

Pierwsza pomoc – jak nauczyć dziecko podstaw przez zabawę?

Każdy z nas może być superbohaterem i ratować ludzkie życia!

Wystarczy, że zdobędziecie wiedzę i umiejętności niezbędne do przeprowadzenia działań z zakresu pierwszej pomocy przedmedycznej. Im wcześniej zaczniemy się uczyć, tym bardziej będziemy przygotowani i kompetentni.

Nauka pierwszej pomocy przez zabawę

Wiecie już, że będziecie się razem bawić. To na pewno bardzo ekscytująca chwila. Warto zacząć od wzbudzenia zainteresowania. Spróbujcie wyszukać bajki, książeczki, filmiki, które będą opowiadały o pierwszej pomocy w sposób przystępny i zrozumiały dla dziecka. Większość ulubionych, dziecięcych bohaterów z bajek to postacie dobre, bohaterские, które są strażakiem, ratownikiem, czy lekarzem. Warto uświadomić dziecku, że nawet księżniczki potrzebują wiedzieć, jak się zachować, gdy będą potrzebne komuś, kto źle się poczuje. Znacnie gust i wymagania Waszych dzieci najlepiej, dlatego wierzymy, że świetnie sobie poradzicie i znajdziecie coś interesującego. Dla zachęty możecie również pytać dziecko, czy chciałoby zostać superbohaterem i rozwinąć swoje supermoce? To zawsze dobry początek.

Dziecko wiele uczy się obserwując. Kiedy zapozna się już wstępnie z tematem pierwszej pomocy i zrozumie, jak jest ona ważna i potrzebna łatwiej Wam będzie rozpocząć kolejny krok.

Już najmłodsze dzieci powinny wiedzieć, że w razie potrzeby muszą się zwrócić do zaufanego dorosłego. Wskażcie taką osobę, opowiedzcie, dlaczego i kiedy powinno pójść po pomoc (ważne, by ta osoba była blisko, a kontakt z nią nie wymagał np. przejścia na drugą stronę ulicy).

Stwórzcie Kodeks Małego Ratownika (może być również w formie graficznej, np. plakatu). Możecie też wymyślić pomocniczy wierszyk, który wraz ze zdobywaną wiedzą będziecie mogli edytować i modyfikować w zależności od potrzeb. Podajemy przykład kilku punktów:

- Kiedy mamusia lub tatuś się nie rusza i nie reaguje to biegnę po panią Stasię

- Jak Pani Stasi nie ma w domu, to dzwonię pod numer alarmowy 112 lub 999
- Opowiadam Panu/ Pani jak się nazywam, ile mam lat, gdzie jestem, co się stało i dlaczego potrzebuję pomocy
- Nie rozłączam się sama nigdy, zawsze czekam na instrukcje
- Nigdy nie dzwonię pod numer alarmowy bez potrzeby, to nie jest zabawa!

Pan dyspozytor wiedzieć musi:

- Kim jestem, ile mam lat i gdzie czekam
- Opowiem, co się stało mojej mamusi
- Wysłucham wszystkiego bez narzekań
- Zrobię to, co pan będzie mi kazać
- Ratowanie to poważna sprawa!

W miarę zdobywania wiedzy i samodzielności Kodeks będzie ewoluował wraz z Wami. To ważne, by modyfikować go tak, aby zawierał wszystko to, co w danym momencie Wasz mały superbohater jest w stanie zrobić.

Wykonajcie wspólnie plansze lub karty z numerami alarmowymi, umieśćcie je w widocznym miejscu lub miejscach w Waszym domu, np. pokoju, na lodówce, na drzwiach i starajcie się powtarzać numery, w celu lepszego zapamiętania.

Aby przygotować Wasze dziecko do odpowiedniego reagowania na sytuację alarmową wprowadźcie zabawę w odgrywanie tematycznych scenek. Przyjmujcie różne role, początkowo to dziecko może być osobą, która zasłabła i potrzebuje pomocy. Niech w miarę zdobywania wiedzy i umiejętności dziecko wyrabia w sobie nawyk aktywności. Ćwiczcie na sobie, ale także na pacynkach, pluszakach, lalkach, zmieniajcie głosy, twórzcie dobry zespół ratowników, uczcie się i inspirujcie. Rozmawiajcie między sobą, konsultujcie się. To wyrobi w dziecku nawyk działania, nauczy panować nad emocjami i pomoże wykształcić umiejętność właściwego komunikowania się w niecodziennej sytuacji.

Przygotujcie dziecko do rozmowy z dyspozytorem, przyjmujcie rolę osoby po drugiej stronie słuchawki i tak prowadźcie rozmowę z dzieckiem, żeby mogło ćwiczyć, co i kiedy ma powiedzieć. Uczulcie na to, by samo nigdy nie odkładało słuchawki i nie dzwoniło pod numer alarmowy dla zabawy, zapoznajcie z konsekwencjami. Przeprowadzajcie regularne ćwiczenia udawanych rozmów z dyspozytorem, żeby dziecko utrwaliło sobie, co ma mówić i kiedy reagować.

Jeśli macie już swoją apteczkę? To świetnie. Wierzymy, że mieliśmy mnóstwo frajdy przy jej wspólnym tworzeniu i kompletowaniu :) Teraz pora na kolejny krok: **opowiedzcie małym rekrutom na superbohaterów, co się znajduje w apteczce** i dlaczego (warto dostosować zawartość do wieku dziecka, ważne, żeby nie przesadzić). Możecie też pokazać prawdziwą dorosłą apteczkę dla ciekawego porównania, ale zdecydowanie ćwiczcie i bawcie się na tej, którą razem stworzyliście. Ważne, żeby dziecko wiedziało, jakie jest zastosowanie apteczki i do czego służą poszczególne przedmioty.