



Benötigtes Material

Piktogramme



Übungsmaterial

Decken und Material zur Lagerung

Einstimmungsgeschichte Bilder/Folien

Einstimmungsgeschichte 8
Motivationsbild 21
Motivationsbild 22

Seite Q 16-17
Seite Q 18
Seite Q 19

Arbeitsblätter

Comic 8
Schülermerkblatt Kopiervorlage 32
Schülermerkblatt Kopiervorlage 33
Schülermerkblatt Kopiervorlage 34
Merk-/Aufhängebild Unfallverhütung 7

Seite Q 20
Seite Q 21
Seite Q 22
Seite Q 23
Seite Q 24



Mitspielende Figuren



Julian

Theo

Lena

Jonas

Abu

Pech gehabt!



Julian will als erster am Weiher sein. Er rennt los, doch plötzlich stürzt er.

Jonas weiß, was er tun muss:



Jonas schaut sich um und geht in Gedanken die vier „S“ durch:

- Scene 1 Betroffener
- Safety ☞ Rutschgefahr auch für die Helfer
- Situation Sportverletzung oder Knochenbruch
- Support Helfer reichen derzeit aus



Julian ist auf den Boden gestürzt. Er hat große Schmerzen im Knöchel, den er nicht bewegen kann. Das Bein scheint geschwollen zu sein. Julian kann nur unter Schmerzen aufstehen.



Jonas betrachtet und befragt Julian gemäß dem ABCDE-Schema:

- Airway ☞ Atemwege frei
 - Breathing ☞ bekommt ausreichend Luft
 - Circulation ☞ Kreislauf in Ordnung
 - Disability ☞ reagiert, ist klar orientiert, Bein nicht belastbar
 - Exposure ☞ Gewalt am Knöchel
- Julian braucht weitere Hilfe.



Jonas tröstet Julian und spricht ihm Mut zu. Dann erklärt er ihm, wie er helfen möchte. Sie besprechen, dass nur Julian selbst sein Bein bewegen wird.





Falls eine Wunde an der Verletzungsstelle erkennbar ist, versorgt Jonas diese keimfrei. Er ist dabei äußerst vorsichtig und lässt Julian mithelfen.



Natürlich beachtet er dabei die Maßnahmen zum Eigenschutz.



Wenn möglich, kühlt Jonas die Bruchstelle. Auch dabei lässt er sich von Julian helfen, der selbst am Besten weiß, wann etwas weh tut.



Da Jonas den Knöchel noch etwas belasten kann, binden sie gemeinsam das Kühlmaterial mit einem Kompressionsverband fest.

Wäre jegliche Belastung unmöglich gewesen, hätte es sich vermutlich um einen Bruch gehandelt, der eine solche Ruhigstellung erfordert hätte.



So weit möglich, legt Jonas Noah eine Decke oder Kleidungsstücke unter und deckt ihn zu. Wärmeerhaltung ist wichtig! Das verletzte Bein lagern sie hoch.



Schließlich setzt Jonas einen Notruf ab und fordert weitere Hilfe an.



Lege nun selbst an deinem Partner einen Kompressionsverband nach der PECH-Regel an!
Leite deinen Partner an, damit er bei der Versorgung mithelfen kann!