



FØRSTEHJELP OG REDNING

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

Støttebandasje

UTSTYR (PR LAG):

Ulike bandasjetyper, tape for å feste bandasjen.

BANEFORSLAG:

Stasjonsløype, bane, utfordringer på camp eller tur.

BESKRIVELSE AV OPPGAVEN:

Grappa skal innen gitt tid legge støttebandasje på håndledd på en av gruppens medlemmer. Grappa må velge riktig bandasje ut fra et utvalg av gasbind/ bandasjer. Ferdighet vurderes ut fra riktig valg av bandasje, hvor godt bandasjen er lagt og hvordan pasienten er håndtert.

ORGANISERING:

Utstyret fordeles ut til hvert enkelt lag.

POENGGIVING:

Lagene får ferdighetspoeng skjønnsmessig etter hvordan de har løst oppgaven. Grappa får poeng både ut fra riktig valg av bandasje, hvor godt den er lagt og hvordan pasienten er håndtert. Maksimalt gis det 5 poeng.

FORSLAG TIL INTRODUKSJON AV OPPGAVEN:

En av deltakerne på laget har forstuet håndleddet på tur. Dere får nå utdelt forskjellige bandasjer som kan brukes for å stive leddet. Dere skal nå legge en støttebandasje passe stramt og godt slik at pasienten kan fortsette turen uten fare for å forverre skaden. Dere får ferdighetspoeng etter hvor godt dette er løst. Maksimalt får dere fem ferdighetspoeng på øvelsen på grunnlag av hvor godt dere har gjort jobben når dommeren kommer rundt. Dere får fem minutter på å løse oppgaven.

