Оказание первой помощи  при травмах и несчастных случаях.

Общие советы и рекомендации.

**УУД:**

**Личностные:** правильно отражать свое отношение к различным сторонам окружающего мира.

**Регулятивные:** воспитывать умение правильно организовать свою учебно-познавательную деятельность.

**Коммуникативные:** воспитание способности осуществлять продуктивное общение в совместной деятельности, проявляя толерантность в общении, соблюдая правила вербального и невербального поведения с учётом конкретной ситуации. Развивать умение выступать перед аудиторией своих сверстников. Формировать у детей позицию признания ценности здорового образа жизни.

**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.

Ход занятия.

1.Постановка темы беседы.

- 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»