

Российская Федерация
Костромская область
Буйский муниципальный район
МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ТАЛИЦКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА
БУЙСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА КОСТРОМСКОЙ ОБЛАСТИ

157014 Костромская обл., Буйский р-н п. Талица, ул. Пушкина, д. 35

☎ (495 35) 32 8 16

**Внеклассное мероприятие,
посвященное неделе здоровья,
в начальных классах**

**Практическое занятие
«Правила выживания»**

Подготовила и провела
учитель начальных классов
Ванюшкина Елена Борисовна

п. Талица

Правила выживания.

Оказание первой помощи при травмах и несчастных случаях.

Общие советы и рекомендации.

Цели занятия:

Образовательная:

- Познакомить через беседу с общими рекомендациями по оказанию первой помощи при травмах и несчастных случаях.
- Обеспечить усвоение основных правил оказания первой помощи пострадавшим.

Развивающая: Развитие аналитического мышления и самостоятельной деятельности обучающихся.

Воспитательная: Воспитать бережное отношение к жизни человека, сострадание и соучастие.

Межпредметные связи: ОБЖ, окружающий мир.

Обеспечение урока: презентация, аптечка (бинты, перекись водорода, йод, зелёнка, лейкопластырь, аммиак, жгут).

Литература: В.А .Крутецкая. Правила здоровья и оказание первой помощи. Издательский дом « Литература» Санкт - Петербург,2008г.

Ход занятия.

1.Постановка темы беседы

-Рассмотрите **слайд №1**, что случилось, что произошло?

+ ...

-Представьте вы стали случайным очевидцем происшествия, какие ваши действия?

+ ...

- Предположите, на какую тему будет наша беседа?

+...

Сегодня мы поговорим об оказании первой помощи при травмах и несчастных случаях, об общих советах и рекомендациях. **Слайд №2.** Цель нашего занятия - познакомимся с основными видами травм и научимся оказывать первую помощь при травмах. Несмотря на то, что вы еще недостаточно взрослые, вы должны быть соучастными к чужой беде. **Слайд №3.**

Когда с нами случается беда, очень часто мы зависим от того, кто в этот момент находится с нами рядом. Постарайся запомнить, как необходимо поступить в различных ситуациях, когда может потребоваться твоя помощь. И совсем не исключено, что эти знания когда-нибудь помогут тебе спасти чью-то жизнь.

Если произошёл несчастный случай с тобой или с тем, кто находится с тобой рядом, конечно же, самое лучшее, что ты можешь сделать, - вызвать скорую медицинскую помощь или позвать кого-нибудь из взрослых. Но если случилось так, что поблизости из взрослых никого нет, тогда тебе придётся оказать первую помощь самостоятельно. Помни - главное: **все твои действия должны быть обдуманными, быстрыми и спокойными.** **Слайд № 4**

2. Работа над темой занятия.

Сначала запомним несколько общих рекомендаций:

- первым делом обязательно сообщите кому-либо из взрослых о несчастном случае;
- если нужно - кричи, громко зови на помощь;
- как можно скорее вызови скорую медицинскую помощь сам или попроси об этом кого-нибудь;
- если в результате несчастного случая человек потерял сознание - не пытайся перемещать его: это может ухудшить его состояние.

Пострадавшему лучше всего лежать на спине так, чтобы ноги были немного выше, чем туловище. Его голова должна оставаться слегка запрокинутой;

- чтобы помочь пострадавшему легче дышать, расстегни его воротник, развяжи галстук, ослабь туго затянутый пояс.

Первая помощь при ушибах. Слайд № 5

- Ушиб – это повреждение мягких тканей, которое сопровождается разрывом мелких капилляров, припухлостью и кровоподтеком. Первое, что нужно сделать – приложить к месту ушиба лед, снег, металлический предмет или смоченный в холодной воде кусочек ткани. Это остановит внутреннее кровотечение. Если это рука или нога рекомендуется немного приподнять их, если речь идет об ушибе головы, грудной клетки или области живота, перемещать пострадавшего нельзя. Необходимо опасаться внутреннего кровотечения, признаками которого являются бледность, головная боль, потеря сознания. Пострадавшего в таких случаях следует немедленно доставить в больницу.

Первая помощь при колотых ранах. Слайд № 6

- **Колотые раны** обычно не вызывают обильного кровотечения. Часто создается впечатление, что рана закрылась практически мгновенно. Однако это не означает, что лечения не требуется.
- **Колотые раны** (например, когда человек наступил на торчащий гвоздь или укололся булавкой) могут представлять опасность в связи с риском занесения инфекции. На остром предмете могут находиться споры столбняка или другие бактерии (особенно если он выпачкан в земле). Колотые раны от укусов животных, включая домашних собак и кошек, могут быть связаны с повышенным риском инфицирования. Риск инфекции также повышен, когда колотая рана расположена на стопе.
- Если **укус** достаточно глубок и имеет место упорное кровотечение, обратитесь за медицинской помощью. В остальных случаях примите следующие меры:
 - Остановите кровотечение.
 - Очистите рану. Тщательно промойте ее чистой водой.
 - Нанесите антибактериальный крем или мазь.
 - Наложите повязку.
 - Регулярно меняйте повязку.
- Обращайте внимание на признаки инфицирования раны. Если рана долго не заживает или вы замечаете покраснение, выделения, повышение температуры кожи или припухлость в области раны, обратитесь к врачу.

Первая помощь при носовом кровотечении. Слайд № 7

- положить больного таким образом, чтоб голова находилась гораздо выше туловища;
- голову необходимо наклонить вперед, чтобы избежать попадания крови в рот и носоглотку;
- ни в коем случае нельзя сморкаться;
- на переносицу положить лед (первая помощь при носовом кровотечении);
- если кровотечение открылось из передних отделов носа – зажмите нос на 5-7 минут;
- если после этого кровотечение не остановилась, то вложите в носовые проходы тампоны из ваты и прижмите при помощи пальцев к носовой перегородке на полчаса. Тампон должен иметь длину 2,5-3 см и толщину 1,5 см. Для детей 0,5 см.
- будет эффективнее, если тампоны намочить перекисью водорода.

Оказание первой медицинской помощи при обморожениях. Слайд № 8

- Обморожения могут вызвать как поражение и покраснение кожи, так и отмирание конечностей. Чтобы избежать серьезных последствий, нужно вовремя оказать пострадавшему помощь. Для этого необходимо обработать пораженный участок спиртосодержащим раствором и слегка растереть его мягкой шерстяной тканью, пока не появится чувствительность. После этого смазать место обморожения несоленым животным жиром или увлажняющим кремом. При появлении пузырей необходимо вызвать врача.

Первая помощь при переломах. Слайд № 9, 10

- Обездвижить конечность
- Дать обезболивающее средство
- Вызвать врача

Оказание первой медицинской помощи при порезах. Слайд № 11

- Порезы нужно обработать йодом или слабым раствором марганцовки, желательнее перевязать стерильным бинтом. Если рана сопровождается обильным кровотечением, необходимо наложить давящую повязку. Однако, при этом нужно убедиться, что внутри раны не осталось каких-нибудь инородных предметов. Для того, чтобы наложить давящую повязку, необходимо сначала прижать к ране стерильный тампон (при его отсутствии сложенную в несколько слоев и проглаженную марлю), и туго забинтовать его. Следует помнить, что любую давящую повязку следует оставлять не более чем на 1-1,5 часов, чтобы не произошло омертвление тканей. Если кровотечение артериальное, т.е. кровь бьет из раны под давлением, необходимо срочно вызвать скорую помощь, а до ее приезда попытаться хотя бы уменьшить кровотечение. Если повреждена конечность, необходимо наложить жгут выше раны, предварительно обернув кожу тканью.

Первая помощь при повреждениях глаз. Слайд № 12

- Основные ошибки: чего делать категорически **НЕЛЬЗЯ**
- **НЕЛЬЗЯ** тереть и давить на травмированный глаз
- **НЕЛЬЗЯ** трогать и пытаться удалять инородное тело, торчащее из глаза
- **НЕЛЬЗЯ** промывать глаз, если есть вероятность проникающего ранения. Исключение: при одновременном попадании в глаз химических растворов
- **НЕЛЬЗЯ** пытаться нейтрализовать действие одного вещества другим (например, при ожоге раствором кислоты промывать раствором щелочи)
- **НЕЛЬЗЯ** в качестве повязки использовать вату (при проникающих ранениях ее маленькие ворсинки могут попасть внутрь глаза). Исключение: раны век с активным кровотечением
- Что **НУЖНО** делать?
- Прежде, чем выполнять любую из указанных ниже манипуляций, **ПОМОЙТЕ РУКИ**
- Успокойте пострадавшего

Как можно скорее доставьте пострадавшего в специализированный травмпункт.

Оказание первой медицинской помощи при ожогах. Слайд 13

- Ожоги требуют неотложной помощи. Если в месте ожога наблюдается только покраснение кожи, следует обработать место ожога спиртосодержащим раствором и приложить компресс из ткани, смоченной в этом же растворе. Более сильные ожоги сопровождаются появлением на коже пузырей с прозрачной жидкостью внутри. Ни в коем случае нельзя протыкать их! Следует покрыть обожженный участок стерильной марлей или бинтом и немедленно обратиться к врачу.

Оказание первой медицинской помощи при ударе электрическим током Слайд № 14

- При поражении электрическим током необходимо сразу оттащить человека от источника тока с помощью деревянной палки или веревки. Вызвать врача и провести процедуры, как при обмороках.

Оказание первой медицинской помощи при отравлении. Слайд № 15

- При отравлениях необходимо сразу же напоить больного большим количеством воды и вызвать у него рвоту. После этого дать больному стакан воды с растворенными в ней 10 таблетками активированного угля. При отравлении химическими веществами рвоту вызывать нельзя. Иногда больной испытывает сонливость, но спать ему нельзя давать ни в коем случае, при появлении судорог нужно согреть человека.

Оказание первой медицинской помощи при обмороке. Слайд 16

- Обморок – это состояние, когда человек резко бледнеет, его сердечная деятельность резко ослабевает и больной теряет сознание. Самое главное, что нужно сделать – это обеспечить приток свежего воздуха, открыв окно или вынести пострадавшего на воздух. Затем нужно освободить грудную клетку от всех сдавливающих предметов, уложить больного так, чтобы голова была ниже туловища. Желательно приподнять ноги, чтобы усилить приток крови к голове. Чтобы привести пострадавшего в сознание, нужно поднести ему к носу ватку, смоченную нашатырным спиртом. Не стоит класть ему на голову холодные компрессы, за исключением обмороков вследствие солнечного или теплового удара.

Ваши действия:

- На уроке физкультуры, когда учитель разговаривал с Машей, Слава подошел к брускам и решил показать друзьям, чему он научился в спортивной секции. Он выполнял сложный элемент, как вдруг кто-то из ребят подбежал к нему и схватил его за ногу. Слава упал. Сломал руку.
- Петя бежал в класс. Слава, идя ему навстречу, подставил подножку, Петя упал. На урок он не попал. У него оказался сильный ушиб колена, ушиб локтя.
- На пляже Маша находилась без головного убора. Неожиданно Маша побледнела и потеряла сознание
- Работая в розарии, Алёна наколола руку о шип. Выступило небольшое количество крови.

Дорогие ребята!

Почаще спрашивайте себя: хотите жить долго и счастливо? Или вам больше по душе нервные потрясения и лечение в больнице? Если нет, то нужно немного потрудиться, чтобы изменить свой взгляд на окружающий мир, свои привычки и поведение, научиться самим уберечь себя от несчастья.