



FØRSTEHJELP OG REDNING

Friluftsliv, som alt annet liv, innebærer risiko for skader. Oppgavene under utfordrer deltakerne på relevante nød og skadesituasjoner i friluft.

Forebygging av gnagsår

UTSTYR (PR LAG):

Ulike remedier som er mer eller mindre egnet til å forebygge gnagsår, for eksempel sportstape, bomull, ulike typer plaster, ullsokker osv...

BANEFORSLAG:

Stasjonsløype, bane, utfordringer på camp eller tur.

BESKRIVELSE AV OPPGAVEN:

Grappa skal velge ut en deltaker som skal gis forebyggende behandling for gnagsår. De får 5 minutter på oppgaven før dommeren vurderer resultatet.

ORGANISERING:

Det er viktig at grappa har en del forskjellig plaster og sårbehandling å velge i. Dette kan legges ut felles ute på arena.

POENGGIVING:

Det gis ferdighetspoeng for riktig valg av utstyr og måten det er lagt på. Sportstape rett på huden på helen med feste ut på siden av ankelen vil være en god måte å forebygge på. Hvis grappa velger dette og har lagt tapen slett og fint med god dekning vil de for eksempel kunne få 5 poeng. Skjønnsmessig kan poengene så reduseres ut hvor godt det de har gjort vil forebygge gnagsår.

FORSLAG TIL INTRODUKSJON AV OPPGAVEN:

Grappa er på tur. En av dere er plaget med å få gnagsår på hælene. Med det utstyret som ligger ute på banen, skal dere forebygge gnagsår på den personen. Dere velger selv hvem på grappa det skal være. Dere skal la utstyret ligge på banen og kun hente det dere skal forbruke for å løse oppgaven. Laget får maksimalt fem ferdighetspoeng på oppgaven. Poeng gis både på grunnlag av valg av riktig utstyr og hvor godt dere utfører den preventive behandlingen. Dere får fem minutter på oppgaven fra nå.

