

**Handlungs- und kompetenzorientierter Bildungsplan  
für Jugendliche in medizinischer Erstversorgung  
mit Selbsthilfeeinheiten**

Dauer der Ausbildung: 12 Unterrichtseinheiten á 45 Minuten

Stand: 2015

## **Vorbemerkung: Handlungs- und Kompetenzorientierung in der Ersten Hilfe**

*Helfen, Hilfe leisten, behilflich sein, beistehen, unterstützen, sich nützlich machen, zur Hand gehen, zur Seite stehen, sich zur Verfügung stellen, unter die Arme greifen, zu Diensten sein/stehen, zu Hilfe kommen* – diese Bezeichnungen und viele weitere führt der Duden als Synonyme zu „helfen“ auf. Sie spiegeln wider, was unter dem Begriff „Erste Hilfe“ verstanden wird. Anderen Menschen in einer Notsituation beistehen und helfen. Der Lehrgang leistet einen Beitrag dazu, Kinder und Jugendliche auf Notsituationen vorzubereiten und sie handlungsfähig zu machen.

Jeder von uns kann in Situationen kommen, in der Hilfe gefordert ist. Sei es zum Beispiel bei einem Fahrradunfall, einem Autounfall, einem Unfall auf einem Spielplatz oder zuhause. Daher sind der Erwerb und die Aneignung von Kenntnissen, Fertigkeiten und Fähigkeiten in medizinischer Erstversorgung und in vorbeugenden und abwehrenden Selbsthilfemaßnahmen von beträchtlicher Bedeutung, um im Notfall vorbereitet zu sein und um sich selbst und andere vor Gefahren und in Notsituationen zu schützen.

Im Sinne einer kompetenzorientierten Ausbildung zielt die Erste Hilfe- und Selbsthilfe- Ausbildung darauf ab, die Handlungskompetenz der Teilnehmenden zu trainieren und zu erweitern. Im Sinne des Deutschen Qualifikationsrahmens für lebenslanges Lernen (DQR) setzt sich Handlungskompetenz aus Fach-, Selbst- und Sozialkompetenz zusammen. Im Fokus der vorliegenden Darstellung steht die Handlungskompetenz, welche die oben genannten Kompetenzen immer implizit mit anspricht.

Der vorliegende Bildungsplan stellt eine Rahmenvorgabe dar. Er ist in zwei Handlungsfelder und die jeweils zugehörigen Lernfelder eingeteilt. Für jedes Lernfeld werden übergeordnete Kompetenzerwartungen und inhaltliche Schwerpunkte formuliert. Für die Ausgestaltung der Lernabschnitte und die methodische Durchführung des Lehrgangs sowie die Festlegung einzelner Kompetenzerwartungen für die verschiedenen Lernsituationen sind die jeweiligen Ausbilderinnen und Ausbilder zuständig.

## **Hauptintention des Lehrgangs**

### **Handlungskompetenz**

Die Teilnehmenden erwerben Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten in Erster Hilfe und in vorbeugenden und abwehrenden Selbsthilfemaßnahmen, indem sie lebensbedrohliche Zustände erkennen, lebensrettende Maßnahmen kennen, Hilfsmaßnahmen und über die medizinische Erstversorgung hinausgehende präventive und abwehrende Notfallmaßnahmen durchführen.

## **Tabellarischer Bildungsplan**

### **Handlungsfeld 1**

<b>Erste Hilfe</b>	
<b>Lernfeld 1</b> Einen Notfall erkennen und Ersthelfer sein	
<b>Kompetenzerwartung</b>	Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erfahren und erschließen Handlungsoptionen und Verhaltensweisen im Notfall unter Berücksichtigung der rechtlichen Vorgaben, indem Sie die Aufgaben eines Helfenden eruiieren und entsprechende Handlungsstrategien anwenden und erproben.
<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Rechtslage</li> <li>➤ Begriff Notfall</li> <li>➤ Aufgaben eines Ersthelfers</li> <li>➤ Rettungskette</li> </ul>
<b>Lernfeld 2</b> Auffinden und Versorgen von bewusstlosen Personen mit Atmung	
<b>Kompetenzerwartung</b>	Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erschließen Strategien im Umgang mit verletzten, bewusstlosen Personen und trainieren lebensrettende Sofortmaßnahmen, indem sie exemplarisch die Anwendung des „Disco-Prinzips“, das Absetzen eines Notrufs sowie die stabile Seitenlage durchführen.
<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ „Disco-Prinzip“: Anschauen, Ansprechen, Anfassen</li> <li>➤ Notruf absetzen</li> <li>➤ Stabile Seitenlage</li> </ul>
<b>Lernfeld 3</b> Auffinden und Versorgen von bewusstlosen Personen ohne Atmung	
<b>Kompetenzerwartung</b>	Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erweitern ihre Kenntnisse, Fertigkeiten und Fähigkeiten im Umgang mit bewusstlosen Personen, indem sie lebensbedrohliche Zustände durch Kontrolle von Atmung und Kreislauf erkennen und Wiederbelebungsmaßnahmen durchführen.
<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ die klassische Herzdruckmassage</li> <li>➤ die Herz-Lungen-Wiederbelebung mit AED (Automatisierter externer Defibrillator)</li> </ul>
<b>Lernfeld 4</b>	

<b>Auffinden und Versorgen von Personen mit Schnitt- und Schürfverletzungen, thermischen Schäden, Vergiftungen und Verätzungen, Fremdkörpern im Körper</b>	
<b>Kompetenzerwartung</b>	Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer analysieren und beurteilen verschiedenartige Verletzungen und nehmen eine adäquate Wundversorgung, unter Verwendung von entsprechenden Verbandmitteln und Anwendung geeigneter Maßnahmen, vor.
<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Wundschnellverband</li> <li>➤ Druckverband</li> <li>➤ Kühlen von Wunden</li> <li>➤ Ruhigstellen von Fremdkörpern in Wunden</li> <li>➤ Spülen und Verdünnen bei Vergiftungen und Verätzungen</li> <li>➤ Heimlich-Handgriff</li> </ul>
<b>Lernfeld 5</b> Erste Hilfe leisten bei Verkehrsunfällen	
<b>Kompetenzerwartung</b>	Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer entwickeln und erproben Handlungsstrategien bei Notfällen im Straßenverkehr, indem sie Unfallszenarien nachstellen, analysieren und adäquate Schutz- und Hilfsmaßnahmen ergreifen.
<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Sichern der Unfallstelle (Warnweste und Warndreieck)</li> <li>➤ Motorradunfall (Helmabnahme),</li> <li>➤ Autounfall</li> <li>➤ Retten aus akuter Gefahr, Rautek-Griff</li> </ul>
<b>Lernfeld 6</b> Die psychologische Betreuung von verletzten Personen durchführen	
<b>Kompetenzerwartung</b>	Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erproben die seelische Betreuung von verunfallten und verletzten Personen, indem sie vorgegebene Fallbeispiele szenisch darstellen und analysieren.
<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Schockvorbeugung</li> <li>➤ Seelische Betreuung</li> <li>➤ Decke unterlegen</li> </ul>

<b>Handlungsfeld 2</b> <b>Selbstschutz und Selbsthilfe</b>
---

<b>Lernfeld 1</b>	
Die Bedeutung des Selbstschutzes erschließen	
<b>Kompetenzerwartung</b>	Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erschließen die Begriffe Bevölkerungsschutz, Katastrophenschutz und Zivilschutz und erkennen die Bedeutung des ehrenamtlichen Engagements im gesamtgesellschaftlichen Gefüge.
<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Bevölkerungsschutz, Katastrophenschutz und Zivilschutz</li> <li>➤ Ehrenamt</li> </ul>
<b>Lernfeld 2</b>	
Die eigene Selbsthilfefähigkeit analysieren und erweitern	
<b>Kompetenzerwartung</b>	Die Teilnehmerinnen und Teilnehmer erarbeiten Maßnahmen für die persönliche Notfallvorsorge und den Selbstschutz im Haus, indem sie ihre eigene Selbsthilfefähigkeit analysieren.
<b>Inhaltliche Schwerpunkte</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>➤ Persönliche Notfallvorsorge, Selbstschutz im Haus <ul style="list-style-type: none"> <li>- Essen und Trinken</li> <li>- Hygiene</li> <li>- Hausapotheke</li> <li>- Stromausfall</li> <li>- Wichtige Dokumente</li> <li>- Notfallgepäck</li> <li>- Nachbarschaftshilfe</li> </ul> </li> <li>➤ Information im Notfall <ul style="list-style-type: none"> <li>- Informationsquellen (z.B. Radio, TV, Internet, Lautsprecherdurchsagen, Printmedien: z.B. Flugblatt, Broschüren)</li> <li>- amtliche Gefahrenhinweise</li> </ul> </li> </ul>