



# ESMAABI LASTELE

„Ma olen julge ja abivalmis inimene –  
kuidas õpetada läbi väärtuskasvatuse ja praktiliste tegevuste koolieelses eas olevatele lastele esmaabi“.

22

REALISTLIKKU  
SITUATSIOONI-  
KAARTI

ANALÜÜTILINE  
MÕTLEMINE  
JA PROBLEEMIDE  
LAHENDAMISE  
OSKUS

ESMAABI ÕPPIMINE  
ON LIHTNE NAGU

1 2 3



MIKS JUHTUS?  
KUIDAS ENNETADA?  
MIDA TEHA?



ABIVAJAJAT ME ÜKSI EI JÄTA

ESMAABI ÕPETAMISE  
METOODILINE KOGUMIK

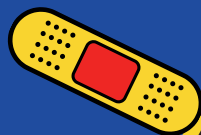
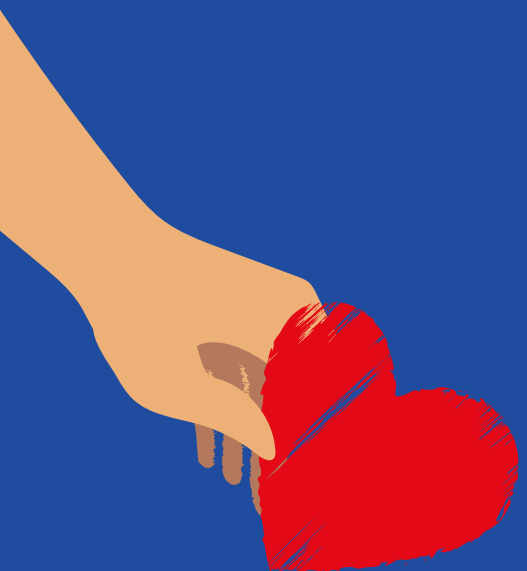
SITUATSIOONID LASTEGA  
PÄRIS ELUST

Meie soov on õpetada ja julgustada koolieelses eas lapsi ohulukordi märkama ning üksteisest hoolima, tehes seda läbi väärtuspõhise õpetuse ja mängu. Samuti anda lastele läbi praktiliste tegevuste teadmisi ja oskusi, et abistada õnnetuses viga saanud inimest. Lisaks soovime lasteni viia teadmise, et meil kõigil on üks väärtuslik aare - ELU

ning me kõik sõltume üksteisest.

Esmaabi õppe käigus omandab õpetaja uusi teadmisi ning oskusi esmaabi teemade käsitlemiseks koolieelses eas olevate lastega ning saab läbi viia erinevaid praktilisi tegevusi enda rühmas. Arutledes ühiselt koos lastega erinevatest igapäevastest situatsioonidest ning nendega kaasnevatest ohtudest, tõuseb nii lapse kui täiskasvanu teadlikkus ning valmisolek nendes olukordades õigesti toimida. Õnnetus võib juhtuda igal pool- lasteaias, kodus, kooliteel ning julgus ja teadmised vajadusel abivajajat õigesti abistada on väärtus.

Abivajajat me üksi ei jäta.



**ÕNNETUSJUHTUMITE SITUATSIOONID ON LAVASTATUD NING KEEGI LASTEST VIGA EI SAANUD!**



# PÕHJUS-TAGAJÄRG

ÕNNETUSJUHTUMITE SITUATSIOONIKAARTIDE ANALÜÜS ARENAB LASTE LOOGILIST MÕTLEMIST NING ÕPETAB MÕISTMA PÕHJUS-TAGAJÄRG VAHELISI SEOSEID.



# 1. KUUMA VEEGA PÕLETAMINE

ÕPETAJA TEGI OMALE TASSI KUUMA TEED, ENT JÄTTIS SELLE TÄHELEPANUTA. LAPSED MÄNGISID TASSI JUURES JA LÜKKASID KOGEMATA TASSI ÜMBER.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Õpetaja on jätnud eseme tähelepanuta; lapsed ei suuda oma uudishimu tagasi hoida; tass kuuma veega on jäetud lastele kättesaadavasse kõrgusesse.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Õpetaja oleks pidanud lastele rääkima, et vedelik tassis on kuum ning üle kordama ühised reeglid.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi või otsi lähedal olevat täiskasvanut.
2. Eemalda kõik ehted vigastatud käelt.
3. Vala põletada saanud kohale leiget vett.
4. Oota kuni abi saabub.



BOSCH

Kamille  
Kamille  
MEDERA  
09.2024  
L 141X02R CH: 223090

# 2. TERAVA KIVIGA KÄE VIGASTAMINE

LAPSED MÄNGIVAD HOOVIS JALGPALLI. ÜKS LASTEST VÕTAB PALLI NING LÜKKAB TEIST, KES SEEPEALE KUKUB PIKALI JALÕIKAB TERAVA KIVIGA KÄTTE.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Lapsed ei suuda mänguhoos õigesti hinnata oma jõudu ega distantsti teistest.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Mitte jätta lapsi ilma tähelepanuta ning jälgida ohutusreeglitest kinni pidamist ühises mängus.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi või otsi abi lähima täiskasvanu käest.
2. Kui sul on läheduses haavasidemeid, pane üks sidemerull haava peale ja suru kõvasti. Teise sidemega seo haav kinni. Kui sidemeid pole, aseta haavale mõni riideese ning suru.
3. Rahusta kannatanut abi tulekuni.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union







# 3. KÜLMAKAHJUSTUS

TÜDRUK MÄNGIS PALJAKÄSI LUMEGA. TA KÄED MUUTUSID VÄGA KÜLMAKS JA HAKKASID VALUTAMA.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Lapsed ei oska ise hinnata, kui kiiresti või kui külm neil paljakäsi lumes mängides hakkab. Võib-olla neil puudusid ka sobivad kindad antud tegevuse jaoks.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Ära mängi lumes paljaste kätega. Kanna ilmastikule vastavaid kindaid.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju lähedal olevat täiskasvanut appi.
2. Kuivata käed.
3. Mässi külmunud käed nt salli sisse ja mine kiiresti sooja tuppa.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union





# 4. NINAVEREJOOKS

MÄNGUHOOS TÕSTIS ÜKS LASTEST JÄRSKU PEAD NING LÕI TEISELE KOGEMATA TUGEVALT VASTU NINA. TEISEL LAPSEL HAKKAS NINAST VERD JOOKSMA.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Mänguhoos ei pannud lapsed tähele teineteise liigutusi ega kaugust üksteisest, mistõttu sai üks lastest viga.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Koos mängides peame olema ettevaatlikud, et mitte kaaslasele haiget teha. Samuti analoogsete situatsioonide läbimängimine aitab lastel õnnetusi ennetada.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi ja otsi läheduses asuvat täiskasvanut.
2. Vajuta kahe sõrmega nina kinni.
3. Kalluta sõbra pea ettepoole.
4. Võimalusel panna midagi külma ninale ja kuklale.
5. Oota kuni verejooks lõpeb.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union





# 5. JALGRATTAGA KUKKUMINE

POISS LÄKS JALGRATTAGA SÕITMA. TA SÕITIS VASTU PINKI, KUKKUS ÜMBER JA VIGASTAS OMA PEAD.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Ta vigastas oma pead, sest ta ei kandnud kiivrit.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Kui poiss oleks kandnud kiivrit, ei oleks ta oma pead vigastanud. Sellepärast ongi alati väga oluline rattaga sõites kanda kiivrit.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi ning helista 112.
2. Proovi ettevaatlikult tõsta jalgratas kannatanust eemale.
3. Pööra ettevaatlikult kannatanu pea mööda maapinda otseks ning aseta midagi tema õlgade alla. Jälgi, et tüdruku pea oleks kuklasse kaldu.
4. Verejooksu peatamiseks kasuta mõnda riideeset või muud riidest materjali, mille surud haavale (nt müts, sall, kindad).
5. Kui oled koos sõbraga, palu tal kannatanu jalad üles tõsta.





# 6. TURNIMISVAHENDILT KUKKUMINE

POISS RONIS KÕRGEL TURNIMISVAHENDIL, KUMMARDUS ÜLE ÄÄRE NING KUKKUS. TAL ON JALAS HAAV, MIS JOOKSEB VERD.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Poiss ei kuulunud õpetajat, kes korduvalt palus teda mitte ronida turnimisvahendi serval.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Poiss oleks pidanud kuulama õpetaja sõna ning olema palju ettevaatlikum kõrgel turnimisvahendil mängides.

Ära kunagi kõõlu üle kõrgete äärte!

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi või helista 112.
2. Kui sul on läheduses sidemeid, pane üks sidemerull haava peale ja suru kõvasti. Teise sidemega seo haav kinni. Kui sul sidemeid ei ole, suru haav mingi riidesemega kinni.
3. Pööra ettevaatlikult kannatanu pea mööda maad otseks ning aseta see oma põlvede vahele.
4. Kui oled koos sõbraga, palu tal kannatanu jalad üles tõsta.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union







# 7. PEOPESA VIGASTAMINE MÄNGUHOOS

POISS MÄNGIS METSAS PUUPULKADEGA NING MÄNGUHOOS VIGASTAS OMA PEOPESA. TAL ON PEOPESAS VERINE HAAV.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Poiss ei kuulanud õpetajat, kes palus teda mitmel korral lõpetada vehkimine. Puupulk läks sügavalt läbi ta naha ning vigastas kätt. Alati tuleb kuulata täiskasvanute hoiatusi!

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Kui ta oleks kuulanud õpetaja hoiatusi, ei oleks seda õnnetust juhtunud.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi ja otsi läheduses asuvat täiskasvanut.
2. Suru haava peale mõni riideese, nt sõbra müts.
3. Räägi sõbraga, lohuta teda.
4. Jää sõbraga kuniks abi saabub.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union





# 8.ELEKTRILÖÖK

POISS PUUTUS KATKIST PIKENDUSJUHET JA SAI ELEKTRILÖÖGI.  
TA LAMAB TEADVUSETULT MAAS.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Laps ei tohi ise katkiseid juhtmeid puutama minna.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Kui lastega rääkida elektri ohtlikkusest ning kuidas käituda erinevate vahenditega, mis on ühendatud vooluvõrku.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Laps ei aita kannatanut ega puuduta teda, sest me ei tea, kas kannatanu on endiselt vooluvõrgu all.
2. Karju appi, otsi läheduses asuvat täiskasvanut või helista 112.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union





# 9.KATKISE MÄNGUASJAGA KÄE VIGASTAMINE

TÜDRUK VIGASTAS OMA KÄTT JA NÜÜD SEE VERITSEB.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Mänguhoos vigastas tüdruk end terava esemega ning lõi kätte sisse.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Kontrollida iga paari kuu tagant mänguasjade seisukorda ning eemaldada katkised esemed.

Kindlasti vestelda lastega mänguasjade korrashoiust ning leppida kokku, mida nende esemetega teha.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi või leia lähim täiskasvanu.
2. Võta esmaabi karp.
3. Juhul kui tegemist on sügava haavaga, võta kaks sidemerulli, suru üks side peale ning teisega seo kinni. Kui sidemeid ei ole, suru haav mõne riidega kinni.
4. Kui tegemist on väikese kriimustusega, puhasta haav veega, kuivata ning pane plaaster peale.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



CREATIVITY

GO



# 10.KUKKUMINE PUU OTSAST

LAPS KUKKUS PUU OTSAS RONIDES.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Laps võis ronides tasakaalu kaotada.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Ronides peab olema ettevaatlik aga vahel lihtsalt õnnetused juhtuvad.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi või helista 112.
2. Vaata, ega verd ei jookse.
3. Keera tema pea ettevaatlikult otse ja võta oma põlvede vahele
4. Proovi kannatanuga vestelda kuniks abi saabub.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union







# 11. TUGEV LÖÖK VASTU PEAD

LAPS LEIDIS SUURE JÄÄKAMAKA JA SELLEGA VEHKIDES  
LÕI KOGEMATA SÕBRALE VASTU PEAD.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Laps vehkis mänguhoos  
suure jääkamakaga.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Jääkamakaid loopides või  
nendega mängides, tuleb  
veenduda teiste ohutuses.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi või helista 112.
2. Kontrolli hingamist.
3. Juhul kui peast tuleb verd,  
suru mõni riideese tugevasti  
haavale.
4. Jää kannatanuga  
kuni abi saabub.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union





# 12.MÜRGIŠTUS

LAPS ON TEADVUSETULT PIKALI MAAS.  
TEMA KÕRVAL ON KODUKEEMIA PUDELID.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Arvatavasti sai laps kätte pudeli, mille sisu ta ei teadnud ning mis võib olla mürgine.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Kui pudelil oleks olnud korralik silt peal ning lapse käe ulatusest kõrgemal, poleks õnnetust juhtunud. Samuti on hästi oluline lastele rääkida mürgistest ning tundmatutest vedelikest ning selgitada, et pudelitest, mille sisu me ei tea, ei jooda.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi ning helista 112.
2. Jää kannatanuga abi saabumiseni.





# 13. SÕRM SAI MULJUDA

POISIL JÄI SÕRM UKSE VAHELE.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Poiss võis seista uksele liiga lähedal ning keegi võis ukse kogemata kinni tõmmata. Samuti võis laps ka ise uksega mängida ning selle kogemata mänguhoos liiga suure hooga kinni lüüa. See võis olla ka lihtsalt õnnetu õnnetus.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Kui inimene, kes selle ukse sulges, oleks veendunud, et kellegi näppe ega kätt ukse vahel polnud poleks õnnetust juhtunud. Vahest lihtsalt õnnetused juhtuvad, me ei saa kõiki õnnetusi ära hoida.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi.
2. Ava uks ning kontrolli kannatanu sõrmi.
3. Vaatle, ega pole muid vigastusi, kui saad, pane vigastatud kohale külma peale.
4. Rahusta sõpra abi tulekuni.





# 14. SÕRME VIGASTAMINE MÄNGUNOAGA

TÜDRUK MÄNGIS NUKUNURGAS KOKKA NING VIGASTAS MÄNGU KÄIGUS OMA SÕRME.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Tüdruk surus liiga tugevasti plastiknuga, mille tõttu see murdus.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Kui tüdruk poleks nuga nii tugevasti surunud, poleks nuga pooleks läinud ega teda vigastanud.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi ja otsi läheduses asuvat täiskasvanut.
2. Suru haava peale mõni riideese, nt sõbra müts.
3. Räägi sõbraga, lohuta teda.
4. Jää sõbraga kuniks abi saabub.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union







# 15. SELJA VIGASTAMINE

POISS SAI TUGEVA LÖÖGI VASTU SELGA VOODI ALT VÄLJA RONIDES.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Poiss loopis oma kaisukat ja see kukkus voodi alla. Poiss läks kaisukale voodi alla järgi, ent välja tulles tõusis liiga vara püsti ning lõi oma selja vastu voodiserva.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Madalates kohtades ronides ole ettevaatlik, et sa ennast ära ei lööks.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi või otsi üles lähim täiskasvanu.
2. Aseta kannatanu pikali ja rahusta teda.
3. Proovi temaga rääkida.
4. Jää poisiga seniks, kuni abi saabub.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union





# 16. ÕNNETUS LIUMÄEL

TÜDRUK LASI LIUMÄELT ALLA JA LÕI OMA PEA ÄRA.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Tüdruk lasi liumäelt liiga suure kiirusega alla ning ei olnud piisavalt tähelepanelik.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Kui tüdruk poleks liumäel liialt kiirustanud ning pidanud kinni ühistest mänguväljaku reeglitest poleks õnnetust juhtunud.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi ja helista 112.
2. Ära liiguta kannatanut ning jää tema juurde kuni abi saabumiseni.



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union





# 17. TÕUKERATTAGA KUKKUMINE

POISS SÕITIS TÕUKERATTAGA NING KUKKUS.  
TA ON TEADVUSETU JA KÄE PEAL ON VERINE HAAV.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Võib olla sõitis poiss liiga suurel kiirusel või komistas millegi otsa, mistõttu kaotas tasakaalu ning kukkus. Tegemist võis olla ka lihtsalt õnnetu õnnetusega, sest vahel õnnetusi lihtsalt juhtub.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Ta oli väga tubli, et kandis kiivrit!  
See hoidis kukkudes ära peavigastuse. Ole sõites tähelepanelik ja ära sõida liiga kiiresti!

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi või helista 112.
2. Ettevaatlikult võta ära kiiver ja aseta midagi tema õlgade alla, et ta saaks paremini hingata.
3. Suru haava peale mõni riideese, (nt müts või sall).
4. Kui oled koos sõbraga, palu tal kannatanu jalad üles tõsta.
5. Jää kannatanuga kuniks abi saabub.





# 18.KARUSSELLIL KUKKUMINE

TÜDRUK KAOTAS KARRUSSELLIL TASAKAALU, KUKKUS JA LÕI PEA ÄRA.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Tüdruk tahtis minna pöörleva karusselli peale. Ronides kaotas ta tasakaalu, komistas ning lõi oma pea vastu istet. Tüdruk ei pidanud kinni ohutusreeglitest.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Kui tüdruk oleks oodanud karusselli peatumiseni ning siis roninud peale, ei oleks ta oma pead ära löönud. Sellepärast ongi väga oluline pidada kinni mänguväljaku reeglitest!

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi või helista 112.
2. Pööra ettevaatlikult kannatanu pea mööda maapinda otseks ning aseta midagi tema õlgade alla (nt king).
3. Jälgi, et tüdruku pea oleks kuklas.
4. Kui oled koos sõbraga, palu tal kannatanu jalad üles tõsta.
5. Jää vigastatud sõbraga kuni abi saabumiseni.







# 19. POOMILT KUKKUMINE

TÜDRUK RIPPUS PEA ALASPIDI MÄNGUVÄLJAKU POOMIL,  
KUKKUS NING VIGASTAS OMA PEAD.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Ta vigastas end, kuna ta ei kasutanud poomi otstarbepäraselt ning ei pidanud kinni ohutusreeglitest.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Kui tüdruk oleks kasutanud poomi nii nagu kokku lepitud, ei oleks ta enda pead vigastanud. Sellepärast on alati väga oluline järgida mänguplatsi reegleid.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi või helista 112.
2. Pööra ettevaatlikult kannatanu pea mööda maapinda otseks ning aseta see oma põlvede vahele.
3. Kui oled koos sõbraga, palu tal kannatanu jalad üles tõsta.
4. Jää temaga kuni abi saabub.





# 20.TOOLIGA KUKKUMINE

TÜDRUK KÕÕLUS TOOLIGA, KUKKUS TAHAPOOLE NING  
LÕI OMA PEA VASTU KAPI UST.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Ta vigastas oma pead, kuna ta ei istunud korralikult toolil.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Kui ta ei oleks kõõlunud, poleks ta ka tooliga tahapoole kukkunud ning oma pead vastu kapi ust ära löönud. Sellepärast ongi väga oluline laua taga istudes hoida kõik tooli jalad vastu maad ning mitte kõõluda.

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi või helista 112.
2. Aseta midagi kannatanu õlgade alla, lükka pea kuklasse. Nii on hingamisteed avatud.
3. Proovi kannatanuga rääkida.
4. Jää tüdrukuga seniks, kuni abi saabub.





# 21.KUKKUMINE TREPIL

TÜDRUK JOOKSIS TREPIL, KUKKUS JA LÕI OMA PEA ÄRA. TA ON TEADVUSETU.

1

## MIKS ÕNNETUS JUHTUS?

Tüdruk ei kuulnud oma õpetajat, kes palus teda mitu korda mitte trepil joosta.

2

## KUIDAS OLEKS SAANUD ÕNNETUST ENNETADA?

Tüdruk oleks pidanud kuulama oma õpetajat, kes palus tal olla rohkem hoolsam ning tähelepanelikum. Sellepärast ongi oluline pidada meeles-treppidel ei joosta!

3

## MIDA PEAB TEGEMA PEALE ÕNNETUSE JUHTUMIST?

1. Karju appi või helista 112.
2. Pööra ettevaatlikult kannatanu pea mööda maapinda otseks ning aeta see oma põlvede vahele .
3. Kui oled koos sõbraga, palu tal kannatanu jalad üles tõsta.
4. Ole kannatanud sõbraga seni kuniks abi tuleb.





# 22. KUIDAS HELISTADA 112?

HÄDAABINUMBER 112 TÖÖTAB SELLEKS, ET IGA INIMENE SAAKS OHU KORRAL ABI KUTSUDA. KIIRABI, PÄASTE JA POLITSEI KUTSUMISEKS KEHTIB EESTIS NUMBER 112.

1

## LÄHIM ABI

Kui juhtub õnnetus, proovi kiiresti leida lähim täiskasvanud inimene. Hüüa kõva häälega abi, keegi võib sind kuulda. Kui lähedal ei ole ühtegi täiskasvanut, helista 112. Pea meeles, et 112 on number, kuhu helistatakse vaid väga tõsistel põhjustel.

ÕPETA LAPSELE,  
KUIDAS SAAB  
HELISTADA KA  
LUKUSTATUD  
TELEFONIST.

2

## MIS JUHTUS?

Helistades ütle oma nimi.  
Räägi rahulikult, mis juhtus ja kellega juhtus.  
Kuula hoolega, mida sinult küsitakse. Proovi vastata kõigile küsimustele.

JÄÄ  
RAHULIKUKS!

3

## KUS JUHTUS?

Iga laps peaks teadma oma aadressi, kui kodus juhtub õnnetus.  
Kui õnnetus juhtub väljaspool kodu, proovi rahulikult seletada, kus sa oled.  
Ära pane telefoni ära enne, kui sulle selleks luba antakse.

MÖTLE VÄLJA NÄIDE  
JA PROOVI HELISTADA  
HÄIREKESKUSESSE.  
TEE SEDA SÕBRAGA  
KOOS. ALGUSES  
KUTSUB ÜKS KIIRABI  
JA TEINE VASTAB.  
VAHETAGE OSAD.







1

2

3

MIKS ÕNNETUS  
JUHTUS?

KUIDAS OLEKS  
SAANUD  
ÕNNETUST  
ENNETADA?

MIDA PEAB  
TEGEMA  
PEALE ÕNNETUSE  
JUHTUMIST?

# JUTUKETTAD



**Õnnetusjuhtumite  
situatsioonikaartide analüüs  
arendab laste loogilist  
mõtlemist ning õpetab  
mõistma põhjus-tagajärg  
vahelisi seoseid.  
Kasuta jutukettaid,  
et näitlikustada põhjus-  
tagajärg seoseid ning anda  
lastele võimalus segamatult  
rääkida.**

Esmaabi õppe käigus saab laps  
esmased teadmised ja  
käitumisjuhised,  
kuidas tegutseda  
õnnetusjuhtumi korral.



**SA ARCHIMEDES ERASMUS+  
PROGRAMMI RAHVUSVAHELINE  
KOOSTÖÖPROJEKT KA229  
"MA OLEN JULGE JA  
ABIVALMIS INIMENE"**



Co-funded by the  
Erasmus+ Programme  
of the European Union



METOODILINE ÕPPEKOHVER

# ESMAABI LASTELE

**SA  
SUUDAD  
PÄÄSTA  
ELU!**



# HEA SÕBER!

Abivajaja märkamiseks ja aitamiseks ei ole ükski laps liiga väike. Meie metoodiline esmabi õppekohver aitab sul saada algteadmisi ja oskusi, mida vajad kogu elu. Valmistume siis koos suureks imeks maailmas – sa suudad päästa elu!

Esmaabi õppimine ei ole päris sarnane matemaatika, emakeele või loodusõpetuse õppimisega.

See on midagi palju enamat. Õppides aitama, muutub laps ise ilusamaks, lahkemaks, südamlikumaks ja paremaks. Sinu silmad hakkavad paremini nägema kui kaaslasel on mure, näevad teiste valu ja see tähendab, et oled astunud pika sammu suure sihi poole – saada HEAKS INIMESEKS.

## SITUATSIOONIKAARDID

Situatsioonikaardid kujutavad seiku laste igapäevaelust. Kaartide abil saab julgustada lapsi rääkima erinevatest õnnetusjuhtumitest ja arutleda lahenduste üle.

Situatsioonikaartide alusel saab korraldada rollimänge ja lavastada ise erinevaid olukordi.

Peale rollimängude korraldamist rühmas toimub lastega arutelu, mida nad tundsid olles rollis ja kuidas on vaja käituda, et ennetada õnnetusi.



## METOODILISES ESMAABI ÕPPEKOHVRIS ON

1. KUUMA VEEGA PÕLETAMINE
2. TERAVA KIVIGA KÄE VIGASTAMINE
3. KÜLMAKAHJUSTUS
4. NINAVEREJOOKS
5. JALGRATTAGA KUKKUMINE
6. TURNIMISVAHENDILT KUKKUMINE
7. PEOPESA VIGASTAMINE MÄNGUHOOS
8. ELEKTRILÖÖK
9. KATKISE MÄNGUASJAGA KÄE VIGASTAMINE
10. KUKKUMINE PUU OTSAST
11. TUGEV LÖÖK VASTU PEAD
12. MÜRGISTUS
13. SÕRM SAI MULJUDA
14. SÕRME VIGASTAMINE MÄNGUNOAGA
15. SELJA VIGASTAMINE
16. ÕNNETUS LIUMÄEL
17. TÕUKERATTAGA KUKKUMINE
18. KARUSSELLIL KUKKUMINE
19. POOMILT KUKKUMINE
20. TOOLIGA KUKKUMINE
21. KUKKUMINE TREPIL
22. KUIDAS HELISTADA 112?