



Θέμα:

«Ομαδική μαθητοκεντρική
αλληλοεκμάθηση πρώτων βοηθειών
με τη μέθοδο αυτοελέγχου».

ΘΕΟΔΩΡΟΣ Β. ΛΕΥΘΕΡΟΥΔΗΣ



ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΜΑΘΗΜΑΤΑ

ΦΥΣΙΚΗΣ ΑΓΩΓΗΣ
ΣΤΟ ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΣΧΟΛΕΙΟ



Εισηγητής



Θεόδωρος Λευθερούδης Μ.Α.

Καθηγητής Φυσικής Αγωγής - Συγγραφέας

Επιμορφωτής Α/θμιας και Β/θμιας Εκπαίδευσης

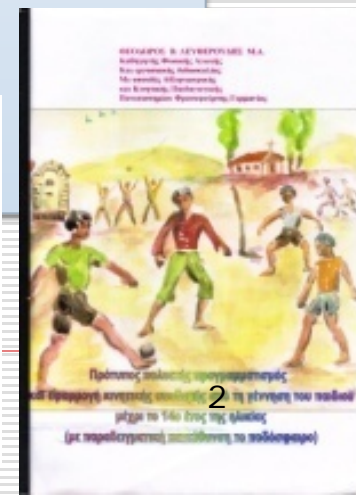
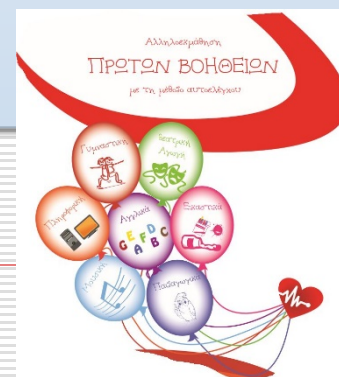
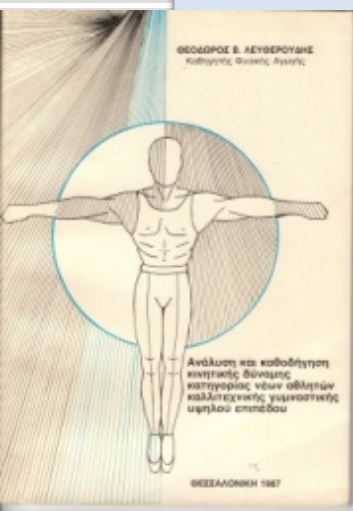
με σπουδές αθλητιατρικής και κινητικής παιδαγωγικής

στο Πανεπιστήμιο Φρανκφούρτης.

Συγγραφέας τεσσάρων βιβλίων και ενός εγχειριδίου για παιδικό ποδόσφαιρο.

Ένα διδάσκεται στο παν/μιο Δυτ. Μακεδονίας στο Παιδαγωγικό τμήμα.

Το άλλο αφορά την πρόληψη των πόνων της μέσης



www.leftheroudis.com

Τι είναι;

- Είναι ένα πιστοποιημένο διαθεματικό πρόγραμμα με βαθύτερο στοχασμό, υψηλής παιδαγωγικής αξίας. Δεν είναι ένα απλό πρόγραμμα αγωγής υγείας.
- Έχει μελετηθεί, οργανωθεί και υλοποιηθεί στο 2^ο Δημοτικό Σχολείο Περαιάς.
 - Εφαρμόσιμο στην καθημερινότητα.
- Προάγει την βιωματική μάθηση, την αυτενέργεια και τον εθελοντισμό.
- Δημιουργεί θετικές στάσεις και συμπεριφορές για όλη τη μετέπειτα ζωή

Καινοτομίες

Εμπλέκονται όλες οι ειδικότητες:

- Φυσική Αγωγή
- Πληροφορική, Θεατρική Αγωγή
 - Εικαστικά, Μουσική
- Αγγλικά – Γερμανικά – Γαλλικά
- Συνεργασία δασκάλων με τις ειδικότητες

Έκδοση ηλεκτρονικού βιβλίου

- Διανέμεται δωρεάν σε όλα τα σχολεία της Ελλάδας.
- Χρήσιμο για όλα τα σπίτια και όλες τις ηλικίες.
- Είναι εργαλείο που σου δείχνει πώς να μάθεις τις πρώτες βοήθειες χωρίς εκπαιδευτή και ιδιαίτερες γνώσεις. Μέθοδος Αυτοεκμάθησης

Πρώτων Βοηθειών.

- Υπόδειγμα συνεργασίας εκπαιδευτικών σε σχολική μονάδα.

Αλληλοεκμάθηση

ΠΡΩΤΩΝ ΒΟΗΘΕΙΩΝ

με τη μέθοδο αυτοελέγχου

Γυμναστική
Θεατρική Αγωγή
Πληροφορική
Αγγλικά
Εικαστικά
Μουσική
Παιδαγωγικά

ΘΕΟΔΩΡΟΣ Β. ΛΕΥΘΕΡΟΥΔΗΣ Μ.Α.
ΟΥΡΑΝΙΑ ΑΡΓΥΡΟΥ
ΕΥΓΕΝΙΑ ΚΑΣΑΠΙΔΟΥ
ΑΝΑΣΤΑΣΙΑ ΠΑΠΑΔΑΜΟΥ
ΣΤΕΛΛΑ ΦΕΤΣΗ ΕΛΕΟΝΟΡΑ ΚΑΡΑΜΠΕΛΚΟΥ
ΑΣΗΜΙΝΑ ΒΛΑΣΤΟΥ
ΙΩΑΝΝΗΣ ΜΑΝΩΛΗΣ
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΑΒΡΑΜΙΔΗΣ

Επιμέλεια εξώφυλλου:
Τζένη Κασαπίδου.
Καθηγήτρια Εικαστικών

- **Επίκεντρο** εκμάθησης πρώτων βοηθειών αποτελούν οι μαθητές.
- Οι μαθητές **ερευνούν** τα θέματα χρησιμοποιώντας διαδίκτυο, για να σχηματίσουν τα φύλλα κριτηρίων/ελέγχου.
- Οι μαθητές **εξοικειώνονται** με την πλέον **σύγχρονη μέθοδο διδασκαλίας**.
Αυτοέλεγχος διδασκαλίας-φύλλα κριτηρίων
- Οι μαθητές **διδάσκουν σε μικρότερους μαθητές** περιόδωση, ρινορραγία κ.α., με τη χρήση φύλλων ελέγχου.
- **Αντιμετωπίζουν καθημερινούς μικροτραυματισμούς** π.χ. εκδορές, αιμορραγίες.
- Υπάρχει ζύμωση αλληλοδιδασκαλίας από τους ίδιους τους μαθητές.
Υποδύονται το ρόλο του δασκάλου (με την επιτήρηση του εκπαιδευτικού).
Αρέσκονται σε αυτό το ρόλο.

- Η αλλαγή σκέψης και συμπεριφοράς στην αντιμετώπιση
οποιοδήποτε τραυματισμού, τους **γεμίζει**
αυτοπειθίηση και τους απαλλάσσει από το φόβο. Τώρα
τι θα πάθω; Θα πονέσω; Τι θα μου κάνουν;
- Επιπλέον, τους κάνει πιο **προσεκτικούς**.
- Η καταγραφή μικροτραυματισμών στη δεύτερη σχολική
χρονιά έδειξε ότι μειώθηκαν αισθητά.

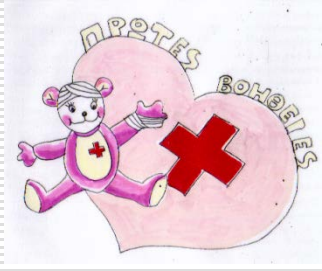
- Υπάρχει καταγεγραμμένο δοκιμασμένο υλικό.
- Δεν προαπαιτείται εξειδικευμένη γνώση, για να εφαρμοστεί με τη συγκεκριμένη μεθοδολογία.

- Κατ' επέκταση μπορούν να συνεργαστούν και οι [γονείς](#).
- Διασχολική συνεργασία στον Ελληνικό και Διεθνή χώρο.

- Ασχολείται προληπτικά με θέματα που απασχολούν το μαθητή και το μαζικό πληθυσμό: Σωστή χρησιμοποίηση ανθρώπινου σώματος.

Παράδειγμα: πώς πρέπει να σηκώνει ο μαθητής τη βαριά σχολική σάκα; Πώς πρέπει να κάθεται σωστά στην καρέκλα. Με ποια τεχνική να σηκώνεται από το κρεβάτι; Πώς να πλένεται στο νεροχύτη;

- Εμπεδώνουν την εκμάθηση και αλληλοδιδασκαλία με το κινητικό ή μουσικό θέατρο.



Σε ποιες ηλικίες ;

- Προνήπια
- Δημοτικό
- Γυμνάσιο
- Λύκειο
- Ενήλικες

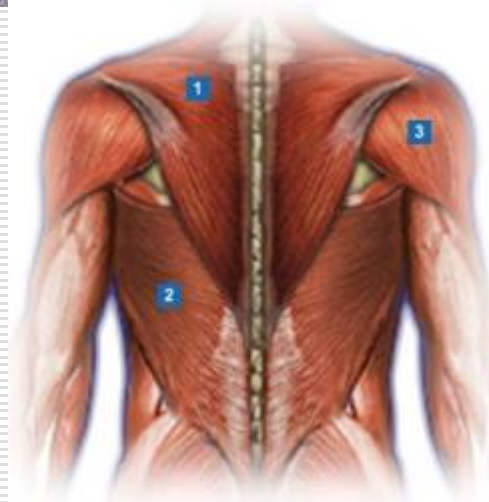
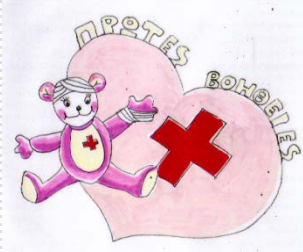


Πώς;

- Με τη χρήση σύντομων βίντεο του διαδικτύου. Δείχνουμε το βιντεάκι με το Στηβ που σώζει τον πατέρα του.
- Έτοιμο δοκιμασμένο παιδαγωγικό υλικό, προσαρμοσμένο σε διάφορες ηλικίες και επίπεδα τάξης. Δείχνουμε το The [Body Song](#) και το εκτελούμε όλοι μαζί.
- Ξεκινάω με την πρώτη ενέργεια. Διάγνωση εμπειριών, γνώσεων, φόβων, εθελοντισμού, αλληλοβοήθειας κτλ.
- Αυτό μπορεί να γίνει υπό μορφή ζωγραφιάς, διήγησης περιγραφής κτλ. Υπάρχει κείμενο και εργασία για τις δυσκολίες χρήσης και εφαρμογής των πρώτων βοηθειών.



Κάθισμα και σήκωμα βάρους π.χ. σχ. σάκας

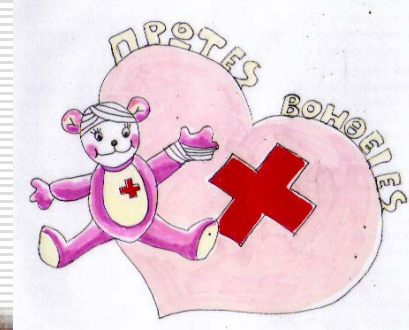


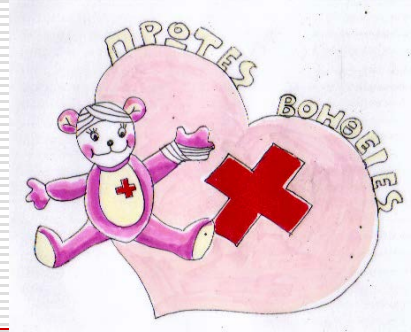
Πότε ξεκίνησε και σε ποιά τάξη;

- ❑ Η αρχή έγινε το 2010 και στη συνέχεια εξελίχτηκε και διευρύνθηκε.
- ❑ Στην Α' τάξη εφαρμόστηκε. Σήμερα τα παιδιά πάνε Δ' τάξη. Ελπίζουμε όταν θα τελειώσουν το Δημοτικό να γνωρίζουν πώς να αντιμετωπίζουν τη ρινορραγία, την πνιγμονή, την περίδεση, την παγοθεραπεία την αιμορραγία ή το κάλεσμα του 166.

Παιδαγωγική δυναμική του προγράμματος

- Προσφορά εθελοντικής υπηρεσίας των μαθητών στο πρώτο διάλειμμα σε μηνιαία βάση. **Καθημερινή βοηθητική υπηρεσία πρόληψης ατυχημάτων σε συνεργασία με τους δασκάλους στην αυλή του σχολείου.**





«Όποτε μια θεωρία σου φαίνεται ως η μοναδική απάντηση,
θεώρησέ το σημάδι πως δεν έχεις καταλάβει ούτε τη θεωρία
ούτε το πρόβλημα που επρόκειτο να λύσει».

ΚΑΡΛ ΠΟΠΕΡ (1902-1994) ΑΥΣΤΡΙΑ/ΑΓΓΛΙΑ

Ευχαριστίες για τη βοήθεια και στήριξη του προγράμματος

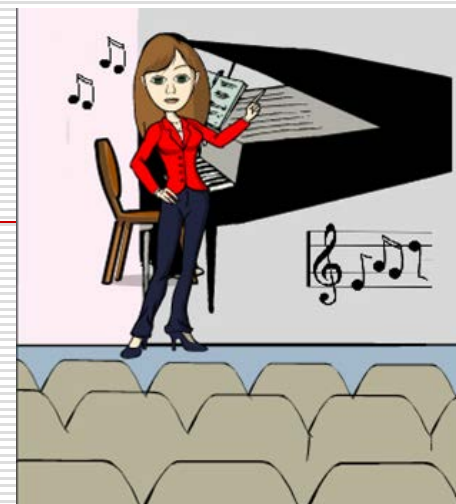
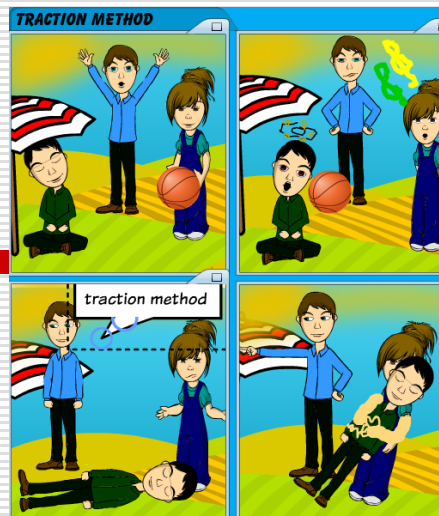
~~Στους Σχολικούς Συμβούλους της Φυσικής Αγωγής και των δασκάλων~~

1. ΠΕ70 κ. Κατερίνα Σουσαμίδου . ΠΕ11 κ. Κων/νος Μπουζιώτας,
2. ΠΕ11 κ. Στέλιος Πατμάνογλου
3. ΠΕ70 κ. Ιωάννης Φύκαρης: Αναπληρωτής Καθηγ. Παν. Ιωαννίνων Δημοτικής Εκπαίδευσης.
4. ΠΕ11 κ. Απόστολος Ντάνης
5. [κ. Νίκος Οξύζογλου](#)
6. ΠΕ70 κ. Άρης Τσακαλίδης.

Ενδεικτικός τρόπος εφαρμογής προγράμματος , οφέλη
και τρόπος αξιολόγησης αποτελεσμάτων

Οφέλη προγράμματος

- Η σωστή αντιμετώπιση τραυματισμών και η χορήγηση πρώτων βοηθειών.
 - Η συνειδητοποίηση της ανάγκης.
 - Η απόκτηση βιωματικής γνώσης.
- Η υιοθέτηση υπεύθυνης και δυναμικής στάσης.
- ΚΑΛΛΙ'ΕΡΓΕΙΑ αλληλεγγύης και αλληλοεκμάθησης
 - Εθελοντισμού. Αντιμετώπιση φόβου κτλ.
 - Αυτοεκμάθηση για ενήλικες



Ζητάμε τη συνεργασία
όλων των δασκάλων και
ειδικοτήτων:
Εικαστικών
Θεατρολόγο
Πληροφορικής
Μουσικής
Αγγλικών, Γαλλικών,
Γερμανικών



Πού θα βρουν (ποιό) υλικό εξάσκησης;

- Ο κάθε μαθητής θα φέρει π.χ. έναν επίδεσμο εξάσκησης από το φαρμακείο του σπιτιού.
- Ο άλλος θα φέρει ένα Betadine (το οποίο μπορεί να έχει λήξει γιατί ξεχάστηκε).
- Κρούση στα φαρμακεία της πόλης για προσφορά παιδαγωγικής εκμάθησης στις πρώτες βοήθειες.
 - Σύλλογο γονέων και κηδεμόνων.
 - Χρειάζονται αντισηπτικά και γάζες.
 - Γάντια μιας χρήσης κτλ.

Κινητικό θέατρο. Μίμηση.



- ❑ Μίμηση κινήσεων με συνοδεία μουσικής υπόκρουσης
- ❑ Θέατρο σκιών (κρυφός φωτισμός με σεντόνι).
- ❑ Μικρά θεατρικά σκετσάκια 2-3 λεπτών.
- ❑ Εικαστικά με λέξεις κλειδιά π.χ. παγοθεραπείας: Ψυγείο, παγάκια, πετσέτα.

Χτυπήματα

- Αντιμετώπιση περιστατικών με παγοθεραπεία.
- Παγάκια από το ψυγείο και σωστή χρήση ψυκτικού.
- Περίδεση. Ελαστικοί επίδεσμοι χεριού και ποδιού.



Εκδορές/γρατζουνιές

- Σωστή χρήση γαντιών.
- Χρήση γαζών και
Betadine.



Αιμορραγίες

- Καθαρισμός και σταμάτημα αιμορραγίας.



Ρινορραγία

- Σταμάτημα ρινορραγίας.
 - Χρήση γάζας



Τεχνικές μεταφοράς

- Εκμάθηση 7 τεχνικών μεταφοράς τραυματία.
- Χρήση τραυματοφορείου



Πνιγμονή

- ❑ Φαγητό στη διάρκεια του παιχνιδιού
- ❑ Χρήση πρώτης τεχνικής
- ❑ Χρήση δεύτερης τεχνικής



Επικίνδυνα σημεία

Καταγραφή επικίνδυνων
σημείων του σχολείου μας.
Προληπτικά μέτρα.



EKAB 166

Καλῶ το EKAB



Γνωριμία με το φωτοφαρμακείο



- Γνωρίζω τα εργαλεία της αντιμετώπισης διαφόρων περιστατικών (γάζες, ιώδιο, βαμβάκι, αλοιφή)

Φωτοφαρμακείο



Θερμοπαγκούστη. Τη βάζουμε στο ψυγείο (συντήρηση ή κατάψυξη), όταν θέλουμε να κάνουμε παγοθεραπεία. Την τοποθετούμε στο φούρνο μικροκυμάτων για θερμοθεραπείες.



Είναι λωρίδες που βάζουμε πάνω στο τραύμα. Προστατεύει από νερό και σκόνη. Βγάζουμε τα αυτοκόλλητα, χωρίς να ακουμπήσουν τα χέρια μας την εσωτερική του πλευρά.

- 4-5 προτάσεις αριστερά της σελίδας.
- Στη μέση οι φωτογραφίες ή τα σκίτσα.
- Δεξιά οι προτάσεις στα Αγγλικά ή Γερμανικά



Κριτήρια αξιολόγησης

- Ακινητοποίηση τραυματία
Σταματάει το παιχνίδι.
- Μεταφορά με την τεχνική: «ανθρώπινο δεκανίκι» στο φαρμακείο ή ιατρείο σχολείου.
- Χρήση πάγου από το ψυγείο.
- Τοποθέτηση σε πετσέτα και στη συνέχεια στο χτυπημένο σημείο.
Διάρκεια παγοθεραπείας περίπου 10 λεπτά ανά μία ώρα.
- Δέσιμο με ελαστικό επίδεσμο την πετσέτα με τα παγάκια.
- Τοποθέτηση του ποδιού στην καρέκλα

ΦΥΛΛΟ ΚΡΙΤΗΡΙΩΝ-ΑΥΤΟΕΛΕΓΧΟΣ

Χτύπημα στο χέρι/πόδι



English
CRITERIA SHEET

Leg/arm injury

Assessment criteria

1. Immobilize the injured person

The game stops

2. First aid "human crutch" carry to the school medical room.

3. Use of ice cubes from the refrigerator.

Place the ice in a towel and apply it onto the injury.

4. Repeat every 10 minutes for an hour.

5. Wrapping of the ice pack with an elastic bandage

6. Leg position by the chair

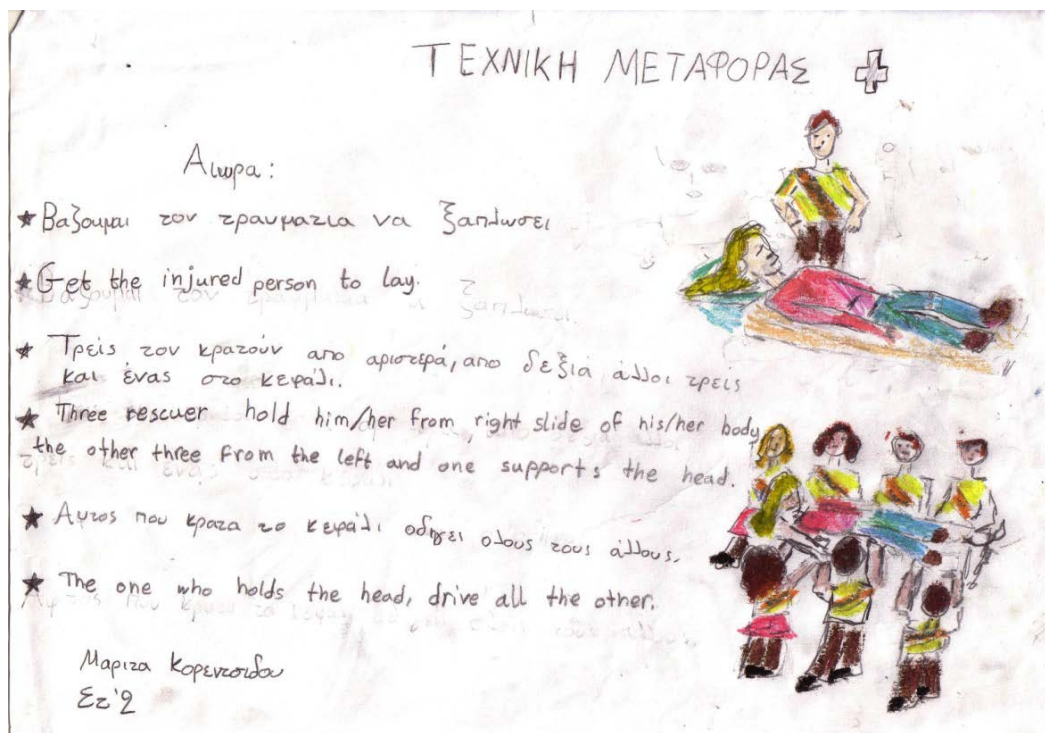
Διαθεματική παρέμβαση στη μουσική και στα Αγγλικά

- Ντύσαμε τα θεατρικά μας με μουσική.
Εκτός από τις λέξεις γράψανε ένα υπέροχο ολιγόλεπτο θεατρικό σκετς με μουσική επένδυση.
- Παρουσιάστηκε στο τέλος της χρονιάς και ενθουσίασε μαθητές και γονείς.
- Μάθανε όλα τα τμήματα 3 τραγούδια που αφορούν τις πρώτες βοήθειες.



Εικαστικά

- Ζωγραφίσανε, σκισάρανε τα βήματα αντιμετώπισης στα φύλλα κριτηρίων.



Τρόποι αξιολόγησης του προγράμματος

Όλα τα θεατρικά θα είναι βιωματικά με συμμετοχή των μαθητών, των γονιών και των δασκάλων που παρακολουθούν.

- Παραδείγματα: Πνιγμονή, γάντια, τεχνικές μεταφοράς

Η εμπλοκή των γονιών είναι εξαιρετικά σημαντική

- Καλή ιδέα είναι να εμπλέξουμε και τους γονείς στην αλληλοεκμάθηση. Την ημέρα που θα δώσουμε τους βαθμούς να τους απασχολήσουμε ένα 20λεπτο για την εκμάθηση των πρώτων βοηθειών από τα παιδιά τους.

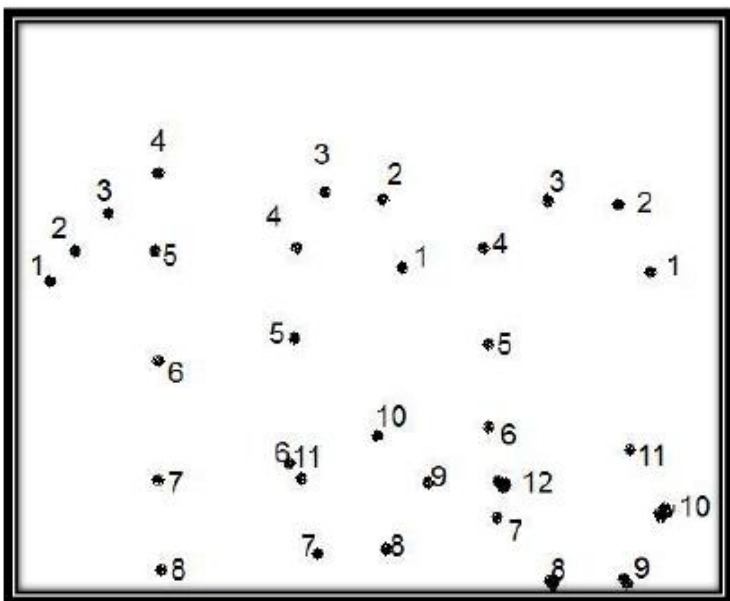


Άλλοι τρόποι αξιολόγησης

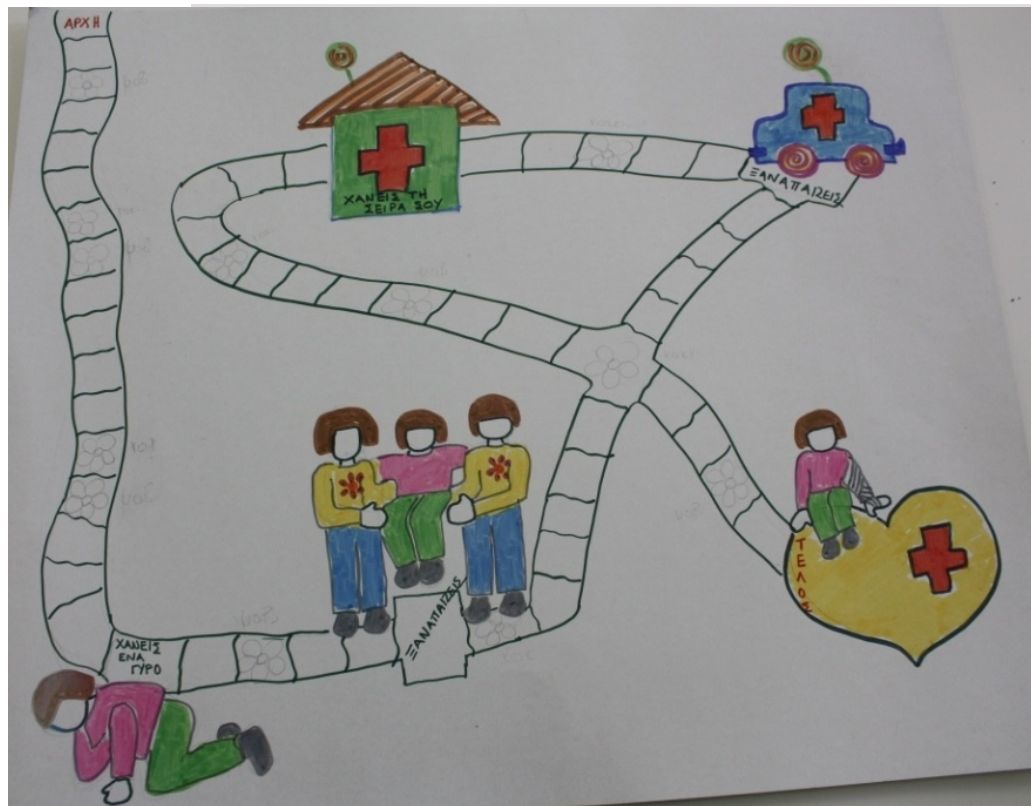
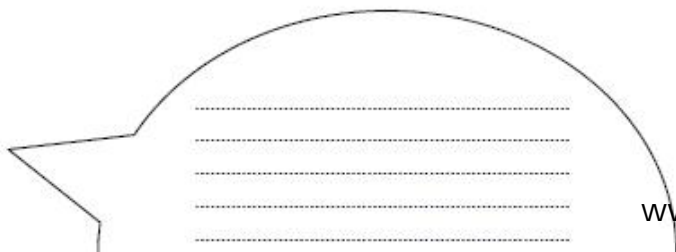
Αληθινά σενάρια. Φύλλα ενεργειών

23 ενέργεια

- ✓ Τι βλέπεις αν ενώσεις τις τελίτσες στη σειρά;
- ✓ Ποιά χρώματα θα χρησιμοποιήσεις;



- ✓ Θα μας πεις τί ξέρεις για αυτό το θέμα;



• Γνωστά παιχνίδια: Γκρινιάρης

Συνεντεύξεις: γιατρού και ναυαγοσωστών



-
- Περισσότερο υλικό για το πρόγραμμα μπορεί να βρεθεί στο:

www.leftheroudis.com

Πράξη «Θεσμός αριστείας 2013 και ανάδειξη καλών πρακτικών στην Πρωτοβάθμια και Δευτεροβάθμια Εκπαίδευση»

- Κατατέθηκαν 1.035 έργα από 1.850 εκπαιδευτικούς. Πληροφοριακός κόμβος (<http://excellence.sch.gr>).
- Η διαδικασία αξιολόγησης προέβλεπε διπλή ανώνυμη κρίση και βαθμολόγηση, ενώ η τελική βαθμολογία κάθε έργου προέκυψε από το άθροισμα της βαθμολογίας των 2 κριτών. Κάθε κριτής μπορούσε να βαθμολογήσει ένα έργο από 18 μέχρι 180 μονάδες, στηριζόμενος σε συγκεκριμένα κριτήρια και προδιαγραφές, οι οποίες είχαν γνωστοποιηθεί παράλληλα με το χρόνο υποβολής των προτάσεων.

Το τελευταίο έργο πήρε 36 μονάδες

Παρατηρήσεις Αξιολογητή 1

- ΤΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΕΙΝΑΙ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝ ΚΑΙ ΕΝΕΠΛΕΞΕ ΠΟΛΛΟΥΣ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟΥΣ ΚΑΙ ΤΟΥΣ ΓΟΝΕΙΣ ΕΠΙΣΗΣ. ΔΕ ΦΑΙΝΕΤΑΙ Ο ΤΡΟΠΟΣ ΠΟΥ ΑΞΙΟΛΟΓΗΘΗΚΑΝ ΤΑ ΑΠΟΤΕΛΕΣΜΑΤΑ ΤΗΣ ΠΑΡΕΜΒΑΣΗΣ.**

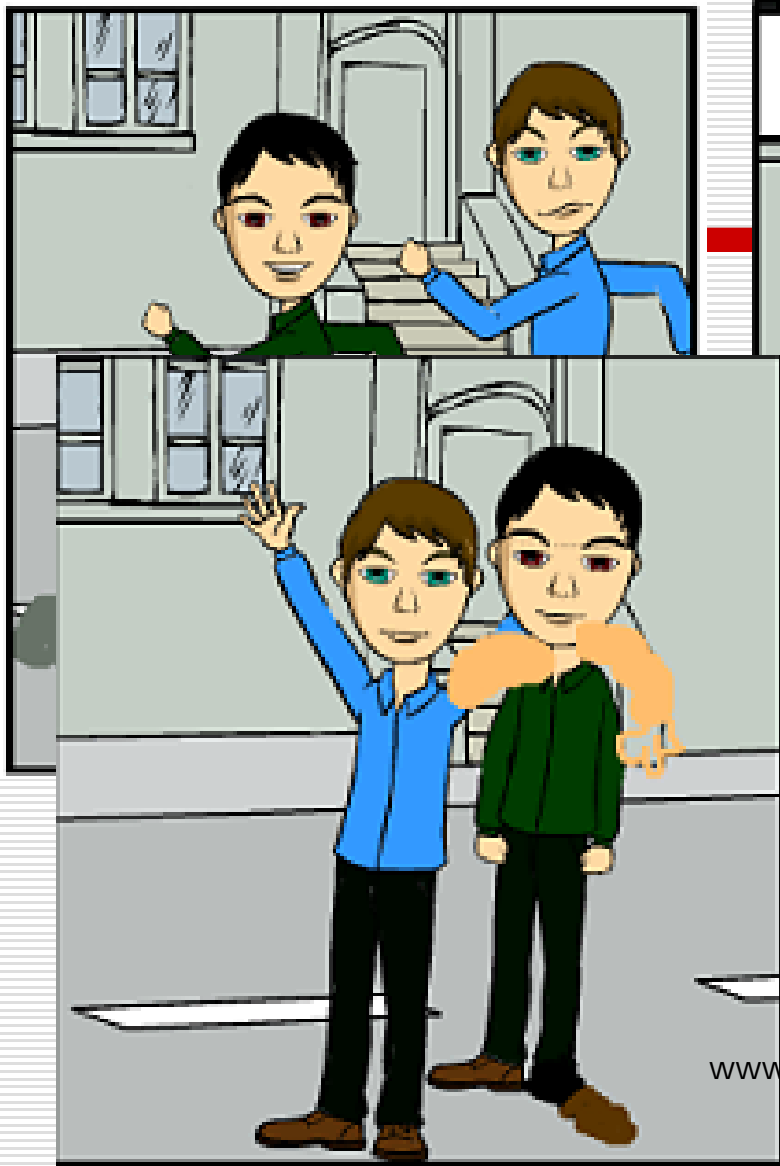
.....

Παρατηρήσεις Αξιολογητή 2

- Είναι σαφές ότι το προτεινόμενο έργο έχει μελετηθεί, οργανωθεί και υλοποιηθεί με υπευθυνότητα και είναι υψηλής παιδαγωγικής αξίας και διδακτικά άρτιο. Εφαρμόσιμο στην καθημερινότητα όλων των σχολικών μονάδων, προάγει την τη βιωματική μάθηση, την αυτενέργεια και τον εθελοντισμό, ενώ δημιουργεί θετικές στάσεις και συμπεριφορές για όλη τη**

μετέπειτα ζωή.

Ανθρώπινο Δεκανίκι



Μέθοδος έλξης



Μεταφορά με κάθισμα



Από τους ώμους και από τα γόνατα



Το κάναμε θεατρικό παιχνίδι

...και το βιντεοσκοπήσαμε

Αγγλικά

Στέλλα Φέτση

Peer teaching basic first aid tactics in primary school.

- An ambitious project.



ΕΙΚΑΣΤΙΚΑ

□ Τζένη Κασαπίδου


ΕΙΚΑΣΤΙΚΑ & ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ




Λιτά σκίτσα, που αντικατοπτρίζουν τα βήματα αντιμετώπισης των τραυματισμών. Σκίτσα για την αντιμετώπιση χτυπήματος σε χέρι ή πόδι.




Βήμα 1: Βγαίνουμε από το παιχνίδι




Βήμα 2: Αντιστασιάζουμε το τραύμα



Βήμα 3: Βάζουμε πάγο και βάζουμε επίδεσμο



Βήμα 4: Κάνουμε κόμμο του επίδεσμο



Step 1: Stop the game

Step 2: Don't move the wounded part.

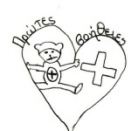
Step 3: Cool the affected area with an ice pack and place bandage around the injury.







Step 4: Tight the bandage

ΦΥΛΛΟ ΚΡΙΤΗΡΙΩΝ-ΑΥΤΟΕΛΕΓΧΟΣ
Χτύπημα στο χέρι/πόδι

Κριτήρια αξιολόγησης

- Αντιμετώπιση τραυματία. Σταμάτα το παιχνίδι.
- Μεταφορά με την τεχνική: καθύψωμα δεκαπέντε στο φαρμακείο ή ιατρείο σχολείου.
- Χρήση πάγου στο το τραύμα.
- Τοποθέτηση σε πετσέτα και στη συνέχεια στο χυμωμένο επίδεσμο.
- Διάρκεια παγοθεραπείας περίπου 10 λεπτά ανά μια ώρα.
- Δέσιμο με ελαστικό επίδεσμο την πετσέτα με τα παγάκια
- Τοποθέτηση του ποδιού στην καρμπίλα.



Ο καθένας πρέπει ν' αντιλαμβάνεται αμέσως το πώς αντιμετωπίζεται ο κάθε τραυματισμός. Σκίτσα με παραδείγματα τεχνικών μεταφοράς τραυματία.

ΕΙΚΑΣΤΙΚΑ

ΠΡΩΤΕΣ ΒΟΗΘΕΙΕΣ

Ανθρώπινο Κενάκι

Βήματα →

επιβάσει στον τραυματισμένο πρόσωπο

1

2

Place the victim around our neck and her hand

Place your other the victim's waist.

ΤΕΧΝΙΚΗ ΜΕΤΑΦΟΡΑΣ +

Αυρα:

- ★ Βάζουμε τον τραυματία να ξαπλώσει
- ★ Get the injured person to lay.
- ★ Τρεις τον κρατούν από απέναντα, από δεξιά άλλοι τρεις και ένας στο κεφάλι.
- ★ Three rescuer hold him/her from right side of his/her body - the other three from the left and one supports the head.
- ★ Άλλος που κρατά το κεφάλι οδηγεί όλους τους άλλους.
- ★ The one who holds the head, drive all the other.

Μαρίνα Κορνεζοπούλου
Εξ'2

Σχεδιασμός Σημάτων
Πρώτων Βοηθειών.

Παραλλαγές του
υπάρχοντος σήματος
του σχολείου.

Τα σήματα πρέπει να
φανερώνουν, με την
πρώτη ματιά, στον
καθένα, τη σημασία
τους. Είναι στην ουσία
λογότυπα, γι' αυτό και
χρησιμοποιούνται
έντονα χρώματα.

