**Классный час.**

**Оказание первой помощи при травмах и несчастных случаях. Общие советы и рекомендации**.

***Цели занятия:***

**Образовательная:**

* Познакомить через беседу с общими рекомендациями пооказанию 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

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

**Ход занятия.**

1.Постановка темы беседы. ( Слайд 2-3)

-Рассмотрите слайд ,что случилось, что произошло?

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

- Предположите, на какую тему будет наша беседа?

*Слайд 4*

 Сегодня мы поговорим об оказании первой помощи при травмах и несчастных случаях, об общих советах и рекомендациях. Цель нашего занятия - познакомимся с основными видами травм и научимся оказывать первую помощь при травмах. Несмотря на то, что вы еще не достаточно взрослые, вы должны быть соучастными к чужой беде.
 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. Гlомни - главное: **все твои действия должны быть обдуманными, быстрыми и спокойными.** Слайд 5-6

2.Работа над темой занятия.

Слайд 7

**Сначала запомни несколько общих рекомендаций:**• первым делом обязательно сообщи 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.

Слайд 8

**Порезы и ссадины .**
• Промой ранку чистой проточной водой с мылом. Удали загрязнения с помощью ваты, салфетки или туалетной бу­маги.

• Неглубокие порезы и ссадины обработай раствором йода, спирта или перекисью водорода. Обязательно нало­жи на место пореза бактерицидный пластырь.
• Даже неглубокие ранки могут сильно кровоточить. Не пугайся, даже если тебе кажется, что крови очень много. Из большинства порезов кровь идёт несколько минут. Кро­вотечение легко остановить, сильно прижав к ране чистый носовой платок. Надавливай на ранку несколько минут, не отпуская.
• Если рана большая и глубокая, нужно закрыть её чис­той повязкой, носовым платком или полотенцем и обратить­ся к врачу - может быть, понадобится накладывать швы.
• Не забывай, что если даже в самую маленькую ранку попадёт грязь, может начаться серьёзное воспаление.
Слайд 9

**Ушибы .** При падениях или ударах можно получить различные ушибы. При лёгких ушибах происходит подкожное крово­излияние и на коже появляются синяки. Обыкновенный синяк (синего или даже чёрного цвета) проходит за несколько недель. Сначала он постепенно желтеет, а потом исчеза­ет совсем. При сильном ушибе на коже появляется взду­тие - гематома.
• Если ушиб лёгкий, то облегчить боль и предотвратить образование синяка можно, наложив ватный тампон, смо­ченный в растворе перекиси водорода.
• Если после ушиба гематома увеличивается, сильно при­жми ладонь к месту ушиба и продолжай надавливать на ушибленное место 10-15 минут.
• Приложи лёд или холодный компресс к месту ушиба ­- это поможет остановить подкожное кровотечение. Лёд мож­но держать не более 15 минут, чтобы не вызвать переохлаж­дение кожи.
• Если гематома не прошла через несколько дней после ушиба и до неё больно дотрагиваться, необходимо обра­титься к врачу.
• При ушибах конечностей (рук или ног) необходимо сразу уменьшить приток крови к ним, подняв руку или ногу вверх.
Слайд 10

**Ожоги.**

 Ожоги могут появиться на отдельных участках кожи пос­ле длительного пребывания на солнце. Ожоги можно по­лучить при неосторожном обращении с огнём, С различны­ми химическими веществами, с электрическими прибора­ми. Можно обвариться кипящей жидкостью или паром. Даже
самые незначительные ожоги очень болезненны, вызыва­ют покраснение и отёк кожи.
• Место ожога необходимо охладить под струёй воды.
• С несильными ожогами - ожогами первой степени ­ не обязательно обращаться к врачу. Чтобы обожжённая кожа не слишком пересохла, её нужно смазать специальной ма­зью или растительным маслом. Возникшие на месте ожога пузыри нельзя трогать. Если их необходимо вскрыть, то
лучше обратиться к врачу - в пузырь, вскрытый неправиль­но, может попасть инфекция.
• Ожоги второй степени затрагивают не только кожу, но и подкожные ткани. Получившего такой ожог необходимо госпитализировать. До приезда врача пострадавшего нуж­но поместить в холодную ванну на 10-15 минут. Затем обо­жжённый участок, ничем не смазывая, накрыть чистой сал­феткой, носовым платком, марлей или полотенцем.
• Ожоги третьей степени - очень тяжёлые. Первая по­мощь должна быть такой же, как и при ожоге первой степе­ни. Сначала надо подставить обожжённое место под холод­ную проточную воду. Если к этому месту прилипла одежда, не пытайся снять её самостоятельно. Человеку, получив­шему такой ожог, необходимо много пить, чтобы у него не было шока. И ни в коем случае не смазывай место ожо­га никакими мазями! Ожоги третьей степени опасны для жизни - пострадавшего необходимо как можно скорее до­ ставить в больницу .
• При ожогах глаз необходимо широко открыть их и про­мывать под струёй холодной проточной воды в течение не­ скольких минут. Затем нужно немедленно обратиться к врачу.

Слайд 11

**Поражение электрическим током .**
• Не дотрагивайся до человека, поражённого электриче­ским током до тех пор, пока он находится в контакте с элек­тричеством. Если ты прикоснёшься к нему, то и сам полу­чишь удар током.
• Если несчастье случилось в помещении, немедленно выключи электричество.
• Если электрический провод всё ещё соприкасается с телом пострадавшего, возьми сухую палку или деревянную рукоятку швабры и её концом отбрось от него провод.
• Вызови врача скорой медицинской помощи - пораже­ние электрическим током может иметь очень тяжёлые по­следствия.
Слайд 12

**Если КТО-ТО тонет.**

Увидев тонущего человека, громко позови на помощь.
• Самостоятельно оказывать помощь тонущему челове­ку можно только в том случае, если ты умеешь хорошо пла­вать и обучен технике спасания. Помни, что утопающий цепко хватается за всё, что находится рядом с ним, и мо­жет утащить тебя под воду.
• При спасении утопающего подплывать к нему следует сзади. Ilравильнее всего хватать его за волосы или подмышки. Переверни утопающего вверх лицом и плыви к бе­регу, не давая ему схватить себя.
• После того как утопающий вытащен на берег, необхо­димо. прежде всего удалить попавшую в его дыхательные пути воду, освободить полость рта от водорослей и не до­пустить переохлаждения. Сними с пострадавшего мокрую одежду, укрой его одеялом, полотенцем или сухой одеж­дой. Разотри его конечности сухими руками.
• Вызови врача скорой помощи.
Слайд 13

**Попадание ИНОРОДНЫХ тел в глаза, УШИ ИЛИ НОС.**
Инородные тела - это всё, что не принадлежит твоему телу. В глаза, уши и нос могут попасть частички пыли, оскол­ки стекла и другие мелкие предметы.
• Если инородное тело попало в глаз, нельзя тереть глаза пальцами или пытаться вынуть его кончиком носового плат­ка - можно повредить нежную оболочку глазного яблока.
Нельзя использовать вату и острые предметы.
• Попытайся, оттянув веко, промыть глаз под струёй чи­стой воды.
• Если инородное тело попало в глаз и его не удаётся вынуть самостоятельно более двух часов, необходимо об­ратиться к врачу-травматологу. Нельзя оставлять инород­ное тело в глазу на ночь - может возникнуть сильное вос­паление, которое потом придётся долго лечить.
• При попадании в глаза химического вещества постра­давший может ощущать жжение в глазах, слезотечение, боль, отёчность век и даже ослабление зрения. Если в глаза попало химическое вещество, их надо промывать большим количеством чистой воды 30 минут. Для этого пострадавшему необходимо наклониться над сосудом с водой и промывать глаза, открывая и закрывая их .
• Иногда инородные тела попадают в нос. Маленькие дети часто засовывают в ноздри - неизвестно зачем ­ мелкие предметы, или же случайно в нос залетит какая­ – нибудь мошка. Нельзя извлекать инородное тело при по­ мощи каких-либо предметов - можно протолкнуть его ещё глубже. Самый простой способ удалить инородное тело из ноздри - заставить человека сильно чихнуть (напри­мер, пощекотать внутри другой ноздри травинкой или по­нюхать молотый перец).

Слайд 14

**Кровотечение из носа .**
Кровотечение из носа, вызванное ударом, ушибом или пе­регревом, обычно прекращается уже через несколько минут. **Помни, что человек, у которого идёт из носа кровь, должен находиться в положении сидя.**

 Если кровотечение не прекращается, выполни такие не­ сложные действия:
• ноздрю, из которой идёт кровь, плотно заткни ватным тампоном. Если под рукой не окажется ваты, используй для этого бумажную салфетку или кусок туалетной бумаги;
• после того как ватный тампон введён в ноздрю, плот­но зажми нос пальцами и держи в таком положении не менее 10 минут!
• на переносицу желательно положить кусочек льда или мокрый носовой платок ;
• чтобы кровь не затекала в гортань, голову нужно слег­ка наклонить вперёд;

• после остановки кровотечения ватный тампон следует оставить в носу ещё на несколько часов;
• если кровотечение не удаётся остановить, обратись в травматологический пункт или вызови врача скорой помощи.
Слайд 15

**Укусы насекомых** .
Чаще всего людей кусают комары, клещи, осы и пчёлы. В момент укуса жалящих насекомых (ос или пчёл) возникает жгучая боль, а вскоре на месте укуса появляется отёк. Такие укусы очень опасны для людей, склонных к аллергии. Но если тебя покусали обыкновенные комары, Паниковать
не стоит. И хотя места комариных укусов сильно чешутся и даже болят, в большинстве случаев такие укусы не опасны. Что же делать, если тебя покусали насекомые?
• Не расчёсывай место укуса. При расчёсывании в ранку может попасть инфекция.
• Если тебя ужалила оса или пчела, нужно обязательно извлечь оставшийся кончик жала.
• Если аллергия на укусы насекомых, необходимо срочно вызвать скорую помощь или в течение получаса доставить пострадавшего в больницу.
• При укусе клеща необходимо как можно скорее промыть место укуса водой с мылом и капнуть сверху скипидаром. От этого клещ либо погибнет, либо выползет наружу. Мож­но смазать место укуса вазелином или растительным мас­лом.
**Обязательно обратись к врачу, если тебя укусил клещ!**

Слайд 16

**Укусы животных** .
 Любое животное, с которым общается человек, может его укусить. Такое поведение животного может быть вызвано разными причинами: может быть, животное чем-то напуга­но, рассержено или его не вовремя потревожили. Вряд ли кому-нибудь придёт в голову дразнить крупных хищников, но даже укус маленькой белочки может быть опасным ­, у этих зверьков бывает бешенство, да и просто через укус они могут занести инфекцию в кровь. По этой причине обя­зательно сообщай взрослым, если какое-либо животное. Все любят собак, поэтому дети и взрослые бывают уку­шенными чаще всего именно этими животными. И не всегда кусаются бездомные и злобные собаки.
**Обычно детей кусают вполне дружелюбные домашние !**

**Запомни!**
• Нельзя игнорировать даже самые незначительные укусы!­
• Не стремись к немедленной остановке кровотечения, так как кровотечение способствует выведению слюны животного!­
• В течение 10-15 минут промывай ранку проточной во­дой!
• Несколько раз обработай большой участок кожи вокруг места укуса дезинфицирующим раствором (спиртовой ра­створ йода, спирт, раствор марганцовки).
• Забинтуй обработанную ранку стерильным бинтом.
• Обязательно сообщи о происшествии родителям или взрослым.
• Собаку, которая тебя укусила, желательно найти и убе­диться, что она не больна бешенством. **Бешенство** - опас­ное заболевание, которым может заразиться человек.
• Ты обязательно должен показаться врачу - даже в том случае, если укусившая тебя собака совершенно здорова.
Слайд 17

**Обморожение.**

Меры, которые следует принимать при обморожении:
• пострадавшего необходимо доставить в тёплое - но не жарко натопленное - помещение;
• согревать пострадавшего надо постепенно. Ему необ­ходимо есть тёплую пищу и пить тёплые напитки - это по­может повысить общую температуру его тела;
• обмороженные части тела нельзя массировать или рас­тирать снегом, так как при этом усиливается охлаждение, а льдинки ранят кожу, что способствует занесению инфекции;
• нельзя помещать обмороженные участки тела ни под горячую, ни под холодную воду;
• если кожа на обмороженном участке тела потрескалась, нужно наложить на неё чистую повязку;
• если обмороженные участки тела сильно болят, мож­но принять болеутоляющие таблетки;
• если самочувствие пострадавшего не улучшается, сле­дует вызвать врача.

Слайд 18

**Тепловой удар.**
 Наш организм защищает себя от жары - происходит силь­ное потоотделение. Вот почему в жаркую погоду мы всегда потеем. Но когда человек долго находится на солнце, интенсивное потоотделение выводит из его организма слишком много соли и жидкости, а это приводит к перегреву и повышению температуры тела. Сильный перегрев на солнце на­зывается тепловым ударом. Больше всего тепловым ударам подвержены дети и люди пожилого возраста.
 Вот как можно помочь человеку, получившему тепловой удар - пострадавшего необходимо перенести в прохладное место или в помещение;
• чтобы снизить температуру тела, пострадавшего жела­тельно поместить в ванну с прохладной водой, а затем за­ вернуть в холодную влажную простыню. Также можно охла­дить его мокрыми полотенцами. Прежде всего, необходи­мо охлаждать голову и область сердца;
• пострадавшего следует уложить в постель, дать ему много прохладного питья или какую-либо солёную еду - ведь с сильными потовыми выделениями из его организма вы­ шло много соли. Можно выпить полстакана подсоленной воды (одна чайная ложка на литр воды);
• если получивший тепловой удар потерял сознание, необходимо вызвать скорую медицинскую помощь.

3.Рефлексия (разбор ситуаций по выбору учителя)

-Какие бывают травмы?

- Какие основные правила запомнили?

Нарисуйте листовку – памятку на тему «**Оказание первой помощи при травмах и несчастных случаях»**