за Мария:

- ✓ когато пострадалият може да издава звуци, попитай го дали се е задавил – **10 точки**
- ✓ ако може да поема въздух и да кашля, макар и затруднено, единствено го насърчавай да кашля и го наблюдавай – **10 точки**
- ✓ ако пострадалият не може да издава звуци и видимо се задушава, приложи стъпките за оказване на първа помощ при задавяне – **10 точки**
- ✓ ако след 3 цикъла прилагане на стъпките предметът не е изкашлян, постави пострадалия легнал настрани и се обади на телефон 112! – **10 точки**
- ✓ продължи с първата помощ докато пострадалият изкашля предмета или до идване на Спешна медицинска помощ – **10 точки**

Първа помощ за Николай:

- ✓ притискай кръвящата ноздра за 10 минути – **10 точки**
- ✓ постави пострадалия седнал и наведен напред – **10 точки**
- ✓ поставей студен компрес върху челото и тила на пострадалия – **10 точки**
- ✓ ако след 10 минути кръвотечението не спира, притисни за още 10 минути – **10 точки**
- ✓ ако не спре до 30 минути, потърси медицинска помощ – **10 точки**



Ситуация 2

Описание на ситуацията: В час по Биология, учениците от 8 “а” клас приготвят нетрайни микроскопски препарати. Госпожата раздава на всички деца предметни и покривни стъкла. Изведнъж, Георги започва да крещи и да стиска два от пръстите си на ръката. Навсякъде около него има капки кръв. Борислав, който стои до него на чина, пребледнява от гледката и загубва съзнание.

Определете признаците на тази ситуация! Какво ще направите?

Признаци:

- ✓ кръвотечение – **10 точки**
- ✓ загуба на съзнание / припадък (синкоп) – **10 точки**

Първа помощ за Георги:

- ✓ постави пострадалия да седне в удобна поза – **10 точки**
- ✓ постави предпазни ръкавици и пази раната от замърсяване – **10 точки**
- ✓ измий раната с течаща вода и сапун, а ако не разполагаш, почисти я с почистващ разтвор за рани – **10 точки**
- ✓ постави защитна лепенка или превръзка така, че раната да остане недостъпна / защитена от микробите от външната среда – **10 точки**
- ✓ периодично проверявай за признаци на инфекция – **10 точки**
- ✓ при усложнения, потърси лекарска помощ – **10 точки**

Първа помощ за Борислав:

- ✓ помогни на пострадалия да не се нарани при падането – **10 точки**
- ✓ постави го да легне с повдигнати крака, на височина 60-90 см. – **10 точки**
- ✓ когато дойде в съзнание, свали краката бавно и му помогни да се изправи до седнало положение, стабилно подпрян – **10 точки**
- ✓ ако не дойде в съзнание, обърни го в стабилно странично положение и се обади на телефон 112 – **10 точки**



Ситуация 3

Описание на ситуацията: По време на екскурзия до Рилските езера, двама ученици започват да се гонят. Единият не вижда корените на едно дърво, спъва се и пада. Изглежда, че кракът му е наранен, защото го придържа и казва, че много го боли. Нараненото място бързо се подува и започва да кърви.

Определете признаците на тази ситуация! Какво ще направите?

Признаци:

- ✓ болка – **10 точки**
- ✓ подуване / оток – **10 точки**
- ✓ кръвотечение – **10 точки**
- ✓ открито счупване / костта се е подала над кожата – **10 точки**

Първа помощ:

- ✓ спри кръвотечението – **10 точки**
- ✓ обездвижи частта от костта, която се е подала над кожата – **10 точки**
- ✓ не движи нараненото място – **10 точки**
- ✓ постави студен компрес – **10 точки**
- ✓ Обездвижи нараненото място по правилото на 2 съседни стави – **10 точки**
- ✓ незабавно позвъни на телефон 112! – **10 точки**



Ситуация 4

Описание на ситуацията: Виктор от 7 “в” клас има рожден ден. Родителите му са купили фъстъчена торта, с която детето ще почерпи в училище. В часа по математика, госпожата разрязва тортата и подава по едно парче на всеки ученик. След известно време, едно от децата започва да диша трудно, зачервяват се очите му и получава сърбеж по цялото тяло.

Определете признаците на тази ситуация! Какво ще направите?

Признаци:

- ✓ затрудно дишане – **10 точки**
- ✓ зачервяване на очите – **10 точки**
- ✓ сърбеж по тялото – **10 точки**

Първа помощ:

- ✓ сложи пострадалия да легне с повдигната горна част на тялото и разтворени назад рамене – **10 точки**
- ✓ постави студен компрес върху гърлото / шията и гърдите му – **10 точки**
- ✓ ако пострадалият има у себе си предписан от лекар медикамент срещу алергия и е в състояние да го приеме – помогни му – **10 точки**
- ✓ непрекъснато проверявай жизнените му функции – съзнание, дишане и пулс – **10 точки**
- ✓ незабавно позвъни на телефон 112! – **10 точки**



фондация
Първите
три
минути

 **TELUS** International
Bulgaria community board

Ситуация 5

Описание на ситуацията: По време на междучасие, през период на дистанционно обучение, Габи решава да си направи чай. Включва електрическата кана, за да загрее вода и приготвя чашата си. Отсипвайки горещата вода, тя изпуска чашата и се залива. Започва да плаче и да крещи от болка. Баба ѝ веднага изтичва при нея, за да види, какво се случва.

Определете признаците на тази ситуация! Какво ще направите?

Признаци:

- ✓ болка – **10 точки**
- ✓ силен плач – **10 точки**
- ✓ зачервяване на мястото на нараняване и/или мехури – **10 точки**

Първа помощ:

- ✓ охлади под хладка течаща вода за минимум 10 минути – **10 точки**
- ✓ свали стегнати дрехи и бижута – **10 точки**
- ✓ направи хлабава бинтова превръзка превръзка (марля, памук, бинт) или използвай стреч (домакинско) фолио, за да покриеш мястото на нараняването – **10 точки**
- ✓ предприеми мерки срещу шока – **10 точки**



фондация
Първите
три
минути

 **TELUS** International
Bulgaria community board

Ситуация 6

Описание на ситуацията: Семейство се приготвя за вечеря. Майката реже хляб, а детето ѝ непрекъснато се върти, около нея. Докато се опитва да го отдалечи, изведнъж се порязва в областта на китката си. Започва да тече кръв на тласъци, ускорява се дишането ѝ, получава световъртеж.

Определете признаците на тази ситуация! Какво ще направите?

Признаци:

- ✓ кръв на тласъци / силно кръвотечение – **10 точки**
- ✓ ускорено дишане – **10 точки**
- ✓ световъртеж – **10 точки**

Първа помощ:

- ✓ накарай пострадалия да притисне силно раната си с ръка – **10 точки**
- ✓ постави предпазни ръкавици – **10 точки**
- ✓ притисни раната с ръка и повдигни наранения крайник по-високо от нивото на сърцето – **10 точки**
- ✓ сложи пострадалия да легне – **10 точки**
- ✓ направи компресивна превръзка върху раната с марля, памук и бинт и прикрепя превръзката с триъгълна кърпа / използвай готова компресивна превръзка – **10 точки**
- ✓ повдигни двата крака на пострадалия на около две педи височина – **10 точки**
- ✓ завий пострадалия с одеяло и разхлаби стегнатите дрехите, колани, връзки – **10 точки**
- ✓ незабавно позвъни на телефон 112! – **10 точки**



фондация
Първите
три
минути

 **TELUS** International
Bulgaria community board