

ПОУРОЧНЫЕ РАЗРАБОТКИ 5 КЛАСС

Тема 1. ЧЕЛОВЕК, СРЕДА ЕГО ОБИТАНИЯ, БЕЗОПАСНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА

Урок 1. Город как среда обитания человека

Цель урока. Обобщить представления учащихся о городе как месте проживания человека. Обратить их внимание на положительные и отрицательные стороны для жизнедеятельности человека в современном городе, на возможные опасные ситуации, с которыми человек может встретиться в городе, на причины их возникновения и на необходимость соблюдения правил безопасного поведения в повседневной жизни.

Изучаемые вопросы

1. Основные признаки современного города.
2. Привлекательность города для жизнедеятельности человека.
3. Наиболее характерные опасные ситуации для современного города.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Дать определение понятия «город».

Отметить, что исторический процесс повышения роли городов в развитии человеческого общества шел непрерывно. Для примера привести статистику, как менялось количество жителей городов по отношению ко всему населению Земли: в начале XIX в. в городах мира проживало 3% населения Земли, в начале XX в. — 13,6%, в конце XX в. — 41,1%.

Городское население Российской Федерации в настоящее время составляет около 74%, и проживает оно более чем в 1030 городах. Современные города в зависимости от количества жителей делятся на:

- малые — до 50 тыс. жителей;
- средние — 50—100 тыс. жителей;
- большие — 100—250 тыс. жителей;
- крупные — 250—500 тыс. жителей;
- крупнейшие — 500 тыс. — 1 млн жителей;
- города-миллионеры — свыше 1 млн жителей.

К началу XXI в. в мире насчитывалось около 220 городов-миллионеров, в их числе Москва — свыше 10 млн человек и Санкт-Петербург — более 4,5 млн человек.

2. Разъяснить учащимся, что в городах для удобства человека к жилым домам подводится вода, газ, электричество. В городах существует целая сеть торговых организаций, обеспечивающих население продуктами питания и всеми необходимыми товарами.

Городской транспорт служит для передвижения людей в необходимые для них районы города. Создана система учебных заведений. Население обслуживают медицинские учреждения. Действует система культурных, научных и спортивных учреждений. Созданы службы для обеспечения безопасности населения.

Все это должно работать слаженно, так как все учреждения и службы взаимозависимы. Жителю города необходимо уметь пользоваться всеми благами, но при этом соблюдать правила безопасного поведения.

3. Познакомить учащихся с наиболее характерными опасными ситуациями, которые могут возникнуть в современном городе. Это ситуации, связанные:

- с нарушением правил дорожного движения;
- с нарушением правил пожарной безопасности;
- с нарушением мер общественной безопасности и общественного порядка;
- с нарушением правил пользования различными бытовыми приборами, газом и электричеством;
- с различными природными явлениями (дождь, гроза, сильный снегопад, гололед и др.).

Вывод: город создает благоприятные условия для жизни и жизнедеятельности человека, но многофункциональные системы жизнеобеспечения несут в себе определенную

опасность (в них могут происходить отказы в работе и аварии) для городского жителя и требуют от него особого поведения, обеспечивающего его безопасность.

Контрольные вопросы

1. Назовите основные признаки города.
2. Как подразделяются города в зависимости от количества жителей?
3. Какие наиболее характерные опасные ситуации могут возникнуть в современном городе?

Домашнее задание

1. Изучите § 1.1 учебника.
2. Начните вести дневник безопасности, где будете записывать наиболее характерные ситуации, в которые вы попали, и оценивать свое поведение.

Урок 2. Жилище человека и особенности его жизнеобеспечения

Цель урока. Систематизировать знания учащихся по особенностям жизнеобеспечения современного дома (квартиры) в городе, обратив их внимание на водопровод, газ, электричество и канализацию.

Напомнить бытовые приборы, используемые в повседневной жизни, заострить внимание учащихся на необходимости соблюдения правил эксплуатации систем жизнеобеспечения и бытовых приборов для обеспечения личной безопасности и безопасности окружающих.

Изучаемые вопросы

1. Основные системы жизнеобеспечения городского дома (квартиры) и их предназначение.
2. Основные бытовые приборы, используемые горожанином в повседневной жизни.
3. Необходимость соблюдения правил эксплуатации систем жизнеобеспечения дома (квартиры) и бытовых приборов для гарантии личной безопасности и безопасности окружающих.

Рекомендации по изложению учебного материала

Данный урок целесообразно провести в форме беседы.

1. Дать обоснование темы урока, указав, что в настоящее время квартира горожанина уже в среднем городе в основном обеспечивается холодной и горячей водой, бытовым газом, имеет канализацию и электрифицирована.

Обратить внимание учащихся, что появление в жилище все новых различных приборов потребует от человека другого отношения к своему дому и иных обязанностей в области обеспечения безопасности.. Чтобы обезопасить себя и свое жилище при использовании оборудования и приборов в повседневной жизни, человек должен хорошо знать и соблюдать правила их эксплуатации, так как несоблюдение их может привести к беде.

2. Поставить перед учащимися следующие вопросы:
 - 1) Какое оборудование и бытовые приборы имеются в вашем доме (квартире)?
 - 2) Какие правила соблюдаются в вашем доме (квартире) при пользовании различными электрическими, газовыми и другими приборами?
 - 3) Какие случаи поломки бытовых приборов были в вашей жизни и как вели себя взрослые в этих ситуациях?
3. Нарушение правил электробезопасности, правил хранения и использования горючих легковоспламеняющихся веществ, правил эксплуатации водопровода и канализации может привести к опасным ситуациям и трагическим последствиям.

Домашнее задание

1. Изучите § 1.2 учебника.
2. Опишите в дневнике безопасности случай поломки бытового прибора в вашем доме (квартире) и поведение взрослых при этом.

Урок 3. Особенности природных условий в городе

Цель урока. Сформировать целостное представление учащихся о природных

условиях в городе проживания, уточнить факторы, влияющие на особенности природных условий в вашем городе; отметить факторы, положительно влияющие на микроклимат города, и факторы, отрицательно влияющие на экологическую обстановку в городе. Обсудить правила безопасности поведения в повседневной жизни с учетом экологической обстановки в городе.

Изучаемые вопросы

1. Основные факторы, определяющие формирование микроклимата города вашего проживания.
2. Влияние промышленных объектов, расположенных в черте города, на окружающую природную среду.
3. Меры по обеспечению личной безопасности, которые необходимо соблюдать в повседневной жизни в реальной экологической обстановке в городе.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Обратить внимание учащихся на два основных фактора, влияющие на формирование микроклимата вашего города:
 - 1) географическое расположение города и климат местности, в котором он находится, наличие реки, водоемов и зеленых насаждений;
 - 2) основное предназначение города, его «профессия» и хозяйственная деятельность человека.
2. Кратко познакомить учащихся с наличием промышленных объектов в вашем городе и их влиянием на состояние экологической обстановки в городе, обратить их внимание на то, как погодные условия (ветер, его направление, туман, осадки) влияют на изменение экологической обстановки, подчеркнуть, когда она становится хуже, а когда улучшается.
3. Провести беседу, заслушав ответы учащихся на ряд вопросов.
 - 1) Для чего надо учитывать все факторы, определяющие микроклимат города в повседневной жизни?
 - 2) Какие меры предосторожности необходимо соблюдать, если ваш дом находится рядом с промышленной зоной?
 - 3) Какие места в городе подходят для занятий физической культурой и прогулок, а какие нет?
 - 4) В каких водоемах в вашем городе можно купаться в летнее время?

Вывод: для того чтобы обеспечить свою безопасность и снизить отрицательное влияние различных факторов на здоровье, необходимо знать факторы, влияющие на состояние микроклимата города, и учитывать их в повседневной жизни, а главное, помнить, что зеленые насаждения в городе очищают воздух и помогают дышать свежим воздухом. Поэтому берегите зеленые насаждения, не ломайте деревья и кустарники, не топчите и не загрязняйте газоны.

Контрольные вопросы

1. Какие факторы определяют природные условия в вашем городе?
2. Какие районы в вашем городе имеют неблагоприятную экологическую обстановку?
3. Какие меры безопасности следует соблюдать в повседневной жизни, чтобы снизить отрицательное влияние различных факторов на ваше здоровье?

Домашнее задание

1. Изучите § 1.3 учебника.
2. Запишите в дневник безопасности меры безопасности, которые вы намерены соблюдать с учетом состояния окружающей среды в вашем городе.

Урок 4. Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность

Цель урока. Познакомить учащихся с особенностями социальной среды города, показать ее зависимость от «профессии» города. Обратить внимание на необходимость соблюдать определенные правила взаимоотношений с окружающими людьми, вырабатывать

умение жить с ними в согласии и обеспечивать личную безопасность.

Изучаемые вопросы

1. Существующие типы городов и социальная среда.
2. Взаимоотношения с окружающими людьми в городе.
3. Правила безопасного общения с незнакомыми людьми в городе.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Познакомить учащихся с основными типами городов и особенностями социальной среды в них.

Остановиться более подробно на характеристике вашего города, на особенностях его предназначения и социальной среды.

2. Обратить внимание учащихся на то, что взаимоотношения людей в городе имеют свою специфику. В городе большинство людей незнакомы друг с другом. Но для приобретения жизненного опыта и обеспечения собственной безопасности большое значение имеет правильное выстраивание своих взаимоотношений с окружающими людьми. Отметить, что наиболее важными являются взаимоотношения с родителями и учителями. Искреннее и доверительное общение с ними способствует приобретению жизненного опыта.

Обратить внимание учащихся на значение общения со сверстниками, показать необходимость согласовывать свои желания и интересы с желаниями других, свои дела с общими целями. Учиться находить приемлемый компромисс.

3. Обратить внимание учащихся на то, что современный город многолюден и в повседневной жизни им постоянно приходится встречаться с незнакомыми людьми, общение с которыми требует продуманного отношения по обеспечению личной безопасности.

Конечно, среди незнакомых людей есть достойные, справедливые и добрые люди, которые всегда могут прийти на помощь в сложной ситуации. Но есть и злоумышленники, встреча с которыми опасна.

Обсудить с учащимися правила общения с незнакомыми людьми, чтобы избежать встречи со злоумышленниками.

- 1) Не вступать в разговор с незнакомыми людьми на улице.
- 2) При попытке чужого человека познакомиться никогда не следует называть свое имя, не давать свой адрес, не рассказывать про своих родителей.
- 3) Избегать общения с людьми, находящимися в состоянии алкогольного опьянения.
- 4) Не садиться в машину к незнакомому человеку.

В заключение урока отметить то, что дети должны знать места, где в любое время им придут на помощь: отделение милиции, пожарная часть, любой магазин и другие места, где работают люди.

Контрольные вопросы

1. Где расположены в вашем городе (районе) отделение милиции, посты ГИБДД, пожарная часть, скорая помощь?
2. Какие места в вашем городе наиболее опасные в криминогенном отношении?
3. Какие пути в школу, в гости к другу (подруге), для прогулок являются наиболее безопасными?

Домашнее задание

1. Изучите § 1.4 учебника.
2. Запишите в дневник безопасности меры безопасного поведения в вашем городе.

Урок 5. Основы безопасности жизнедеятельности человека

Цель урока. Дать учащимся общие понятия опасных и чрезвычайных ситуаций, с которыми они могут встретиться в повседневной жизни, обратив внимание ребят на основные причины их возникновения. Сформировать убеждение в необходимости быть готовыми к безопасному поведению в различных жизненных ситуациях для снижения фактора риска для жизни и здоровья. Дать учащимся номера телефонов основных служб города, которые обеспечивают защиту населения, и правила вызова их.

Изучаемые вопросы

1. Опасные и Чрезвычайные ситуации и их классификация по месту возникновения.
2. Общие правила обеспечения безопасности жизнедеятельности.
3. Основные службы города, которые созданы для защиты населения, и правила их вызова.

Рекомендации по изложению учебного материала,

1. Обратить внимание учащихся на то, что в процессе жизнедеятельности человека всегда существуют различные опасности (опасность дорожно-транспортного происшествия, возникновения пожара, криминальная опасность и др.).

При стечении определенных обстоятельств любая опасность может стать причиной возникновения опасной или чрезвычайной ситуации.

Дать определения опасной и чрезвычайной ситуаций и обратить внимание на существенное различие опасной ситуации от чрезвычайной.

Чрезвычайная ситуация отличается от опасной прежде всего тяжестью последствий.

Подчеркнуть, что в большинстве случаев опасные ситуации создает сам человек, нарушая общепринятые нормы и правила поведения («человеческий фактор»).

Объяснить учащимся, что наиболее часто встречающиеся опасные и чрезвычайные ситуации в зависимости от опасных явлений и событий, послуживших причиной их возникновения, подразделяются на три группы:

- природные;
- техногенные;
- социальные.

2. Обратить внимание учащихся на то, что личная безопасность человека в повседневной жизни во многом зависит от него самого, от его умений соблюдать общепринятые правила безопасного поведения и верно реагировать на различные опасные и чрезвычайные ситуации, которые могут возникнуть в повседневной жизни.

Далее подчеркнуть, что для снижения нежелательных последствий опасной или чрезвычайной ситуации необходимо уметь предвидеть опасную ситуацию, по возможности стараться избежать ее, если уж попали в опасную ситуацию, вести себя соответствующим образом.

Познакомить учащихся с основными правилами обеспечения личной безопасности в повседневной жизни:

- постоянно рассматривать различные ситуации, с которыми можно встретиться в повседневной жизни, продумывая свое поведение в них;
- постоянно совершенствовать свои физические качества, занимаясь физической культурой и спортом, закаливанием организма;
- постоянно воспитывать в себе волевые качества, которые помогут сохранить спокойствие в сложной обстановке и найти оптимальный выход из нее.

3. Сообщить, что для защиты человека от последствий опасных и чрезвычайных ситуаций в нашей стране созданы и действуют специальные службы, номера телефонов которых и правила их вызова надо знать.

Основные службы и номера их телефонов

- Спасатели и пожарные 01
- Милиция 02
- Скорая помощь 03
- Аварийная служба газа 04
- Служба спасения ?

Для вызова этих служб по телефону необходимо:

- набрать номер службы;
- коротко сообщить диспетчеру причину вызова службы;
- сообщить свой точный адрес (улица, номер дома и квартиры, этаж, подъезд, код);
- назвать свою фамилию и номер телефона, с которого передается вызов;
- записать фамилию дежурного, принявшего ваш вызов.

Контрольные вопросы

1. Что такое опасная и чрезвычайная ситуации, в чем их различие?
2. На какие группы подразделяются опасные и чрезвычайные ситуации?
3. Чему необходимо учиться, чтобы обеспечить личную безопасность?

Домашнее задание

1. Изучите § 1.5 учебника.
2. Запишите в дневник безопасности номера телефонов служб, которые обеспечивают безопасность жителей вашего города.

Диспут по теме

После изучения темы целесообразно провести диспут на тему: «Опасна жизнь в городе для человека или привлекательна?»

Тема 2. ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА

Урок 6. Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения

Цель урока. Закрепить знания учащихся о мерах обеспечения безопасности дорожного движения. Напомнить о назначении дороги, об обязанности участников дорожного движения соблюдать правила дорожного движения. Обратит внимание учащихся на основные методы регулирования дорожного движения в целях обеспечения безопасности. Обсудить назначение светофоров и значение сигналов, подаваемых регулировщиком.

Познакомить с дорожной разметкой и основными группами дорожных знаков и их назначением. Сформировать убеждение в необходимости знать и соблюдать правила дорожного движения.

Изучаемые вопросы

1. Дорога, ее назначение, участники дорожного движения, методы регулирования дорожного движения.
2. Светофоры и регулировщик, значение сигналов, подаваемых светофорами и регулировщиком.
3. Дорожная разметка и дорожные знаки.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Напомнить учащимся понятия «дорога», «участники дорожного движения», «правила дорожного движения».

В настоящее время в Российской Федерации действуют Правила дорожного движения, введенные в действие с 1 июня 1994 г., с изменениями и дополнениями, внесенными в 1998, 2000 и 2006 гг.

В соответствии с Правилами в нашей стране принято правостороннее движение, т. е. транспорт при движении придерживается правой стороны проезжей части дороги.

Объяснить учащимся, что для обеспечения безопасности на улицах и дорогах осуществляется регулирование дорожного движения — управление потоком движения транспорта и пешеходов. Дорожное движение регулируют дорожная разметка, дорожные знаки, светофоры и регулировщики.

2. Раскрыть значение сигналов светофоров и регулировщика. Для регулирования очередности пропуска участников дорожного движения через определенный участок дороги применяют светофоры, имеющие сигналы зеленого, желтого и красного цветов. Для регулирования дорожного движения применяются две группы светофоров: транспортные и пешеходные.

Движение может регулировать регулировщик. Он подает сигналы руками, положением корпуса, при помощи жезла.

Обратите внимание!

Если на перекрестке, где работает светофор, вы видите регулировщика, то необходимо подчиняться именно его сигналам.

3. Коротко познакомить учащихся с дорожной разметкой и основными группами дорожных знаков.

Дорожные знаки, так же как и разметка, служат для регулирования дорожного движения, для передачи его участникам необходимой информации о различных дорожных ситуациях.

Насчитывается более 200 знаков. Для того чтобы облегчить их распознавание, они разделены на 8 групп:

- | | |
|---------------------|--|
| 1) Предупреждающие. | 5) Особых предписаний. |
| 2) Приоритета. | 6) Информационные. |
| 3) Запрещающие. | 7) Сервиса. |
| 4) Предписывающие. | 8) Дополнительной информации (таблички). |

К каждой группе относятся знаки, передающие информацию одинакового значения.

Контрольные вопросы

1. Что такое дорога и какое у нее назначение?
2. Кто является участником дорожного движения?
3. При помощи каких методов осуществляется регулирование дорожного движения и для чего оно служит?
4. Как следует руководствоваться сигналами светофоров регулировщика при движении по дороге?
5. Какие существуют группы дорожных знаков?

Домашнее задание

1. Изучите § 2.1 учебника. Ознакомьтесь с дорожными знаками в Приложении 1 учебника.
2. Запишите в дневник безопасности дорожные знаки, которые регулируют движение пешеходов на дороге.

Урок 7. Пешеход. Безопасность пешехода

Цель урока. Познакомить учащихся с обязанностями пешехода при движении по дорогам.

Рассмотреть правила личной безопасности пешехода в ряде ситуаций, которые могут возникнуть при движении по дороге.

Изучаемые вопросы

1. Пешеход.
2. Общие обязанности пешехода.
3. Обеспечение личной безопасности пешехода в некоторых ситуациях, которые могут возникнуть при движении по дороге.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Познакомить учащихся с понятием «пешеход», которое записано в Правилах дорожного движения.

Обратить их внимание, что к пешеходам приравниваются лица, передвигающиеся в инвалидных колясках без двигателей, ведущие велосипед, мопед, мотоцикл, везущие санки, тележку, детскую или инвалидную коляску.

2. Коротко остановиться на общих обязанностях пешехода, которые определены в Правилах дорожного движения.

3. Вопросы для беседы:

- 1) На что следует обратить внимание при выходе из подъезда дома?
- 2) Что необходимо сделать, если у дома стоит автомобиль или растут деревья, закрывающие обзор, прежде чем выйти на проезжую часть дороги?
- 3) Почему при движении по тротуару необходимо придерживаться правой стороны?
- 4) На что необходимо обратить внимание, проходя по тротуару мимо ворот или выезда из гаража?
- 5) Для чего необходимо осмотреть проезжую часть дороги, готовясь перейти через дорогу?

Ответы учащихся нужно уточнить и обосновать необходимость соблюдения Правил дорожного движения для обеспечения личной безопасности.

В заключение урока надо отметить, что личная безопасность пешехода на дорогах достигается воспитанием внутренней потребности в осознанном соблюдении Правил дорожного движения.

Контрольные вопросы

1. Кого можно считать пешеходом?
2. Как должны двигаться по дороге пешеходы?
3. Как необходимо переходить дорогу в местах, где движение регулируется?

Домашнее задание

1. Изучите § 2.2 учебника.
2. Запишите в дневник безопасности наиболее опасные участки дороги по пути в школу, составьте правила безопасного поведения в этих местах.

Урок 8. Пассажир. Безопасность пассажира

Цель урока. Рассмотреть с учащимися общие обязанности пассажира, систематизировать их значения по правилам безопасного поведения в общественном транспорте для обеспечения личной безопасности.

Обсудить правила безопасного поведения при возникновении в общественном транспорте опасной ситуации.

Изучаемые вопросы

1. Общие обязанности пассажира при пользовании общественным транспортом.
2. Правила личной безопасности при пользовании трамваем, автобусом, троллейбусом и метро.
3. Обеспечение личной безопасности при возникновении опасной ситуации в общественном транспорте.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Отметить, что в настоящее время для удобства передвижения человека в пределах города, для поездки в другой город или страну существуют различные транспортные средства и виды транспорта (городской, водный, воздушный, железнодорожный). Человек, который совершает поездку в транспортном средстве, называется пассажиром. Городской транспорт, который перевозит пассажиров, называется общественным (трамвай, троллейбусы, автобусы, метро).

Сказать, что в соответствии с требованиями Правил дорожного движения пассажиры обязаны при поездке на транспортном средстве, оборудованном ремнями безопасности, быть пристегнутыми ими, а при поездке на мотоцикле быть в застегнутом мотошлеме. В любом автомобиле наиболее безопасное место — за спиной водителя. А самое опасное место — переднее сиденье рядом с водителем.

Посадка в транспортное средство производится через передние двери, после полной его остановки. Войдя в салон, необходимо осмотреться, выбрать удобное место, где расположены запасные и аварийные выходы. Если в транспорте нет свободных мест для сидения, нужно постараться встать в центре прохода, держа руку за поручень или за специальные подвески. Нельзя стоять у входной двери, а тем более опираться на нее — она может случайно открыться.

Передвигаться по салону общественного транспорта рекомендуется только при полной его остановке. Необходимо помнить, что в общественном транспорте нельзя шуметь, шалить, громко разговаривать, есть мороженое. Нельзя высовываться из окон транспортного средства во время его движения, отвлекая водителя от управления.

2. Обратит внимание учащихся на правила безопасного поведения при пользовании общественным транспортом (автобус, троллейбус, трамвай, метро).

3. Обсудить с учащимися правила безопасного поведения при возникновении пожара в общественном транспорте (автобус, трамвай, троллейбус, метро).

Контрольные вопросы

1. Кто является пассажиром?
2. Какой транспорт считается общественным?

3. Какие существуют правила безопасного поведения пассажира в общественном транспорте?

Домашнее задание

Изучите § 2.3 учебника.

Урок 9. Велосипедист — водитель транспортного средства

Цель урока. Сформировать у учащихся убеждение, что водитель является главной фигурой в обеспечении дорожного движения и безопасность на дороге во многом зависит от уровня его подготовки. Велосипед является транспортным средством, а велосипедисты — водители транспортного средства, поэтому к ним предъявляются такие же требования, как и к любому водителю.

Изучаемые вопросы

1. Водитель — главная фигура в обеспечении дорожного движения.
2. Велосипед — транспортное средство.
3. Велосипедист — водитель транспортного средства.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Обосновать роль водителя в обеспечении дорожного движения и безопасности на дороге и дать определение водителя.

По данным статистики, большинство дорожно-транспортных происшествий происходит по вине водителей.

Вывод: водитель является главной фигурой в обеспечении дорожного движения и безопасности на дорогах.

2. Объяснить учащимся, что велосипед является первым транспортным средством, которым человек начинает управлять в школьные годы. Велосипед как транспортное средство имеет свои особенности. Во-первых, он приводится в движение не двигателем, а мускульными усилиями велосипедиста. Следовательно, его скорость зависит от физической натренированности водителя. Во-вторых, велосипед обладает высокой маневренностью и, в-третьих, характеризуется недостаточной устойчивостью. Поэтому необходимо серьезно учиться езде на велосипеде, быть готовым к различным ситуациям, которые могут возникнуть на дороге.

Основные требования к техническому состоянию велосипеда

- Велосипед всегда должен иметь исправные тормоза и звуковой сигнал (звонок).
- При движении на дорогах в темное время суток велосипед должен быть оборудован впереди фонариком (фарой) белого цвета, сзади — фонарем или световозвращателем красного цвета, с боковых сторон - световозвращателями оранжевого или красного цвета.

3. Разобрать с учащимися вопросы:

• Кто имеет право управлять велосипедом при движении по дорогам?

- Каковы общие обязанности велосипедиста?
- Что запрещается велосипедистам?

Управлять велосипедом при движении по дорогам разрешается Правилами дорожного движения лицам не моложе 14 лет, а мопедом — не моложе 16 лет. Решениями соответствующих органов регионов возраст может снижаться, но не более чем на 2 года. В соответствии с этим управлять велосипедом на дорогах может подросток в возрасте 12 лет, а мопедом — в 14 лет.

Контрольные вопросы

1. Почему можно считать, что водитель транспортного средства является главной фигурой в обеспечении безопасности дорожного движения?

2. Каковы основные требования к техническому состоянию велосипеда?

3. Что запрещается делать велосипедисту при управлении велосипедом?

Домашнее задание

1. Изучите § 2.4 учебника.

2. Запишите в дневник безопасности основные правила безопасного поведения

велосипедиста на улицах и дорогах.

Урок 10. Пожарная безопасность

Цель урока. Систематизировать знания учащихся о пожаре, об основных причинах возникновения пожаров в повседневной жизни. Рассказать о возможных последствиях пожаров и об организации защиты населения от пожаров.

Разъяснить основные правила пожарной безопасности и правила личной безопасности при возникновении пожара в доме.

Изучаемые вопросы

1. Пожар, причины его возникновения и возможные последствия.
2. Государственная противопожарная служба и ее задачи.
3. Правила личной безопасности при пожаре.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Дать определение пожара, показать основные причины возникновения пожаров, привести примеры последствий пожаров, имевших место в вашем городе.

Обратить особое внимание учащихся на шалости детей, которые приводят к трагическим последствиям.

2. Довести до учащихся в доступной для них форме организацию защиты населения страны от пожаров.

В настоящее время в Российской Федерации пожарная охрана — это большая и сложная структура. Основная ее часть — Государственная противопожарная служба, которая входит в состав МЧС России (МЧС России — Министерство Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий).

3. Довести до учащихся общие правила пожарной безопасности, при этом подчеркнуть, что пожар легче предупредить, чем потушить.

В заключение урока разобрать с учащимися ситуационные задачи по обеспечению личной безопасности при возникновении пожара в квартире, на балконе, в подъезде, в лифте.

Контрольные вопросы

1. Каковы основные причины возникновения пожаров?
2. Почему нельзя тушить включенные электроприборы водой?
3. Почему нельзя пользоваться лифтом, покидая здание при пожаре?
4. Как защитить органы дыхания в задымленном помещении?

Домашнее задание

Изучите § 2.5 учебника.

Урок 11. Безопасное поведение в бытовых ситуациях

Цель урока. Разобрать ситуационные задания по обеспечению личной безопасности в бытовых ситуациях; выработать убеждение в необходимости соблюдать правила эксплуатации бытовых приборов и систем в целях обеспечения личной безопасности и безопасности окружающих.

Ситуационные задания

1. Безопасное обращение с электричеством.
2. Безопасное обращение с бытовым газом.
3. Меры безопасности при пользовании в доме водой.
4. Правила безопасной работы за компьютером.

Рекомендации по изложению учебного материала

Дать общую характеристику бытовых условий в современном доме (квартире) и определение быта.

При использовании хорошо знакомого оборудования и приборов могут возникнуть опасные ситуации. Такие ситуации могут возникнуть по двум причинам:

- если человек нарушил правила использования оборудования и бытовых приборов;
- если произошла поломка оборудования или бытовых приборов.

Дабы избежать возникновения опасной ситуации, а если она возникла, уменьшить ее вредные последствия, необходимо знать ряд наиболее характерных опасных ситуаций и правила поведения при их возникновении.

Разобрать примеры по соблюдению правил безопасного поведения в быту при обращении с электричеством, газом, при пользовании водой, при работе за компьютером.

Контрольные вопросы

1. Какие меры безопасности необходимо соблюдать при пользовании электроприборами?
2. Какие меры безопасности необходимо соблюдать при пользовании бытовым газом?
3. Какие меры безопасности следует соблюдать при пользовании в доме водой?

Домашнее задание

1. Изучите § 2.6 учебника.
2. Узнайте у родителей и запишите в дневник безопасности номера телефонов дежурных диспетчеров и порядок обращения к ним в случае возникновения в доме опасной ситуации.

После изучения темы 2 целесообразно провести с учащимися беседу по вопросу: «Какова роль человека в обеспечении личной безопасности в условиях опасных ситуаций техногенного происхождения?»

Тема 3. ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА

Урок 12. Погодные условия и безопасность человека

Цель урока. Закрепить знания учащихся о погоде и ее основных показателях. Обратить внимание на наиболее часто случающиеся погодные явления, которые при определенных условиях могут быть опасны для человека (гроза, гололед, метель).

Сформировать умения по обеспечению личной безопасности во время грозы, гололеда и метели.

Изучаемые вопросы

1. Погода и погодные явления, опасные для человека.
2. Правила безопасного поведения во время грозы.
3. Правила безопасного передвижения по улице в гололед.]
4. Правила безопасного поведения во время метели.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Дать определение понятия «погода».

Основные показатели, по которым определяют состояние погоды:

- температура окружающего воздуха;
- атмосферное давление;
- ветер, который характеризуется направлением (откуда дует) и скоростью перемещения.

Другие характеристики погоды определяются наличием облачности и осадков.

Обратить внимание учащихся на то, что в природе бывают погодные явления, которые при определенных условиях представляют опасность для человека. Наиболее часто встречающиеся из них: гроза, гололед и метель.

Коротко дать характеристику этим погодным явлениям.

2—4. Сформировать убеждение в необходимости соблюдения правил безопасного поведения во время грозы, при гололедице и во время метели. Довести до сведения учащихся правила безопасного поведения во время грозы, метели, гололеда.

В заключение урока отметить: во избежание неприятных последствий в повседневной жизни необходимо руководствоваться прогнозами погоды, которые передаются ежедневно. С учетом прогнозов подбирать свою одежду и быть готовым к особенностям погодных условий на данный день.

Контрольные вопросы

1. Что такое погода и какими показателями она характеризуется?
2. Что такое гроза, в какое время года она бывает, чем опасна гроза для человека?
3. Какую опасность для человека представляет гололед?
4. Какими опасными факторами характеризуются снежные заносы и метели?

Домашнее задание

Изучите § 3.1 учебника.

Урок 13. Безопасность на водоемах

Цель урока. Дать знания учащимся о состоянии водоемов в вашем городе и правила безопасного поведения на водоемах в разное время года.

Сформировать убеждение в необходимости знать и соблюдать правила личной безопасности на водоемах.

Изучаемые вопросы

1. Состояние водоемов в вашем городе и необходимые меры безопасности.
2. Общие правила безопасности при купании в водоемах.
3. Правила личной безопасности на замерзших водоемах.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Охарактеризовать водоемы, имеющиеся в вашем городе, обратив внимание учащихся на тот факт, что не во всех водоемах можно купаться, так как в черте города и вблизи него вниз по течению вода в реках непригодна для питья, а в некоторых местах опасна даже для купания. Если на берегу установлен знак «Купаться запрещено», не следует нарушать этого запрета, как бы ни было велико желание искупаться.

Подчеркнуть, что первое правило безопасного поведения человека на воде заключается в знании места, где вода в водоемах проверена и не представляет опасности для здоровья человека.

2. Обратить внимание учащихся на необходимость соблюдения общих правил поведения на воде, для того чтобы уменьшить возможности несчастных случаев.

Убедить учащихся в том, что самый лучший способ чувствовать себя уверенно в воде — это научиться плавать и постоянно поддерживать навыки безопасного поведения на воде. Если ногу в воде свело судорогой, нужно набрать в легкие воздух, наклониться к ноге, взять ее двумя руками за пальцы и сильно потянуть их на себя. После этого немедленно плыть к берегу. Кроме того, необходимо научиться отдыхать на воде, не терять самообладания и правильно действовать в критической ситуации, не стесняться звать на помощь.

3. Подчеркнуть, что не менее важно знать и правила безопасного поведения на замерзших водоемах. Переходить водоем рекомендуется только в проверенных местах, обозначенных специальными предупредительными знаками. Если безопасные места не обозначены, необходимо внимательно осмотреть лед.

Для одиночных пешеходов лед считается прочным, когда его толщина не менее 7 см, для группы людей — 12 см.

Обратить внимание учащихся на то, что прочность льда можно определить по ряду признаков:

- наиболее прочен чистый, прозрачный лед, мутный лед ненадежен;
- на участках, запорошенных снегом, лед тонкий и некрепкий;
- в местах впадения в озеро (реку) ручьев, речек обычно образуется наиболее тонкий лед.

В заключение обратить внимание на правила, которые рекомендуется соблюдать при условии, если человек провалился под лед.

Контрольные вопросы

1. Можно ли пить сырую воду из открытых водоемов и рек?
2. Почему нельзя нырять в воду в незнакомых местах?
3. В каких местах лед наиболее безопасен для движений?

Домашнее задание

1. Изучите § 3.2 учебника.

2. В дневник безопасности запишите водоемы, в которых разрешено купаться в вашем городе.

После изучения темы 3 целесообразно провести с учащимися дискуссию на тему «Опасные ситуации природного характера, часто возникающие в вашем городе, связанные с различными погодными явлениями и поведением человека на воде, их последствия».

Тема 4. ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ СОЦИАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА

Урок 14. Криминогенные ситуации и личная безопасность

Цель урока. Познакомить учащихся с понятием «криминогенная ситуация» и кратко охарактеризовать людей, которые стремятся достичь своих целей преступным путем.

Сформировать убеждение в необходимости соблюдать правила личной безопасности при общении с незнакомыми людьми, выработать умение в безопасном поведении в характерных криминогенных ситуациях.

Изучаемые вопросы

1. Краткая характеристика криминогенной ситуации и людей, которые их создают.
2. Правила личной безопасности в криминогенных ситуациях.
3. Обсуждение ситуационных задач.

Рекомендации по изложению учебного материала

1... Кратко сформулировать понятие «криминогенная ситуация».

Подчеркнуть, что не все незнакомые люди имеют по отношению к другому человеку добрые намерения. Есть люди, которые стремятся добиться своих целей преступным путем. К ним относятся: воры, грабители, мошенники, хулиганы и насильники.

Дать краткую характеристику личностей перечисленных выше людей.

Обратить внимание детей на еще один тип опасного человека — пьяного человека.

Пьяный человек может приставать к детям на улице, в транспорте и в общественном месте. Поступки пьяного бесконтрольны и агрессивны, поэтому пьяных людей надо избегать.

2. Необходимо выработать у учащихся умение отказываться от нежелательного общения для обеспечения личной безопасности.

Разобрать основные правила по обеспечению личной безопасности в различных ситуациях, возникающих в повседневной жизни.

3. Провести беседу, обсудив следующие вопросы:

1) Как вы поведете себя, если на улице к вам обращается незнакомый человек с просьбой помочь ему найти дом, клуб или магазин?

2) Как вы поведете себя, если в общественном транспорте к вам начал приставать пьяный человек?

3) Как вы поведете себя, если вам на улице предлагают принять участие в беспроигрышной лотерее?

4) Как вы поступите, если при подходе к подъезду дома, вы заметили, что за вами наблюдает незнакомый человек?

Домашнее задание

1. Изучите § 4.1 учебника.

2. В дневнике безопасности сделайте пометки по правилам поведения, которые обсуждали на уроке.

Урок 15. Обеспечение личной безопасности дома

Цель урока. Рассмотреть возможные ситуации криминогенного характера, которые могут возникать в домашних условиях, изучить рекомендации для учащихся по обеспечению личной безопасности в этих ситуациях.

Сформировать у учащихся умение предвидеть возможность возникновения криминогенной ситуации в доме и правильно реагировать на нее, чтобы снизить фактор риска для жизни и здоровья.

Изучаемые вопросы

1. Общие правила безопасного поведения школьника, если он остался дома один.
2. Правила поведения в криминогенных ситуациях, которые могут произойти дома.
3. Обсуждение рассказа «Чудачка Светка» из книги В. Н. Мошкина «Как уберечься от преступника».

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Обсудить с учащимися рекомендации по соблюдению правил безопасного поведения дома, если они в доме одни.

- Не открывайте дверь, не посмотрев в глазок и не спросив, кто пришел.
- Не открывайте дверь никому, даже если эти люди представились работниками коммунальных услуг, милиции или почты. Попросите (учитывая время прихода родителей) их зайти позже.
- Если вас просят принести попить или позвонить от вас, объясните через дверь, как дойти до ближайшего магазина и телефона-автомата.
- Никогда и никому не рассказывайте о распорядке жизни членов вашей семьи.
- При выходе из квартиры, прежде чем открыть дверь, посмотрите в глазок, нет ли за дверью посторонних.
- Открыв дверь и выйдя из квартиры, закройте за собой дверь.
- Если вы вышли и увидели посторонних людей, вернитесь обратно в квартиру.
- Не просматривайте почту около ящика, поднимитесь в квартиру и посмотрите там.
- Если к вам решили прийти друзья, лучше встретиться с ними на остановке (автобуса, троллейбуса и др.) и после этого привести их домой.
- Если дом оборудован домофоном, перед входом в подъезд наберите номер своей квартиры и попросите родителей вас встретить.
- Не выходите на лестницу в позднее время, мусор лучше выносить утром.

При разговоре по телефону:

- Никогда и никому не говорите, что вы дома одни.
- Поднимая трубку, не называйте своего имени.
- Если просят назвать адрес, не называйте, попросите позвонить позже, назвав время после прихода родителей.
- Не участвуйте в опросах по телефону.
- Если вас пытаются втянуть в непристойный разговор, положите трубку, сообщите об этом родителям.

2. Разобрать с учащимися правила поведения в некоторых ситуациях криминогенного характера: воров в квартире, нападение в лифте, внезапное нападение в подъезде.

Воры в квартире:

Вы открываете дверь, а в квартире — воры.

- Не теряйтесь, постарайтесь быстро захлопнуть дверь, закройте ее на ключ, оставьте ключ в замке.
- Стучите в двери соседей, просите их прийти на помощь и срочно позвонить в милицию.
- Если злоумышленники сумели открыть дверь, немедленно покиньте лестничную площадку и бегите вниз к выходу.
- Постарайтесь, не подвергая свою жизнь опасности, задержать злоумышленников в доме до прихода милиции.

При поездке в лифте:

- Входите в лифт, только убедившись, что на площадке нет постороннего, который вслед за вами может зайти в кабину.
- Если в вызванном вами лифте уже находится незнакомый человек, внушающий подозрение, не входите в кабину.
- Если вы вошли в лифт с незнакомцем, не стойте в лифте к нему спиной и наблюдайте за его действиями.

При нападении в лифте:

- Кричите, шумите, стучите по стенам кабины; защищайтесь любыми способами, используя право необходимой обороны.
- Постоянно нажимайте кнопку ближайшего этажа.
- Если двери лифта открылись, постарайтесь выскочить на площадку, позовите жильцов дома на помощь, постарайтесь вы бежать на улицу.
- Оказавшись в безопасности, немедленно позвоните в милицию по телефону 02, сообщите, что с вами произошло, точны адрес, назовите приметы и направление ухода нападавшего.

При внезапном нападении в подъезде:

- Оцените ситуацию и по возможности защищайтесь; попы таитесь ошеломить нападающего, чтобы выиграть время, по] подоспеет какая-либо помощь.
- После нападения, оказавшись в безопасности, немедленно сообщите о случившемся родителям и позвоните в милицию.

3. Прочитайте и обсудите с учащимися поведение Светы и рассказа «Чудачка Светка» (напечатан в конце § 4.2 учебника) узнайте их мнение: как бы они повели себя в подобной ситуации.

В заключение сделайте вывод, что для человека, владеющего правилами личной безопасности, опасные ситуации при встрече с незнакомыми людьми маловероятны. Когда человек знает, откуда ему грозит опасность, как избежать встречи с ней и как себя вести в опасной ситуации, он защищен.

Домашнее задание

1. Изучите § 4.2 учебника.
2. В дневнике безопасности сформулируйте основные правила безопасного поведения, если вы остались в доме одни.

Урок 16. Обеспечение личной безопасности на улице

Цель урока. Познакомить учащихся с общими правилами безопасного поведения в случаях возникновения криминогенных ситуаций на улице.

Сформировать убеждение в необходимости совершенствовать свои знания и умения в вопросах безопасного поведения на улице с учетом складывающейся криминогенной обстановки.

Изучаемые вопросы

1. Общие рекомендации по безопасному поведению на улице.
2. Общие рекомендации по безопасному поведению в общественных местах.
3. Общие рекомендации по безопасному поведению в толпе

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Познакомить учащихся с криминогенной обстановкой городе, обратить их внимание на наиболее опасные места (пустырь, лесопарк, строительная площадка, задний двор), где встреча со злоумышленниками наиболее вероятна. Этих мест необходимо избегать. Объяснить, что опасными могут быть также места с большим скоплением людей. Это рынки, вокзалы, стадионы, остановки транспортных средств, здесь можно встретиться с ворами и мошенниками.

Разобрать с учащимися общие правила по безопасному поведению на улице.

- Следует избегать кратчайших маршрутов, пролегающих через глухие двory, пустыри, стройки, лесопосадки и другие малолюдные места.
- Необходимо хорошо знать дорогу домой, иметь несколько вариантов движения.
- Если вы оказались в безлюдном темном квартале, идите посередине улицы.
- Необходимо знать, где на вашем пути находится ближайшее отделение милиции.
- Если вам необходимо возвращаться домой в темное время суток, позвоните домой, чтобы вас встретили.
- В темное время лучше идти по улице в группе людей, вышедших из автобуса, метро, электрички.
- Идти по подземному переходу лучше в группе людей.

- Идти безопаснее по краю тротуара, навстречу движению.
- Увидев впереди группу подозрительных людей или пьяного, лучше перейти на другую сторону улицы или изменить маршрут.
- Если кто-то пытается с вами заговорить, не ввязывайтесь в разговор. Сделайте вид, что спешите, и идите в направлении освещенного и многолюдного места.
- Если автомобиль начнет медленно двигаться рядом с вами, разумнее перейти на другую сторону.

Чтобы чувствовать себя уверенно, необходимо:

- научиться прогнозировать события;
- стараться избегать опасных ситуаций, если есть возможность убежать, делать это быстро и внезапно;
- освоить несколько приемов самообороны и в случае необходимости быть готовым защищать себя всеми доступными средствами.

В заключение обратить внимание учащихся на возможность наткнуться на улице на взрывное устройство. Для того чтобы не стать жертвой взрыва, необходимо знать ряд признаков взрывных устройств. Взрывное устройство может быть в банке из-под пива, в пачке сигарет, игрушке, в ящике, в свертке и т. д.

Поэтому для обеспечения личной безопасности рекомендуется:

- не прикасаться к бесхозным вещам;
- не пытаться самостоятельно обезвредить взрывное устройство;
- сообщить о находке должностному лицу (в метро — машинисту поезда, в автобусе — водителю и т.д.) или работнику милиции.

2. Обсудить с учащимися общие правила безопасного поведения в общественном месте.

- Оказавшись в месте проведения массового мероприятия не стремитесь попасть в наиболее плотное скопление людей на ограниченном пространстве.
- Если вы столкнулись с плохой организацией проведения массового мероприятия, теснотой в проходах, нарушением правил пожарной безопасности и общественного порядка, лучше заранее покинуть данное мероприятие.
- Никогда и ни при каких обстоятельствах не вступайте в перебранку в общественном месте. Если к вам пристанет подвыпивший человек, лучше уступите ему место и найдите другое.

3. Обсудить с учащимися общие правила безопасного поведения в толпе.

Всегда помните: лучшее правило безопасности — не попадать в толпу, а обойти ее.

В заключение необходимо подчеркнуть, что правила обеспечения личной безопасности на улице должны постоянно корректироваться с учетом изменяющейся обстановки, а уметь делать это должен каждый человек сам.

Контрольные вопросы

1. Какие места на улицах вашего города можно считать наиболее опасными?
2. Какой маршрут следования в школу и обратно вы считаете наиболее безопасным?
3. Какие меры безопасности необходимо соблюдать при посещении общественных мест (стадиона, кинотеатра, музея)?

Домашнее задание

1. Изучите § 4.3 учебника.
2. В дневнике безопасности сделайте пометки по безопасному поведению при следовании в школу, в магазин, в гости к товарищу.

После изучения темы 4 целесообразно провести беседу на тему «Обеспечение личной безопасности на улицах нашего города с учетом криминогенной обстановки в нем».

Тема 5. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ПРИРОДНОГО И ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА

Урок 17. Чрезвычайные ситуации природного характера

Цель урока. Познакомить учащихся с понятием «чрезвычайная ситуация природного

характера», а также с природными явлениями, которые могут вызвать возникновение чрезвычайной ситуации природного характера.

Изучаемые вопросы

1. Общие понятия о природных явлениях, которые могут вызвать чрезвычайную ситуацию природного характера.
2. Чрезвычайные ситуации природного характера.
3. Общие рекомендации по обеспечению личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Обратить внимание учащихся на то, что возникновение чрезвычайных ситуаций природного характера связано с различными природными явлениями, происходящими в оболочках Земли (литосфере, атмосфере, гидросфере и биосфере).

Сказать учащимся, что различные природные явления, оказывающие влияние на возникновение чрезвычайных ситуаций природного характера, по месту их возникновения можно подразделить на:

- геологические, возникающие в земной коре (землетрясения, извержение вулканов, оползни, обвалы и снежные лавины);
- метеорологические, связанные с различными процессами, происходящими в атмосфере (ураганы, бури, смерчи);
- гидрологические, возникающие в гидросфере (наводнение, сели, цунами);
- биологические, происходящие в биосфере (лесные и торфяные пожары, эпидемии, эпизоотии, эпифитотии).

Отметить, что на территории России, обладающей большим разнообразием геологических, климатических и ландшафтных условий, наблюдается более 30 видов опасных природных явлений. Наиболее разрушительными из них являются: землетрясения, цунами, наводнения, оползни и обвалы, лесные пожары, снежные лавины, ураганы, штормовые ветры, смерчи.

2. Дать определение чрезвычайной ситуации природного характера.

Отметить, что чрезвычайные ситуации природного характера в зависимости от причин их возникновения, так же как и опасные природные явления, их вызвавшие, подразделяются на:

- геологические, возникающие в литосфере; главные — землетрясения, извержение вулканов, оползни, обвалы;
- метеорологические, возникающие в атмосфере; главные — ураганы, бури, смерчи;
- гидрологические, возникающие в гидросфере; главные — наводнения, сели, цунами;
- биологические, возникающие в биосфере; главные — лесные и торфяные пожары, эпидемии, эпизоотии, эпифитотии.

3. Отметить, что с точки зрения проведения, профилактических мероприятий опасные природные процессы как источники чрезвычайных ситуаций трудно прогнозируются. Человек не в состоянии предотвратить природные процессы, вызывающие опасные ситуации, поэтому он должен быть готовым к встрече с ними.

Каждый человек должен владеть определенным комплексом личных мероприятий по обеспечению личной безопасности в чрезвычайной ситуации.

Контрольные вопросы

1. Какие природные явления могут привести к возникновению чрезвычайной ситуации природного характера?
2. По каким признакам чрезвычайная ситуация отличается от опасного природного явления?
3. Какие природные явления наиболее характерны для региона вашего проживания?

Домашнее задание

1. Изучите § 5.1 учебника.
2. В дневник безопасности запишите, как в вашем городе оповещают о возможности возникновения чрезвычайной ситуации.

Урок 18. Чрезвычайные ситуации техногенного характера

Цель урока. Познакомить учащихся с общим понятием «чрезвычайная ситуация техногенного характера», показать основные причины возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера, дать краткую характеристику объектов экономики, на которых аварии могут привести к возникновению чрезвычайной ситуации техногенного характера.

Изучаемые вопросы

1. Общие понятия о чрезвычайных ситуациях техногенного характера.
2. Основные причины возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
3. Характеристика основных объектов экономики, аварии на которых могут привести к чрезвычайной ситуации техногенного характера.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Обратить внимание учащихся на тот факт, что чрезвычайные ситуации техногенного характера возникают в процессе производственной деятельности человека.

Для удовлетворения жизненных потребностей человек создал и постоянно совершенствует сферу производства (производство — это процесс создания материальных благ и услуг), развивает экономику. Все это связано с работой различных машин и механизмов, с преобразованием различных видов энергии и веществ, которые совершает человек.

В результате этой деятельности в техносфере возникают различные опасные явления техногенного характера (аварии и катастрофы), которые и являются причиной возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

Дать учащимся понятия «авария», «катастрофа», «чрезвычайная ситуация техногенного характера».

2. Обратить внимание учащихся на тот факт, что в настоящее время опасность техносферы для населения и окружающей природной среды обуславливается наличием в промышленности и энергетике большого количества радиационно-опасных, химически опасных и взрыво- и пожароопасных производств и технологий.

Существует большое количество объектов экономики, на которых производственные аварии могут привести к возникновению чрезвычайных ситуаций техногенного характера. К таким объектам относятся:

- радиационно-опасные объекты;
- химически опасные объекты;
- взрыво- и пожароопасные объекты;
- газо- и нефтепроводы;
- транспорт;
- гидротехнические сооружения;
- объекты коммунального хозяйства, в основном жилые и общественные здания.

Подчеркнуть, что основными причинами возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера являются аварии и катастрофы на объектах экономики, которые происходят по вине человека в процессе его производственной деятельности.

3. Дать краткую характеристику объектов экономики, на которых аварии могут привести к возникновению чрезвычайной ситуации техногенного характера.

Контрольные вопросы

1. Что такое чрезвычайная ситуация техногенного характера?
2. Какие объекты называются радиационно-опасными?
3. Какие объекты называются химически опасными?

Домашнее задание

1. Изучите §5.2 учебника.
2. Узнайте вместе с родителями, какие предприятия находятся в вашем районе и какая опасность для вас может возникнуть в случае аварии на этом предприятии.

Урок 19. Общие правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

Цель урока. Познакомить учащихся с основными мероприятиями, проводимыми в нашей стране по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. Познакомить с мероприятиями комплексного плана обеспечения безопасности образовательного учреждения. Отработать правила поведения при получении сигнала о возникновении чрезвычайной ситуации, предусмотренные планом образовательного учреждения.

Изучаемые вопросы

1. Основные мероприятия, проводимые в нашей стране по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
2. Изучить порядок оповещения населения о чрезвычайной ситуации.
3. Провести тренировку по правилам поведения при получении сигнала о возникновении чрезвычайной ситуации.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Ознакомить учащихся с основными мероприятиями, проводимыми в стране по защите населения от чрезвычайных ситуаций. Для защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в России создана и действует Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). К числу основных ее задач относятся:

- своевременное оповещение населения об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации;
- эвакуация людей из опасных зон;
- проведение спасательных работ и оказание помощи пострадавшим в зоне чрезвычайной ситуации.

2. Отметить, что важнейшим условием своевременного принятия мер по защите населения при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций является его оповещение. С этой целью созданы системы оповещения, прежде всего система централизованного оповещения, включающая федеральный, региональный, территориальный, местный и объектовый уровни. Благодаря этой системе можно в кратчайшие сроки оповестить об опасности значительную часть населения страны в целом или отдельных ее территорий. Своевременное оповещение позволяет принять меры по защите населения и тем самым снизить потери. К этому же направлению следует отнести создание на Потенциально опасных объектах локальных систем оповещения, управляемых дежурным персоналом объекта или персоналом централизованной системы оповещения города. Задача локальной системы оповещения — своевременно оповестить об опасности людей, проживающих вблизи потенциально опасного объекта.

Для оповещения населения об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации природного или техногенного характера дается предупредительный сигнал. Включаются сирены и гудки предприятий. Услышав сигнал «Внимание всем!», надо включить местную программу радио или телевизор и прослушать информацию ГО ЧС об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации и о правилах поведения населения.

Оповещение населения о чрезвычайной ситуации может содержать следующую информацию: «Граждане! Произошла авария на атомной электростанции. В районе населенных пунктов Ивановка и Петино ожидается выпадение радиоактивных веществ. Жителям указанных пунктов необходимо оставаться в жилых помещениях, провести их герметизацию. Принять йодистый препарат. В дальнейшем следует действовать в соответствии с указаниями отдела ГО ЧС».

Эвакуация населения также является одним из основных способов защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

Сущность эвакуации заключается в организованном перемещении населения, материальных и культурных ценностей в безопасные районы.

Аварийно-спасательные и другие неотложные работы представляют собой совокупность первоочередных работ в зоне чрезвычайной ситуации, заключающихся в спасении и оказании помощи людям, локализации и подавлении очагов поражающих воздействий, предотвращении возникновения вторичных поражающих факторов, защите и спасении материальных и культурных ценностей, восстановлении минимально необходимого жизнеобеспечения людей.

3. Провести тренировку с учащимися по правилам поведения в чрезвычайных ситуациях.

Домашнее задание

1. Изучите § 5.3 учебника.
2. Запишите в дневник безопасности номера телефонов оперативных служб вашего города (администрации города, Управления по делам гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям (ГО ЧС)); отметьте, в каких случаях надо обращаться туда.

Уроки 20, 21, 22. Практические занятия по отработке действий в случае возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера

Цель уроков. Отработать с учащимися действия в случае возникновения чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, выработать начальные навыки безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций.

Рекомендации по проведению занятий

Занятия целесообразно провести в виде общешкольной тренировки в соответствии с комплексным планом школы.

Закончив изучение темы 5, провести с учащимися беседу, на которой обсудить вопросы:

1. Почему необходимо знать наиболее часто возникающие в вашем регионе чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера?
2. Для чего необходимо, знать и выполнять рекомендации специалистов МЧС России по правилам безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях?
3. Для чего надо быть готовым действовать по сигналам оповещения о возникновении чрезвычайной ситуации?

В результате обсуждения сформировать у учащихся убеждение в том, что каждый человек должен не только хорошо знать мероприятия, проводимые по защите населения, но и сам должен заботиться о собственной безопасности.

Тема 6. ВОЗРАСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Урок 23. О здоровом образе жизни

Цель урока. Сформировать у учащихся общее понятие здоровье и здоровом образе жизни. Обозначить основные составляющие здорового образа жизни; выработать убеждения в том, что режим дня является определяющей составляющей здорового образа жизни.

Изучаемые вопросы

1. Общее понятие о здоровье.
2. Общие понятия о здоровом образе жизни и его составляющих.
3. Режим дня как определяющая составляющая здорового образа жизни.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Дать учащимся определение здоровья. Отметить, что здоровье человека связано с его повседневной жизнедеятельностью, а значит, и с личной безопасностью. От того, как человек организует свою жизнедеятельность, зависит его благополучие а значит, и здоровье.

2. Раскрыть учащимся понятие «здоровый образ жизни» его составляющие. Перечислить основные составляющие здорового образа жизни, которые являются определяющими учащихся в этом возрасте: режим дня, двигательная активное! и закаливание организма, рациональное питание и профилактика вредных привычек.

3. Заострить внимание учащихся на том, что режим дня является ключевым элементом здорового образа жизни. В сутках 24 ч, и от того, как они будут рационально распределены в режиме дня, зависит эффективность здорового образа жизни. Дать определение режима. Обратить внимание учащихся и важность правильного сочетания умственной и физической нагрузки, чередование нагрузок и отдыха; на тот факт, что человек устает не тогда, когда много работает, а когда плохо организует свою работу.

В заключение подвести учащихся к выводу, что учебную нагрузку, занятия физической культурой и спортом следует равномерно распределять, обеспечивая правильное чередование умственной и физической работы на каждый день, неделю, месяц. При планировании нагрузки следует выделять столько времени, сколько необходимо, чтобы полностью восстановить силы, хорошее настроение и работоспособность.

Отдыхать необходимо после занятий в школе, перед выполнением домашних заданий, перед едой. Небольшой отдых должен предшествовать каждому новому виду работы или занятий. Подчеркнуть особое значение сна для ежедневного отдыха. Сон нельзя заменить ничем, он не компенсируется.

Контрольные вопросы

1. Какие элементы жизнедеятельности человека являются составляющими здорового образа жизни?
2. Какие элементы определяют режим дня школьника?
3. Для чего нужен короткий отдых перед началом новой работы?

Домашнее задание

Проанализируйте свой режим жизнедеятельности, определите, можно ли его улучшить и за счет чего.

Урок 24. Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия укрепления здоровья

Цель урока. Обсудить с учащимися вопрос о значении двигательной активности и закаливающих процедур для укрепления и сохранения здоровья. Познакомить с основными физическими качествами, которыми должен обладать здоровый человек. Сформировать убеждение в необходимости систематических занятий физической культурой и закаливанием организма, умения дозировать физические нагрузки с учетом индивидуальных особенностей, максимально использовать погодные условия в различное время года для занятий на свежем воздухе.

Изучаемые вопросы

1. Значение двигательной активности для здоровья человека.
2. Основные физические качества, которыми должен обладать здоровый человек.
3. Роль закаливания организма в укреплении здоровья.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Обратить внимание учащихся на то, что двигательная активность — это любая мышечная активность, позволяющая поддерживать хорошую физическую форму, улучшать самочувствие, обеспечивать прилив энергии, дающей дополнительный стимул организму в повышении его работоспособности.

Отметить, что эмоциональные нагрузки человека в процессе его жизнедеятельности постоянно увеличиваются (информационная нагрузка постоянно увеличивается), в то же время обязательная физическая нагрузка постепенно сокращается (для передвижения по городу человек использует общественный транспорт, для того чтобы подняться в свою квартиру — лифт и т.д.). Это приводит к нарушению равновесия между умственной и физической нагрузками на организм и отрицательно влияет на здоровье человека.

Заострить внимание учащихся на том факте, что физически тренированные люди меньше подвержены стрессам, лучше справляются с беспокойством, тревогой, унынием, гневом, страхом.

2. Обратить внимание учащихся на основные физические качества, которыми должен обладать здоровый человек; это скоростные и силовые качества, выносливость и

гибкость. Дать их определения.

Отметить, что упражнения для развития необходимых физических качеств разучиваются на уроках физической культуры. На уроках необходимо усвоить правильное выполнение упражнений, порядок нормирования физических нагрузок, а также элементы самостраховки для профилактики травм.

3. Подчеркнуть значение для здоровья человека выполнения закаливающих процедур. Обратит внимание на то, что выполнение закаливающих процедур в комплексе с занятиями физической культурой дают наиболее благоприятный эффект.

Довести до учащихся, что закаливание — это повышение устойчивости организма к неблагоприятному воздействию факторов окружающей среды (например, к низкой температуре). В основе закаливания лежит способность организма человека приспосабливаться к меняющимся условиям окружающей среды.

Подчеркнуть, что в условиях российского климата наиболее важной является выработка устойчивости организма к холоду, так как у незакаленных людей даже незначительное переохлаждение приводит к возникновению простудных заболеваний. Отметить, что для поддержания на должном уровне защитных свойств организма к Холодовым нагрузкам существуют различные закаливающие процедуры, которые необходимо проводить постоянно, максимально используя для этого факторы природы, такие, как вода, солнце, воздух, земля. Наиболее эффективными являются водные процедуры: обливание, обливание холодной водой, купание в открытых водоемах.

Мощным закаливающим фактором служит солнечный свет. Однако солнечные ванны также следует принимать разумно, учитывая определенные правила, иначе вместо пользы можно получить ожоги кожи, солнечный удар, перевозбуждение нервной системы.

Самым доступным способом закаливания являются воздушные ванны.

Существует такая закаливающая процедура, как хождение босиком. Особенно полезно босохождение по росе.

Подчеркнуть, что наиболее эффективно закаливающие процедуры, сочетаются с различными физическими упражнениями. Так, хорошо сочетаются утренняя зарядка и обливание холодной водой; бег, игра в футбол, волейбол и другие подвижные игры и воздушные ванны; плавание в открытых водоемах и солнечные ванны; босохождение и зарядка, бег, подвижные игры. Занятия физкультурой и выполнение закаливающих процедур должны свое постоянное время в режиме дня, недели и года.

Во избежание нанесения вреда здоровью при занятиях физической культурой и закаливанием необходимо разобрать правила проведения этих занятий.

Контрольные вопросы

1. Какими физическими качествами должен обладать здоровый человек?
2. Какое воздействие на организм человека оказывают закаливающие процедуры?
3. Каких правил следует придерживаться при занятиях физической культурой и закаливающими процедурами, чтобы не навредить своему здоровью?

Домашнее задание

1. Изучите § 6.2 учебника.
2. Выполните задание, предложенное в конце параграфа.

Урок 25. Рациональное питание. Гигиена питания

Цель урока. Познакомить учащихся с понятием «рациональное питание», основными питательными веществами и их значением в рационе питания человека. Разобрать общепринятые правила питания, сформировать убеждение в необходимости соблюдать правила рационального питания в повседневной жизни.

Изучаемые вопросы

1. Понятие о рациональном питании.
2. Основные питательные вещества, необходимые организму человека.
3. Некоторые общепринятые правила рационального питания.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Отметить, что рациональное питание — это разнообразное питание с учетом наследственности человека, его возраста, физических нагрузок, климатических и сезонных особенностей окружающей природной среды.

Подчеркнуть, что нет таких пищевых продуктов, которые сами по себе были бы хорошими или плохими.

Питательной ценностью в той или иной степени обладают все пищевые продукты, и не существует идеальной пищи. Поэтому, вероятно, важно не только то, что мы едим, но и сколько, когда и в каких сочетаниях съедаем те или иные продукты.

2. Подчеркнуть, что все необходимые организму питательные вещества подразделяются на шесть основных типов: углеводы, белки, жиры, витамины, минеральные элементы и вода. Рационально питаться — значит получать с пищей в достаточном количестве и в правильном сочетании все эти вещества.

Дать краткую характеристику питательных веществ.

Обратить внимание учащихся, что в их возрасте, для того чтобы в достаточном количестве получать все необходимые питательные вещества, необходимо питаться 4 раза в день: завтрак, второй завтрак, обед и ужин.

3. Обратить внимание учащихся на необходимость соблюдать правила рационального питания и учитывать индивидуальные особенности.

Контрольные вопросы

1. Какую роль играет рациональное питание в сохранении и укреплении здоровья человека?

2. Что входит в понятие «рациональное питание»?

3. Почему необходимо соблюдать общепринятые правила рационального питания?

Домашнее задание

1. Изучите § 6.3 учебника.

2. Выполните задание из параграфа.

Урок 26. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека

Цель урока. Показать учащимся пагубность для здоровья курения и употребления алкоголя, опасность привыкания к курению и употреблению алкоголя. Сформировать у них убеждение, что курение и употребление алкоголя — это не привычка, а болезненное пристрастие, фактически неизлечимое.

Изучаемые вопросы

1. Вредные привычки, общие понятия.

2. Курение и его последствия для здоровья.

3. Влияние алкоголя на здоровье человека.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Обратить внимание учащихся на то, что человек — великое чудо природы. Эволюция обеспечила организм человека неисчерпаемыми резервами прочности и надежности, которые обусловлены избыточностью элементов всех его систем, их взаимодополняемостью, взаимодействием, способностью к адаптации и компенсации.

Природа создала человека для долгой и счастливой жизни.

Однако ряд привычек, которые человек приобретает еще в школьные годы и от которых потом не может избавиться в течение всей жизни, серьезно вредят его здоровью. Они способствуют быстрому расходованию всего потенциала возможностей человека, преждевременному старению и приобретению устойчивых заболеваний. К таким привычкам прежде всего относят курение и употребление алкоголя.

2. Обратить внимание на влияние, которое оказывает курение на здоровье подростка.

Активным началом табачного дыма является никотин, который практически мгновенно попадает в кровь через легкие.

Основное действие на организм человека при курении оказывает никотин. Его смертельная доза для человека составляет 1 мг на 1 кг массы тела, т.е. около 70 мг для подростка. Смерть может наступить, если подросток сразу выкурит полпачки сигарет.

Согласно данным ВОЗ, ежегодно во всем мире от болезней, связанных с курением, умирает 2,5 млн человек.

Необходимо также отметить, что вдыхание задымленного табачного воздуха (так называемое пассивное курение) вызывает те же болезни, которыми страдают курильщики.

3. Показать пагубность алкоголя на здоровье человека в дозах.

Алкоголь, или этиловый спирт, является наркотическим ядом. Он действует, прежде всего, на клетки головного мозга, парализуя их. Доза 7—8 г чистого спирта на 1 кг веса тела является смертельной для человека. По данным ВОЗ, алкоголизм ежегодно уносит около 6 млн человеческих жизней.

Вывод: профилактика курения и употребления спиртных напитков одна — не начинать пробовать. Научиться говорить твердое «Нет!» любому, кто предложит попробовать закурить или выпить спиртное. Жизнь дороже!

Контрольные вопросы

1. Какое влияние на здоровье человека оказывает пристрастие к курению?
2. Почему начать курить легко, а бросить трудно?
3. Какое влияние на здоровье оказывает пристрастие к алкоголю?

Домашнее задание

1. Изучите § 6.4 учебника.
2. Ответьте на вопрос: может ли быть польза от употребления спиртных напитков?

Ответ запишите в дневник безопасности.

Урок 27. Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек (собеседование)

Цель урока. Доказать учащимся, что курение и употребление алкоголя несовместимо со здоровым образом жизни и пагубно влияет на здоровье человека, особенно в подростковом возрасте. Сформировать убеждение в том, что привычка курить и употреблять алкоголь зачастую начинается с первой пробы, выработать у них твердую привычку говорить, «Нет!» любому, кто предложит закурить или попробовать спиртное.

Обсуждаемые вопросы

1. Курение и употребление алкоголя — привычки ли это.
2. Как поступить, если вам предложили закурить.
3. Если вам предложили выпить спиртное.

Рекомендации по проведению собеседования

1. Обсудить с учащимися вопрос: «Курение и употребление алкоголя — привычка ли это?», объяснив, что такое привычка.

По мнению специалистов, пристрастие к курению и употреблению алкоголя считается разновидностью наркомании так как механизмы возникновения зависимости и последствия употребления их схожи с употреблением наркотических веществ. Более того, отмечено, что алкоголь и курение выступают катализаторами (ускорителями) в формировании наркозависимости.

Убедить учащихся, что курение и употребление алкоголя — это болезненная зависимость (неизлечимая), которая может начать развиваться с первой пробы.

2—3. Разобрать с учащимися ситуационные задачи:

- 1) Если вам в кругу сверстников предложат закурить, как вы поступите?
- 2) Если у вас в доме гости и вас пригласили к столу и предложили выпить спиртного, как вы поступите?

В заключение предложить четыре правила «Нет!» для профилактики курения и употребления спиртных напитков.

- 1) Постоянно вырабатывать в себе привычку говорить твердое «Нет!» любому, кто предложит закурить или попробовать спиртное.
- 2) «Нет!» безделью и скучной, неинтересной жизни, праздному времяпровождению.
- 3) «Нет!» тем сверстникам и компании, где курят и употребляют алкоголь.
- 4) «Нет!» своей стеснительности и нерешительности, когда предлагают закурить или попробовать спиртное. Здоровье дороже!

Тема 7. ПЕРВАЯ МЕДИЦИНСКАЯ ПОМОЩЬ И ПРАВИЛА ЕЕ ОКАЗАНИЯ

Урок 28. Первая медицинская помощь при различных видах повреждений

Цель урока. Познакомить учащихся с назначением и содержанием первой медицинской помощи. Разобрать последовательность в оказании первой медицинской помощи: довести до них рекомендации службы скорой медицинской помощи, в каких ситуациях необходимо вызывать скорую медицинскую помощь. Сформировать у них убеждение, что первая медицинская помощь очень важный элемент для сохранения здоровья, но она не заменяет квалифицированную медицинскую помощь.

Изучаемые вопросы

1. Первая медицинская помощь и ее предназначение.
2. Общие правила в последовательности оказания первой медицинской помощи.
3. В каких ситуациях необходимо вызывать скорую медицинскую помощь.

Рекомендации по изложению учебного материала

1. Объяснить учащимся, что такое первая медицинская помощь.

Подчеркнуть, что от своевременности и качества оказания первой медицинской помощи в значительной степени зависит дальнейшее состояние здоровья пострадавшего и даже его жизнь.

2. Обратить внимание учащихся на то, что существует несколько общих правил в последовательности оказания первой медицинской помощи.

- Определить, что произошло, каковы последствия несчастного случая и необходимо ли немедленно вызвать скорую помощь.

- Вызвать скорую медицинскую помощь, если это необходимо.

- Приступить к оказанию первой медицинской помощи пострадавшему до прибытия скорой медицинской помощи.

3. Подчеркнуть, что не во всяких ситуациях следует вызывать скорую помощь. В некоторых случаях достаточно после оказания первой помощи довести пострадавшего до дома или ближайшего медицинского пункта.

По рекомендациям службы скорой медицинской помощи вызов к пострадавшему необходим в следующих ситуациях:

- бессознательное состояние;
- затруднение дыхания;
- сильное кровотечение;
- отравление;
- травмы головы;
- перелом костей;

В заключение напомнить учащимся, что для вызова скорой медицинской помощи по телефону необходимо набрать номер 03, сообщить диспетчеру точный адрес происшествия (на звание улицы, номера дома и квартиры), рассказать кратко, что произошло.

Контрольные вопросы

1. Что такое первая медицинская помощь и в каких случаях она необходима?
2. Какая последовательность соблюдается при оказании первой медицинской помощи?
3. В каких случаях рекомендуется вызывать скорую медицинскую помощь?

Домашнее задание

1. Изучите § 7.1 учебника.
2. Составьте примерный набор предметов, который должен входить в домашнюю аптечку первой помощи.

Урок 29. Оказание первой медицинской помощи при ушибах (практическое занятие)

Цель урока. Познакомить учащихся с правилами оказания первой медицинской помощи при ушибах, сформировать умение оказания первой медицинской помощи при ушибах.

Рекомендации по проведению занятия

Познакомить учащихся с понятием «ушиб», причинами его получения, его признаками и возможными последствиями.

Далее рассказать и показать порядок оказания первой медицинской помощи при ушибах.

При ушибе могут быть повреждены мелкие кровеносные сосуды, что приводит к образованию синяка. Наиболее часто встречаются ушибы мягких тканей конечностей или туловища: Основным признаком ушиба являются боль и отек, возникающие в месте ушиба.

Если ушиб пришелся на мягкие ткани (бедро, ягодица мышцы ног), для уменьшения боли и кровоизлияния к ушибленному месту необходимо приложить холод: полотенце, смоченное холодной водой, или пузырь со льдом. Полотенце необходимо через 1—2 мин менять, смачивая его снова холодной водой.

Если на коже в месте ушиба образовались ссадины, то ушибленное место не следует мочить водой. Его необходимо перевязать стерильным бинтом, после чего положить на него грелку с холодной водой или пузырь со льдом. После снятия боли на ушиб накладывают тугую повязку, затем обеспечивают ушибленной конечности полный покой: руку подвешивают на перевязь, а ноге придают горизонтальное положение.

Целесообразно провести тренировку по оказанию первой медицинской помощи при ушибе.

Урок 30. Оказание первой медицинской помощи при вывихе

Цель урока. Познакомить учащихся с понятием «вывих»; признаки вывиха, его проявления; правила оказания первой медицинской помощи при вывихе.

Рекомендации по проведению занятия

Учащиеся закрепляют практически оказание первой медицинской помощи при вывихе. Наложить холод на поврежденную конечность.

Зафиксировать поврежденную конечность повязкой или подвешиванием на косынке.

Дать обезболивающий препарат и направить пострадавшего в лечебное учреждение.

Урок 31. Первая медицинская помощь при ссадинах

Цель урока. Познакомить учащихся с правилами оказания первой медицинской помощи при ссадинах.

Рекомендации по проведению занятия

Практически отработать с учащимися правила оказания первой медицинской помощи при ссадинах.

- Промыть рану водой с мылом.
- Для очистки раны от загрязнения использовать чистую салфетку, промывать начинать с середины раны, двигаясь к краям.
- Смазать кожу вокруг раны спиртом.
- Наложить небольшую повязку.

При появлении признаков попадания инфекции в рану необходимо вызвать врача.

Первые признаки попадания инфекции в рану могут возникнуть через два дня после травмы (появления ссадины): область вокруг раны припухает, краснеет и становится более теплой на ощупь. В этом месте пострадавший может испытывать пульсирующую боль.

Урок 32. Первая медицинская помощь при носовом кровотечении

Цель урока. Разъяснить учащимся, что такое носовое кровотечение, и отработать практически последовательность оказания первой медицинской помощи. Познакомить учащихся с первой помощью при носовом кровотечении.

Рекомендации по проведению занятия

Носовое кровотечение может возникнуть при ушибе носа или повреждении его слизистой оболочки (царапины, ссадины), а также при повышении кровяного давления.

Правила оказания первой медицинской помощи:

- Посадить или положить пострадавшего, приподняв верхнюю половину туловища и подложив подушку. Попросить пострадавшего зажать ноздри и подержать их 10—15 мин до полной остановки кровотечения. На переносицу положить платок, смоченный холодной водой.

- При остановке кровотечения попросить пострадавшего не тереть нос и не сморкаться, чтобы не вызвать повторного кровотечения. Если остановить кровотечение не удастся, необходимо обратиться к врачу.

Урок 33. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях

Цель урока. Познакомить учащихся с возможными причинами отравления и основными правилами оказания первой медицинской помощи.

Рекомендации по проведению занятия

Обратить внимание учащихся на то, что отравление происходит при попадании токсического (ядовитого) вещества внутрь организма. Токсическое вещество может попасть в организм человека через дыхательные пути, рот, кожу и в результате инъекции (при укусе насекомым и животными, а также при введении лекарства шприцем).

Познакомить учащихся с правилами оказания первой медицинской помощи при отравлениях.

- Определить ядовитое вещество, в результате воздействия которого произошло отравление. Вызвать скорую медицинскую помощь.

- Удалить яд из организма. Если яд попал через кожу, то ее промыть большим количеством воды, физиологическим раствором, слабым раствором питьевой соды или раствором лимонной кислоты (в зависимости от ядовитого вещества); из желудка яд удалить промыванием или с помощью рвотных средств. Перед рефлекторным вызыванием рвоты (указательным и средним пальцем нажимают на корень языка) выпить несколько стаканов воды, или раствора питьевой соды (1 неполная чайная ложка соды на стакан воды), или раствора марганцовки (2—3 кристаллика на стакан воды, цвет раствора должен быть бледно-розовым). Рвоту нельзя вызывать, если пострадавший без сознания или в состоянии судорог.

Способностью обезвреживать ядовитые вещества обладают активированный уголь, марганцовка, молоко, яичные белки.

Урок 34. Правила оказания первой медицинской помощи при отравлении никотином

Цель урока. Ознакомить учащихся с опасными последствиями курения; дать рекомендации по оказанию первой медицинской помощи пострадавшему.

Рекомендации по проведению занятия

Отравление никотином, как правило, наблюдается при первой попытке курения, когда развивается острое отравление. Острое отравление может развиваться у начинающих курильщиков при большом количестве выкуренных сигарет, при длительном пребывании в прокуренной комнате. При остром отравлении появляются тошнота, рвота, общая слабость, сердцебиение.

Первая медицинская помощь:

- вывести пострадавшего на свежий воздух;
- дать обильное питье.

Урок 35. Правила оказания первой медицинской помощи при отравлении угарным газом

Цель урока. Ознакомить с понятием «угарный газ» и правилами оказания первой медицинской помощи при отравлении угарным газом.

Рекомендации по проведению занятия

Угарный газ, или окись углерода, образуется при работе двигателей внутреннего сгорания, при медленном окислении масел, содержащихся в малярных красках, во время взрывных работ, при пожарах.

Угарным газом в случаях недостаточной вентиляции помещения можно отравиться в

домашних условиях при плохо работающих печных дымоходах, при преждевременном закрытии печных заслонок.

Оксид углерода представляет собой бесцветный высокотоксичный газ, часто имеющий гаревый запах. Его токсичность очень высока: вдыхание воздуха, содержащего всего только 0,15—0,20% окиси углерода, в течение 1—2 ч может привести к тяжелому отравлению, в результате которого нарушается процесс переноса кислорода из легких к органам и тканям, наступает острое кислородное голодание, которое может привести к гибели человека.

Отравление угарным газом обычно развивается постепенно. Начальными признаками отравления являются ощущение общей слабости; головная боль в области лба и висков, ощущение тяжести в голове, ускоренное сердцебиение, покраснение кожи. Затем нарастает мышечная слабость, появляется головокружение, шум в ушах, рвота, сонливость. Чем раньше при отравлении угарным газом оказывается помощь, тем более вероятен благополучный исход.

Первая медицинская помощь:

- Немедленно вывести пострадавшего из отравленной атмосферы на свежий воздух или дать вдыхать чистый кислород.
- Освободить пострадавшего от стягивающей и препятствующей свободному дыханию одежды — снять галстук, расстегнуть пояс, воротник рубашки и т. п.
- При выраженных расстройствах дыхания или его остановке быстро начать делать искусственное дыхание. Вызвать скорую медицинскую помощь.

Домашнее задание

Изучите § 7.1, 7.2, 7.3 учебника.