



VET-READY

WP3 A2 Efni fyrir nemendapróf

Fjölvalspróf til að meta þekkingu og hæfni

EINING 5: VIÐBÚNAÐUR OG VIÐBRÖGÐ VIÐ VATNSTENGDU
NEYÐARÁSTANDI

ÞJÁLFUNARLOTA 30: Færni til sjálfsbjargar þegar einstaklingur er einn
í vatnstengdum hamförum

Verkefnisnúmer: 2024-1-ES01-KA220-VET-000257287



Co-funded by
the European Union

Þetta verkefni er styrkt af Evrópusambandinu. Þær skoðanir og þau viðhorf sem koma hér fram eru þó eingöngu á ábyrgð höfunda og endurspeгла ekki endilega sjónarmið Evrópusambandsins eða Servicio Español para la Internacionalización de la Educación (SEPIE). Hvorki Evrópusambandið né styrkveitendur bera ábyrgð á innihaldi verkefnisins.

Spurning	Svarmöguleikar (merkið rétt svar með x)	
1. Hver af eftirfarandi aðgerðum er öruggust ef þú sérð flóðvatn hækka hratt nálægt?	a. Standa á brú og horfa á vatnið	
	b. Fylgja ánni niður eftir til að flýja	
	c. Fara strax á hærra svæði	x
	d. Ganga í gegnum grunnt rennandi vatn	
2. Hversu djúpt þarf hratt rennandi vatn að vera til að fella fullorðinn einstakling um koll?	a. 5 cm	
	b. 15–30 cm	x
	c. 60 cm	
	d. 1 metri	
3. Ef þú ert að synda þegar þrumuveður skellur á, hvað ættir þú að gera?	a. Vera áfram í vatninu og fljóta rólega	
	b. Synda hratt að landi og leggjast niður á jörðina	
	c. Komast strax í land og fara frá vatninu	x
	d. Halda í málmbát til öryggis	
4. Hver er öruggasta líkamsstaðan ef elding slær niður nálægt og ekkert skjól er í boði?	a. Liggjandi flatur/flöt á jörðinni	
	b. Standa upprétt/ur til að sjá storminn	
	c. Sitja í lágri hnébeygju með handleggina utan um hnén	x
	d. Sitja á blautum sandi	
5. Hvaða aðgerð er best ef þú verður svimuð/svimaður og máttfarin/n vegna mikils hita nálægt vatni?	a. Leggjast niður á heita jörð til að hvíla sig	
	b. Drekkja mikið magn af vatni hratt	
	c. Setjast í skugga, kæla höfuð og bringu með rökum klútum og drekka vatn í litlum sopum	x
	d. Halda áfram að veiða svo maður gleymi sér	



6. Ef þú sérð olíukennda regnbogalitaða bletti á vatni og dauða fiska fljóta, hvað ættir þú að gera?	a. Halda áfram að veiða en forðast að snerta vatnið	
	b. Fara strax upp í hæð og á móti vindi	x
	c. Safna sýnum til að prófa síðar	
	d. Þvo hendur í vatninu áður en þú ferð	
7. Þegar brot á stíflu á sér stað, hvaða ákvörðun er HÆTTULEGUST?	a. Skilja búnað eftir og fara á herra svæði	
	b. Fljóta á bakinu með fætuna á undan	
	c. Hlaupa niður með flóðvatninu	x
	d. Færa sig til hliðar frá ánni	
8. Hver eru öruggustu viðbrögðin ef raflínur falla í flóðvatn?	a. Ganga hratt meðfram árbakkanum	
	b. Snerta girðingar nálægt til að athuga straum	
	c. Færa sig í stuttum skrefum, hæll við tá, að minnsta kosti 10 metra frá vatninu	x
	d. Synda strax í land	
9. Hvað ættir þú að gera ef þú verður stungin/n af marglyttu þegar þú ert ein/n?	a. Skola með sjó og fjarlægja arma varlega	x
	b. Nudda svæðið með sandi til að fjarlægja arma	
	c. Skola með ferskvatni	
	d. Hella áfengi eða þvagi á stunguna	
10. Hvernig geturðu komið í veg fyrir húðsýkingar í röku umhverfi þegar þú þarft að bjarga þér sjálf/ur?	a. Halda fótum og húð eins þurrri og mögulegt er	x
	b. Ganga berfætt/ur í drullu til að „herða“ húðina	
	c. Vera í blautum fótum þar til þau þorna að sjálfu sér	
	d. Klóra sýkt svæði til að losa gröft	





VET-READY

Yourwebsitename.eu

Fylgið okkur



Co-funded by
the European Union