

Lesplan
Blended Learning
Basisopleiding
Bedrijfshulpverlener
Eerste Hulp

Inhoudsopgave

Voorwoord	3
Overzicht van benodigde materialen en opleidingsfaciliteiten	5
Basisopleiding BHV onderdeel Eerste Hulp	6
Onderwijsmethodiek	7
Toetsmethodiek	8
Rol instructeur/coach/examinator	9
Planningsoverzicht Eerste Hulp (indicatief)	11
Praktijkonderdeel Niet-spoedeisende Eerste Hulp (NEH)	12
Praktijkonderdeel Spoedeisende Eerste Hulp (SEH)	16
Bijlage 1 Aftekenlijst competenties Basisopleiding BHV	22

Voorwoord

Blended learning is een combinatie van een E-learning programma met een daaraan gekoppelde praktijkopleiding bij een bij het NIBHV aangesloten opleidingsinstituut.

Het E-learning programma is een webbased programma dat de cursist zelfstandig en onafhankelijk van plaats (thuis en/of op de werkplek) en tijd kan volgen. Op hoofdlijnen volgt de cursist de volgende procedure.

De cursist krijgt voorafgaand aan de praktijkopleiding/examendag een inlogcode van het NIBHV waarmee hij toegang krijgt tot het E-learning programma. Het E-learning deel wordt door de cursist gevolgd en omvat ongeveer in totaal 6 – 8 studie-uren. De cursist neemt daarin zelfstandig de theorie door en bestudeert de video's. Na elk onderdeel dient hij antwoord te geven op de vragen en krijgt hij onmiddellijk feedback. Bij een fout antwoord heeft de cursist de mogelijkheid om via een knop, opnieuw de informatie (theorie of video) door te nemen die betrekking heeft op de gestelde vraag. Voorafgaand aan de praktijkdag maakt de cursist de E-toets. Bij een voldoende resultaat van de E-toets dient hij het resultaat te printen en de print mee te nemen naar de praktijkdag. De toegang tot de E-toets wordt na de praktijkdag afgesloten. Bij een onvoldoende resultaat kan de cursist zich nogmaals op die onderwerpen richten, die niet goed begrepen zijn. Daarna kan hij de E-toets overdoen totdat hij een voldoende resultaat heeft behaald en kan hij het resultaat alsnog printen.

De opleider dient er voor te zorgen dat de resultaten van alle cursisten voor de start van de praktijkopleiding zijn doorgemailed/verstuurd naar de instructeur.

De praktijkopleiding 'Basisopleiding Bedrijfshulpverlener' bestaat uit twee dagdelen/ 8 uren, inclusief de competentietoetsen en het theorie-examen. De opleiding bestaat de volgende onderdelen:

- Eerste Hulp (EH) 2 dagdelen/4 uur:
 - a. Niet-spoedeisende Eerste Hulp (NEH)
 - b. Spoedeisende Eerste Hulp (SEH).
- Brandbestrijding en Ontruiming (BO) 2 dagdelen/4 uur:
 - a. Brandbestrijding van beginnende brand (B)
 - b. Ontruiming (O).

In het lesplan Eerste Hulp staan adviezen/tips voor de instructeurs vermeld. Alle onderwerpen zijn vermeld met de benodigde tijd voor het betreffende onderwerp. Uiteraard kan men de volgorde van onderwerpen wijzigen, afhankelijk van de cursusorganisatie.

Per instructeur kunnen maximaal vijftien cursisten worden ingepland. Het uitgangspunt is dat één instructeur/examinator maximaal vijftien cursisten de competentietoetsen kan afnemen.

Opmerkingen

- De materialen Blended Learning voor instructeur en cursisten (zie overzicht benodigde materialen) kunt u bestellen bij NIBHV via de webshop (www.nibhv.nl), per e-mail: bhv@nibhv.nl
- De opleider kan de cursisten voor E-learning alleen maar aanmelden via het portaal van het NIBHV. E-learning maakt onderdeel uit van de Blended Learning opleiding en is alleen aan te melden in combinatie met een NIBHV examen.

Overzicht van benodigde materialen en opleidingsfaciliteiten

Cursusonderwerp	Benodigde materialen	Benodigde ruimte
Eerste Hulp	<ul style="list-style-type: none"> • pc of laptop • beamer, audioboxen en scherm • USB 'Basisopleiding Bedrijfshulpverlener 2016' • cursusboeken voor cursisten 'Basisopleiding Bedrijfshulpverlener' • Certificeringsreglement 'Basisopleiding Bedrijfshulpverlener' • aftekenlijst competenties (zie bijlage lesplan) • competentielijst (zie bijlage Certificeringsreglement) • evaluatieformulieren • per groepje van 3 cursisten 1 x instructiekaarten Eerste Hulp (groot formaat) <p>Per drie kandidaten dienen voldoende materialen beschikbaar te zijn:</p> <p>Niet-spoedeisende Eerste Hulp</p> <ul style="list-style-type: none"> • deken • snelverband • steriel gaas • elastische zwachtels • vingerbobs • ideaal zwachtels • kleefpleister • schaar <p>Spoedeisende Eerste Hulp</p> <ul style="list-style-type: none"> • reanimatie-oefenpop en schoonmaakspullen • instructie-AED • snelverband en ideaal zwachtels 	<ul style="list-style-type: none"> • een rustige, goed geventileerde, goed verlichte en verwarmde ruimte voldoende tafels en stoelen

Basisopleiding BHV onderdeel Eerste Hulp

Doelgroep	Op grond van de Arbowet door de werkgever aangewezen werknemers met taken op het gebied van Eerste Hulp.
Maximaal aantal deelnemers	Vijftien cursisten.
Beginvereisten cursisten	De cursisten hebben het E-learning programma met goed resultaat bestudeerd.
Instructeur(s)/examinator(en)	<p>De instructeur/Examinator die het onderdeel Eerste Hulp examineert dient te beschikken over een van onderstaande aantekeningen/diploma's:</p> <ul style="list-style-type: none"> • het diploma BHV-instructeur afgegeven door NIBHV • het certificaat instructeur BHV Eerste Hulp afgegeven door het NIBHV • een diploma Instructeur Eerste Hulp van Het Oranje Kruis • het diploma instructeur BLS van de NRR • het diploma instructeur Geneeskundige Troepen • het SoSa diploma ambulanceverpleegkundige <p>en</p> <ul style="list-style-type: none"> • De Examinator voldoet per 1 januari 2018 aan de jaarlijkse nascholingsverplichting van NIBHV en certificeert jaarlijks minimaal drie basisopleidingen BHV of herhalingen BHV per jaar bij NIBHV. <p>De Examinator dient door NIBHV bevoegd te zijn verklaard voor het afnemen van een examen. De directeur van NIBHV kan met het oog op bijzondere omstandigheden (een voorlopige) ontheffing verlenen van één of meerdere van bovengenoemde eisen indien op een andere wijze wordt aangetoond dat betrokkene (op termijn) beschikt over de vereiste deskundigheid op het te examineren vakgebied.</p>
Opleidingsduur	Eerste Hulp: één dagdeel
Examen	Theorie-examen en praktijkexamen (zie het Certificeringsreglement).
Les- en leermiddelen	Inlogcode e-learning, Instructiekaarten Eerste Hulp en de USB Basisopleiding Bedrijfshulpverlener 2016 en als naslagwerk Cursusboek 'Basisopleiding Bedrijfshulpverlener' .

Onderwijsmethodiek: vierstappenmethode

Bij het aanleren van de competenties heeft NIBHV gekozen voor de vierstappenmethode, waarin de principes van Kolb's leerstijlen en het competentieleren zijn verwerkt voor het geven van instructie aan volwassenen. Voor meer informatie over Kolb's leerstijlen:

http://www.leren.nl/cursus/leren_en_studeren/didactiek/leerproces.html

De vier stappen zijn:

1. video van de competentie;
2. toelichten van de video;
3. het stellen van vragen;
4. uitvoeren van de competentie in groepsverband (met behulp van instructiekaarten).

De cursist volgt de eerste drie stappen individueel en zelfstandig met behulp van het E-learning programma. Daarbij bestudeert hij tevens de noodzakelijke theoretische kennis. Stap 4 vindt plaats tijdens de praktijkopleiding onder begeleiding van een instructeur(/examinator) en wordt uitgevoerd in kleine groepjes. Na stap 4 vindt er een evaluatie door het groepje plaats.

Door de competentie vanuit verschillende invalshoeken met behulp van theorie, foto's, video, vragen en instructiekaarten te belichten, kan de cursist de competentie opslaan in zijn geheugen en kan hij hiervan gebruik maken als hij zelf de competentie in de praktijkopleiding uitvoert.

Het E-learning deel van de opleiding dient altijd voorafgaande aan de praktijkopleiding/examendag gevolgd te zijn en met een voldoende resultaat te zijn afgesloten. Op de praktijkdag wordt er geen theorie meer behandeld en worden de competenties geoefend (stap 4).

In de praktijkopleiding volgt de cursist de vierde stap van het stappenplan en dat is het praktisch uitvoeren van de (deel)competenties. Hierbij wordt rekening gehouden met de leerstijlen en leercyclus van Kolb.

In de vierde fase voeren cursisten de (deel)competentie zelf uit in groepsverband. Zij oefenen zelfstandig in groepjes van drie cursisten met behulp van instructiekaarten waarop de competenties met foto's worden getoond en beschreven. De groep bepaalt zelf wie in welke groep terecht komt, alleen als het groepsproces niet loopt, zal de instructeur cursisten wisselen. Het is de bedoeling dat iedere cursist de competentie uitvoert en zich steeds verbetert door de hulp en feedback/toelichting van de andere cursisten in de groep. Iedere cursist speelt bij het uitvoeren van de competentie afwisselend een andere rol. De verschillende rollen in het leerproces zijn: BHV'er, begeleider en slachtoffer/observant. De bedoeling is dat er een veilige omgeving ontstaat waarin cursisten samen leren: Eén cursist (de BHV'er) probeert de competentie goed uit te voeren. De tweede cursist (de begeleider) begeleidt de uitvoering door het opnoemen van de praktische handelingen die op de instructiekaarten staan vermeld. De derde cursist (het slachtoffer/de observator) let goed op de uitvoering van de competentie en geeft (positieve) feedback na afloop. Met behulp van de instructiekaart kan worden nagegaan wat meteen goed ging bij de uitvoering en wat kan nog beter bij de volgende uitvoering. Tevens bestaat de mogelijkheid om de video van de

competentie te bekijken. De evaluatie door de groep zelf is een belangrijke afsluiting, omdat hierdoor de competentie voor een langere termijn onthouden wordt.

Eventueel bestaat de mogelijkheid om aan de hand van de samenvattende sheet de vaardigheid klassikaal te evalueren. Doe dit alleen als uit het werken in groepjes onvoldoende geleerd is.

Toetsmethodiek: het toetsen van competenties

Het onderdeel Eerste Hulp wordt getoetst met een theorie-examen en een praktijkexamen waarin cursisten moeten laten zien dat zij de vereiste competenties beheersen (zie het Certificeringsreglement). Tijdens het oefenen in groepjes worden de competenties door de instructeur/examinator beoordeeld en getoetst.

Er zijn vijf competenties voor het onderdeel Niet-spoedeisende Eerste Hulp

- A: Verplaatsen slachtoffer met Rautekgreep;
- B: Aanleggen snelverband (onderarm) of dekverband (vinger of hand);
- C: Aanleggen steunverband (enkel of pols);
- D: Ondersteunen bij gesloten botbreuken (been of arm);
- E: Afdekken en ondersteunen van een open botbreuk (onderbeen).

Er zijn negen competenties voor het onderdeel Spoedeisende Eerste Hulp:

- F: Herkennen bewustzijnsstoornis;
- G: Luchtweg openen en controle ademhaling; herkennen circulatiestilstand;
- H: Geven van borstcompressies en beademen;
- I: Reanimeren: F tot en met H → eindtoets;
- J: Gebruik van de Automatische Externe Defibrillator (BHV'er en bediener AED);
- K: Slachtoffer van buik naar rug draaien;
- L: Stabiele zijligging;
- M: Opheffen luchtwegafsluiting;
- N: Stelpen bloeding en aanleggen wonddrukverband.

Rol instructeur/coach/examinator

De instructeur zorgt voor een veilige leeromgeving en sluit in de begeleiding van de groepjes aan bij de verschillende leerstijlen van cursisten in de groep. De instructeur let er op dat het groepsproces in de vierde fase goed verloopt, dat cursisten meerdere malen door de leercyclus van Kolb gaan (denken, beslissen, doen, beschouwen).

Als instructeur stimuleert u cursisten zelfstandig te leren in de groepjes. Laat de groepsvorming, de volgorde en keuze van de rollen over aan het groepje zelf. U blijft daarom zoveel mogelijk (letterlijk en figuurlijk) op de achtergrond. U treedt op als coach: u houdt het groepsproces en het leerproces van het individu nauwlettend in de gaten. In sommige situaties dient u als coach bij te sturen. Hierbij een aantal voorbeelden

Pas de groepsamenstelling aan als u merkt dat de samenwerking niet goed lukt.

Coach de groepjes door sturende vragen te stellen. Neem als instructeur het leerproces niet over, maar stimuleer cursisten om zelf te discussiëren. Ga dus niet doceren.

Verwijs cursisten naar de instructiekaart en eventueel naar de video, indien ze er in het groepje zelf niet uitkomen.

Bij het toetsen van de competenties is de instructeur zowel instructeur/coach als examiner. Het instrueren en toetsen van de competenties lopen in elkaar over. Cursisten krijgen eerst een competentie aangeleerd met de vierstappenmethode: de instructeur treedt op als coach. Tijdens het inoefenen wordt de competentie getoetst: de instructeur/coach treedt op als examiner.

Gebruik voor het toetsen van de competentie de aftekenlijst als hulpmiddel om overzicht te houden (wie heeft wat gedaan?). NIBHV adviseert de opleider om de aftekenlijsten met de namen van cursisten, voorzien van een handtekening en een datum te archiveren. Als examiner zal hij na afloop de competentielijst (zie Certificeringsreglement) moeten invullen en moeten opsturen conform de procedure van het Certificeringsreglement.

Niet-spoedeisende Eerste Hulp: aanleren van een methodiek

Bij het aanleren en toetsen van competentie B, C en D kan een keuze worden gemaakt voor de plaats op het lichaam, bijvoorbeeld bij het aanleggen van een dekverband tussen een vinger of een hand. Probeer als instructeur wel zoveel mogelijk te variëren bij het oefenen van het aanleggen van verbanden, zodat cursisten van elkaar leren.

Spoedeisende Eerste Hulp: 'inslijpen'

Bij het aanleren en toetsen van de competenties van Spoedeisende Eerste Hulp gaat het naast het aanleren van de methodiek ook om het 'inslijpen' van de competentie F tot en met H. Het inslijpen is nodig, omdat de juiste uitvoering van de handelingen bij SEH essentieel is voor de overlevingskans van een slachtoffer. Het principe is dat onderdelen van de vorige competentie(s) steeds worden herhaald. Op deze wijze worden de competenties geautomatiseerd ('inslijpen').

Als een cursist fouten maakt of als er twijfel is of een cursist een competentie beheerst, kan hij die competentie nog meer oefenen en later in de cursus laten aftoetsen. Cursisten hebben dus meerdere kansen om te laten zien dat zij een competentie beheersen. Tijdens het aanleren van een nieuwe competentie kunnen delen uit een vorige competentie alsnog getoetst worden.

Een voorbeeld: bij de G toets lukt het een cursist niet om het controleren van de ademhaling op de juiste wijze uit te voeren. De examinerator kan competentie G op dat moment dan niet afvinken bij deze cursist. Vervolgens wordt er gestart met het oefenen van de competentie H. Na het oefenen vindt de H toets plaats. Tijdens het opbouwen van routines voor het automatiseren F en G laat dezelfde cursist zien dat hij inmiddels het controleren van de ademhaling wel onder de knie heeft. De examinerator kan competentie G dan alsnog afvinken. In het uiterste geval worden competenties pas in de eindtoets (competentietoets I) afgevinkt.

Planningsoverzicht Eerste Hulp (indicatief)

Niet-spoedeisende Eerste Hulp

Tijd	Inhoud
5	Introductie
5	Uitleg over de vierstappenmethode
15	Competentietoets A: Zorg voor veiligheid: Verplaatsen slachtoffer met Rautekgreep
10	Competentietoets B: Aanleggen snelverband (onderarm) of aanleggen dekverband (vinger of hand)
10	Competentietoets : Aanleggen steunverband (enkel of pols)
10	Competentietoets D: Ondersteunen bij gesloten botbreuken (been of arm)
10	Competentietoets E: Afdekken en ondersteunen van open botbreuken (onderbeen)
65 minuten = 1 uur en 5 minuten	Totale tijd NEH exclusief pauzes

Spoedeisende Eerste Hulp

Tijd	Inhoud
10 minuten	Competentietoets F: Herkennen bewustzijnsstoornis
10 minuten	Competentietoets G: Luchtweg openen en controle ademhaling, herkennen circulatiestilstand
10 minuten	Competentietoets H: Geven van borstcompressies en beademen
25 minuten	Competentietoets I: Reanimeren
20 minuten	Competentietoets J: gebruik AED (BHV'er en als bediener AED)
10 minuten	Competentietoets K: Slachtoffer van buik naar rug draaien
10 minuten	Competentietoets L: Stabiele zijligging
10 minuten	Competentietoets M: Opheffen luchtwegafsluiting
20 minuten	Competentietoets N: Stelpen bloeding en aanleggen wonddrukverband
5 minuten	Afsluiting en evaluatie
130 minuten = 2 uur en 10 minuten	Totale tijd SEH exclusief pauzes

Theorie-examen EH

45 minuten	Theorie-examen Eerste Hulp (Losse theorie-examens NEH en SEH zijn ieder 25 minuten)
240 minuten = 4 uur	Totale tijd EH (NEH + SEH), inclusief theorie-examen

Eindterm	'Niet-spoedeisende Eerste Hulp'
Beginsituatie	Cursisten hebben de e-learning van de 'Basisopleiding Bedrijfshulpverlener (Eerste Hulp)' voltooid.
Competenties	<p>De cursist:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kan de algemene hulpverleningsregels toepassen • is bekend met de regels voor het melden en alarmeren en met de communicatiemiddelen die in het bedrijf worden gebruikt • is bekend met de uitgangspunten voor de Eerste Hulp. <p>De cursist kan de aanpak die wordt beschreven voor het verlenen van Eerste Hulp bij:</p> <ul style="list-style-type: none"> • uitwendige wonden • oogletsels • verstuingen en kneuzingen • botbreuken, ontwrichtingen en wervelletfels • brandwonden • toepassen en/of uitvoeren.

Tijd	Inhoud	Werkvorm	Tips/suggesties
		<ul style="list-style-type: none"> • Lees van tevoren de tekst over onderwijsmethodiek en toetsmethodiek! 	
5 minuten	Introductie (dit onderdeel hoeft maar 1 maal behandeld te worden in de Basisopleiding BHV) <ul style="list-style-type: none"> • Controle resultaat E-learning. • Kennismaking met de groep. • Doelen en opbouw van de cursus. 	<ul style="list-style-type: none"> • Controleer voordat de praktijkdag begint of de cursisten de E-learning hebben behaald (toelatingcertificaten). • Klassikaal. 	
5 minuten	Uitleg over de vier stappenmethode.	<ul style="list-style-type: none"> • Leg de organisatie van de praktijkoefeningen op hoofdlijnen uit: het gebruik van instructiekaarten in combinatie met het zelfstandig oefenen in kleine groepjes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Sheets: BHV als eerstehulpverlener, verplaatsen van een slachtoffer (als voorbeeld).
15 minuten	Competentie A Verplaatsen van het slachtoffer met de Rautekgreep Competentietoets A	<ul style="list-style-type: none"> • Werk met groepjes van 3 cursisten. Cursisten zijn afwisselend BHV'er, begeleider en observator/slachtoffer. Als de groep groter is dan 3 zijn er meerdere observatoren. • Laat na iedere ronde het groepje zelf evalueren aan de hand van de instructiekaarten. Laat de observator de BHV'er tips en tops meegeven. Gun hen de tijd om te wennen en besteed aandacht aan het groepsproces. • Mocht er behoefte aan zijn, evalueer de competentie dan klassikaal. • Beoordeel cursisten tijdens het werken in de groepjes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Medecursist. • Instructiekaarten Eerste Hulp. • Aftekenlijst en Competentielijst.

Tijd	Inhoud	Werkvorm	Tips/suggesties
10 minuten	<p>Competentie B</p> <p>Aanleggen van een snelverband: onderarm</p> <p>Aanleggen dekverband: vinger of hand</p> <p>Competentietoets B</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Werk met groepjes van 3 cursisten. Cursisten zijn afwisselend BHV'er, begeleider en observator/slachtoffer. Als de groep groter is dan 3 zijn er meerdere observatoren. • Laat na iedere ronde het groepje zelf evalueren aan de hand van de instructiekaarten. Laat de observator de BHV'er tips en tops meegeven. • Gun hen de tijd om te wennen en besteed aandacht aan het groepsproces. • Laat elke cursist één van de onderdelen praktisch uitvoeren in stap 4 (onderarm, vinger of hand), zodat elke cursist minimaal éénmaal een snel- of dekverband heeft aangelegd. • Mocht er behoefte aan zijn, evalueer de vaardigheid dan klassikaal. • Beoordeel cursisten tijdens het werken in de groepjes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Materialen: snelverband, dekverbanden: steriel gaas, elastische zwachtels, vingerbobs, kleefpleister en schaar. • Instructiekaarten Eerste Hulp. • Aftekenlijst en Competentielijst. • Carroussel mogelijk met competentie steunverband (C) en wonddrukverband (N) (zie Spoedeisende Eerste Hulp)
10 minuten	<p>Competentie C</p> <p>Aanleggen van een steunverband: Enkel of pols</p> <p>Competentietoets C</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Werk met drietallen, cursisten zijn afwisselend BHV'er, slachtoffer en observator/slachtoffer. • Laat elke cursist minimaal één van de onderdelen praktisch uitvoeren in stap 4 (enkel of pols), zodat elke cursist minimaal éénmaal een drukverband heeft aangelegd. • Beoordeel cursisten tijdens het werken in de groepjes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Materialen: ideaal zwachtels, kleefpleister en schaar • Instructiekaarten Eerste Hulp. • Aftekenlijst en Competentielijst.
10 minuten	<p>Competentie D</p> <p>Ondersteunen bij gesloten botbreuken: been of arm</p> <p>Competentietoets D</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Werk met drietallen, cursisten zijn afwisselend BHV'er, slachtoffer en observator/slachtoffer. • Laat elke cursist minimaal één van de onderdelen praktisch uitvoeren in stap 4 (ondersteunen been en arm), zodat elke cursist minimaal éénmaal de aanpak bij een botbreuk heeft gedaan. • Beoordeel cursisten tijdens het werken in de groepjes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Materialen: deken, Eerste Hulp koffer, trui of ander kledingstuk. • Instructiekaarten Eerste Hulp. • Aftekenlijst en Competentielijst.

Tijd	Inhoud	Werkvorm	Tips/suggesties
10 minuten	<p>Competentie E Afdekken en ondersteunen van open botbreuken: Onderbeen</p> <p>Competentietoets E</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Werk met drietallen, cursisten zijn afwisselend BHV'er, slachtoffer en observator/slachtoffer. • Iedere cursist legt een snelverband of steriel gaas aan. • Beoordeel cursisten tijdens het werken in de groepjes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Materialen: deken, snelverband, steriel gaas, kleefpleister, schaar. • Instructiekaarten Eerste Hulp. • Aftekenlijst en Competentielijst.

Eindtermen	'Spoedeisende Eerste Hulp'
Beginsituatie	Cursisten hebben de e-learning van de 'Basisopleiding Bedrijfshulpverlener (Eerste Hulp)' voltooid.
Competenties	<p>De cursist:</p> <ul style="list-style-type: none"> • kan de algemene hulpverleningsregels toepassen • is bekend met de regels voor het melden en alarmeren en met de communicatiemiddelen die in het bedrijf worden gebruikt • is bekend met de uitgangspunten voor de Eerste Hulp. <p>De cursist kan:</p> <ul style="list-style-type: none"> • de basale reanimatie toepassen en de AED op juiste wijze gebruiken; • handelen bij situaties die het leven kunnen bedreigen, namelijk: <ul style="list-style-type: none"> • verslikking en verstikking • snel op de zij draaien • bloedingen • shock • angina pectoris • hartinfarct • beroerte • epileptische aanvallen • suikerziekte of diabetes mellitus • hersenletsel.

Tijd	Inhoud	Werkvorm	Tips/suggesties
10 minuten	Competentie F Herkennen van bewustzijnsstoornis: <ul style="list-style-type: none"> • Let op veiligheid • Controle bewustzijn • Alarmeren 1-1-2 Competentietoets F	<ul style="list-style-type: none"> • Uitleg over het benaderen van een slachtoffer. • Werk met groepjes van 3 cursisten. Cursisten zijn afwisselend BHV'er, begeleider en observator/slachtoffer. Als de groep groter is als 3 dan zijn er meerdere observatoren. • Laat elke cursist alle onderdelen praktisch uitvoeren. • Laat na iedere ronde het groepje zelf evalueren aan de hand van de instructiekaarten. Laat de observator de BHV'er tips en tops meegeven. • Gun hen de tijd om te wennen en besteed aandacht aan het groepsproces. • Mocht er behoefte aan zijn, evalueer de vaardigheid dan klassikaal. • Beoordeel cursisten tijdens het werken in de groepjes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Materialen: medecursist. • Instructiekaarten Eerste Hulp. • Aftekenlijst en Competentielijst.
10 minuten	Competentie G Luchtweg openen, ademhaling controleren, herkennen circulatiestilstand Competentietoets G	<ul style="list-style-type: none"> • Houd zoveel mogelijk dezelfde groepjes • Bij deze leersituatie wordt ervan uit gegaan dat het slachtoffer bij de ademhalingscontrole géén ademhaalt. • Let erop dat het groepje de uitvoering van de kinlift goed controleert bij elkaar: door het uitvoeren van de kinlift komt de tong vrij van de achterkant van de mond, op deze wijze komt de luchtweg vrij. • Beoordeel cursisten tijdens het werken in de groepjes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Materialen: reanimatie-oefenpop en schoonmaakspullen. • Instructiekaarten Eerste Hulp. • Aftekenlijst en Competentielijst.

Tijd	Inhoud	Werkvorm	Tips/suggesties
10 minuten	Competentie H Geven van borstcompressies en beademen Competentietoets H	<ul style="list-style-type: none"> • Pas de vierstappenmethode toe. • Houd zoveel mogelijk dezelfde groepjes. • Beoordeel cursisten tijdens het werken in de groepjes. 	<ul style="list-style-type: none"> • Materialen: reanimatie-oefenpop en schoonmaakspullen • Instructiekaarten Eerste Hulp. • Aftekenlijst en Competentielijst.
25 minuten	Competentie H: Reanimeren Eindtoets H: reanimeren	<ul style="list-style-type: none"> • Houd zoveel mogelijk dezelfde groepjes. Inslipen: <ul style="list-style-type: none"> • Laat eerst de 'borstcompressies' beoefenen, dan daarna de 'beademingen' beoefenen. • Hierna het geheel beoefenen: Herkenning bewustzijnsstoornis, luchtweg openen, controleren ademhaling, herkennen circulatiestilstand, geven van 30 x borstcompressies en 2 x beademen. • Als er tijd beschikbaar is, laat cursisten dan oefenen met het wisselen van het reanimeren als zij met twee BHV'ers reanimeren. Dit kan ook bij het gebruik van de AED. • Beoordeel cursisten tijdens het werken in de groepjes. • Voor competentietoets H worden een aantal competenties achter elkaar uitgevoerd, zodat cursisten hun vaardigheid in de competenties kunnen ontwikkelen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Materialen: reanimatiepop, schoonmaakspullen. • Instructiekaarten Eerste Hulp. • Aftekenlijst en Competentielijst.

Tijd	Inhoud	Werkvorm	Tips/suggesties
20 minuten	<p>Competentie J</p> <p>Gebruik AED met 2 BHV'ers Als BHV'er competentietoets:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Herkennen bewustzijnsstoornis 2. Laten alarmeren en AED laten halen 3. Herkennen circulatiestilstand 4. Starten met reanimatie 5. <i>Bij terugkomst de bediener de AED laten aansluiten.</i> 6. Opvolgen AED instructie. <p>Gebruik AED met 2 BHV'ers Als bediener competentietoets:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Herkennen bewustzijnsstoornis 2. Laten alarmeren en AED laten halen 3. Herkennen circulatiestilstand 4. Starten met reanimatie 5. <i>Als bediener de AED aansluiten.</i> 6. Opvolgen AED instructie. <p>Competentietoets J</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Houd zoveel mogelijk dezelfde groepjes. • Beoordeel cursisten tijdens het werken in de groepjes. • Dit is de laatste kans om kandidaten voor competenties reanimatie af te toetsen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Materialen: reanimatiepop, instructie-AED, schoonmaakmiddelen. • Gebruik verschillende AED-scenario's. • Instructiekaarten Eerste Hulp. • Aftekenlijst en Competentielijst.

Tijd	Inhoud	Werkvorm	Tips/suggesties
10 minuten	Competentie K Slachtoffer van buik naar rug draaien Competentietoets K	<ul style="list-style-type: none"> Houd zoveel mogelijk dezelfde groepjes. Beoordeel cursisten tijdens het werken in de groepjes. 	<ul style="list-style-type: none"> Medecursist Instructiekaarten Eerste Hulp. Aftekenlijst en Competentielijst.
10 minuten	Competentie L Stabiele zijligging Competentietoets L	<ul style="list-style-type: none"> Vraag aan cursisten in welke situatie de handelingen uitgevoerd dienen te worden? Houd zoveel mogelijk dezelfde groepjes. Beoordeel cursisten tijdens het werken in de groepjes. 	<ul style="list-style-type: none"> Medecursist Instructiekaarten Eerste Hulp. Aftekenlijst en Competentielijst.
10 minuten	Competentie M 1. Opheffen van een luchtwegblokkade 2. Aanspreken slachtoffer. 3. Slachtoffer beoordelen. 4. Roep om hulp/alarmeren. 5. Vijf slagen op rug. 6. Heimlichmanoeuvre. Competentietoets M	<ul style="list-style-type: none"> Houd zoveel mogelijk dezelfde groepjes. Let er op dat er niet hard mag worden geslagen op de rug en dat de Heimlichmanoeuvre slechts met lichte druk uitgevoerd mag worden. Beoordeel cursisten tijdens het werken in de groepjes. 	<ul style="list-style-type: none"> Medecursist Instructiekaarten Eerste Hulp. Aftekenlijst en Competentielijst.
20 minuten	Competentie N Stelpen bloeding Aanleggen wonddrukverband Competentietoets N	<ul style="list-style-type: none"> Houd zoveel mogelijk dezelfde groepjes. Beoordeel cursisten tijdens het werken in de groepjes. 	<ul style="list-style-type: none"> Medecursist Materialen: steriel gaas, snelverband, elastische zwachtels, kleefpleister en schaar. Instructiekaarten Eerste Hulp. Aftekenlijst en Competentielijst.

Tijd	Inhoud	Werkvorm	Tips/suggesties
5 minuten	Afsluiting en evaluatie		<ul style="list-style-type: none"> • Evaluatieformulier
45 minuten	Theorie-examen Eerste Hulp	Individueel theorie-examen.	<ul style="list-style-type: none"> • Theorie-examen en antwoordbladen.

Bijlage 1 Aftekenlijst lesplan Basisopleiding BHV

NEH:	A	Verplaatsen slachtoffer met Rautekgreep
	B	Aanleggen snelverband onderarm of aanleggen dekverband (vinger of hand)
	C	Aanleggen steunverband (enkel of pols)
	D	Ondersteunen bij gesloten botbreuken (been of arm)
	E	Afdekken en ondersteunen van open botbreuken (onderbeen)

SEH:	F	Herkennen bewustzijnsstoornis
	G	Luchtweg openen, controle ademhaling
	H	Geven van borstcompressies en beademen, herkennen circulatiestilstand
	I	Reanimeren
	J	Gebruik van de Automatische Externe Defibrillator (BHV'er en bediener AED)
	K	Slachtoffer van buik naar rug
	L	Stabiele zijligging
	M	Opheffen luchtwegafsluiting
	N	Stelpen bloeding en aanleggen wonddrukverband

B:	O	Controleren en openen van een deur bij een vermoeden van brand
	P	Bestrijden van een beginnende brand: vaste stoffenbrand
	Q	Bestrijden van een beginnende brand: vloeistofbrand of gasbrand of vet/oliebrand

O:	R	Optreden bij een ontruiming
-----------	----------	-----------------------------

BS:	S	Bedrijfsspecifieke competentie Alleen van toepassing bij een herhaling (optioneel)
------------	----------	---

Naam kandidaat	NEH					SEH							B			O	BS		
	A	B	C	D	E	F	G	H	I	J	K	L	M	N	O	P	Q	R	S
1																			
2																			
3																			
4																			
5																			
6																			
7																			
8																			
9																			
10																			
11																			
12																			
13																			
14																			
15																			
NIBHV adviseert de instructeurs/opleider de aftekenlijst te archiveren	Datum				Handtekening Instructeur EH							Handtekening Instructeur BO							