Draga moja učenka/učenec.

Pri pouku izbirnega predmeta VNN ste v prejšnjih tednih v učenju na daljavo ponovili, utrdili in preverili veščine prve pomoči oživljanja, uporabe bočnega položaja in ravnanja v primeru nesreč, se naučili ustaviti močno krvavitev, kako oskrbeti rano.

V tem tednu pa nadaljujemo z učenjem veščine – imobilizacija.

Dobro si poglejte postopek ukrepa prve pomoči. Za tem povadite praktično vajo na sebi. Poiščite doma komplet prve pomoči in bo.

|  |
| --- |
| **IMOBILIZACIJA** Imobilizacija uda je ena **najpogostejših** oblik nudenja prve pomoči.  Uporabljamo jo pri zlomih kosti, zvinih, poškodbah mišic …  Prav tako ni zelo težka in zato se jo lahko nauči vsak.  V našem primeru je poškodovanec zlomil zapestje, zato imobiliziramo roko.   1. Roko namestimo v 90 stopinjski kot in pod njo namestimo trikotno ruto. 2. Nato samo še prekrižamo dela rute in ju na tilniku zavežemo. 3. Imobilizacija ni težka, pomembno je samo, da si zapomnimo, da moramo imobilizirati ud nad mestom poškodbe in ud pod mestom poškodbe. |

Če pa boš potreboval-a pomoč, nasvet,… mi pa kar sporoči na moj e- naslov: [sonja.kozelj1@guest.arnes.si](mailto:sonja.kozelj1@guest.arnes.si).

**Sedaj pa ti posredujem še nekaj smernic za učenje izbirnega predmeta VNN v naprej.**

* Takole na daljavo bomo v mesecu maju preučili še vse načrtovane učne vsebine prve pomoči, ki so nam ostale.
* Potem bomo v začetku meseca junija vse ponovili in utrdili (primeri prve pomoči bodo podobni ustnemu ocenjevanju).
* 9. junija (dopoldne) pa te bom poklicala po video klicu preko VIbra. Tako ti bom predstavila 2 primera poškodbe, ti pa mi boš ustno povedal-a, kako bi ukrepal-a. To bo edina ocena v tem ocenjevalnem obdobju.

Tako te prosim, če mi do konca meseca maja pošlješ tvojo telefonsko številko, da te bom lahko poklicala. Seveda te prosim, da poskrbiš, da boš prijavljan-a na VIber.

Želim ti, da ostaneš dobro,

učiteljica Sonja