

# Stundenverlaufsplanung

für die Erste Hilfe Kurse gem. DGUV Grundsatz 304-001 und AV1 der DLRG  
(Vers. 01/2026)

# DLRG

Landesverband Nordrhein e.V.  
Referat II - EH/SAN

## Lehrgang

|                           |      |  |
|---------------------------|------|--|
| Gliederung / Nr.          |      |  |
| Lehrgangsdatum            |      |  |
| Lehrgangsnummer<br>(DGUV) |      |  |
| Beginn                    | Ende |  |

### HINWEIS!

Die Lehrgangs- & Pausenzeiten sind zwingend einzuhalten!

Es sind Pausenzeiten von (in Summe) min. 45 Minuten zu einzuplanen!

| Von | Bis | Min. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-----|-----|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |     |      | <b><u>Modulgruppe I</u></b><br><i>Eröffnung und Begrüßung, Lernziele, Eigenschutz, Absichern bei Stromunfällen, Verhalten und Absichern bei Verkehrsunfällen, Retten aus akuter Gefahr, Retten aus dem PKW, Feststellen von Lebenszeichen, Feststellen des Bewusstseins (Bewusstlosigkeit), Atemkontrolle, Optional – Bewusstsein, Seitenlage, Notruf, Helmabnahme, Seelische (psychische) Betreuung, Wärmeerhalt</i> |

**Pause (Minuten)**

| Von | Bis | Min. |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|-----|-----|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |     |      | <b><u>Modulgruppe II</u></b><br><i>Atemnot, Asthma bronchiale, Schwellung der Atemwege, Verschlucken, Entfernen eines Fremdkörpers, Krampfanfälle, Schlaganfall, Sonnenstich, Hitzschlag, Akute Erkrankung des Herzens, Unterkühlung, Erfrierungen, Vergiftung, Knochenbrüche, Knochenbrüche durch Lagerung und/oder Umpolsterung ruhigstellen, Gelenkverletzungen, Kühlkomresse</i> |

**Pause (Minuten)**

| Von | Bis | Min |                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-----|-----|-----|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |     |     | <b><u>Modulgruppe III</u></b><br><i>Kreislaufstillstand, Herzdruckmassage, Technik der Herzdruckmassage, Atemspende, Beatmungshilfe, Automatisierter Externer Defibrillator, HLW mit AED (Gesamtablauf), HLW mit AED (Üben des Gesamtablaufs)</i> |

**Pause (Minuten)**

| Von | Bis | Min |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-----|-----|-----|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|     |     |     | <b><u>Modulgruppe IV</u></b><br><i>Bedrohliche Blutungen, Blutung an Arm oder Bein, Aufpressen einer Wundauflage, Druckverband, Druckverband mit Verbandpäckchen, Blutung am Kopf oder am Rumpf, Blutung bei Amputation, Sicherstellen eines Amputats, Verletzungen des Bauches und der Bauchorgane, Bauchdeckenentlastung durch Lagerung, Verätzungen, Verbrennungen, Schock (Volumenmangel), Schocklage, Wunden, Verbände, Wundschnellverband (Pflaster), Verbandpäckchen, Verbandtuch, Fremdkörper in Wunden, Blutung aus der Nase, Zahnunfall, Organspende, Lehrgangsabschluss</i> |