

Розробка Єдиного уроку
з безпеки життєдіяльності
Правила поведінки на воді

Підготувала:
кл. керівник 8 –А кл
Слобожанської гімназії №2
Колісник Є.О.

Мета: Поглибити знання про причини нещасних випадків на воді. Узагальнити та систематизувати знання дітей про правила поведінки на воді.
Сприяти попередженню дитячого травматизму на воді. Повторити основні правила надання першої допомоги потерпілому.
Розвивати пам'ять, мислення, зв'язне мовлення учнів.
Виховувати бажання цінувати своє здоров'я та життя.

Хід заняття.

I. Організаційний момент

II. Оголошення теми, мети. Мотивація навчальної діяльності.

Вчитель:

- Ви вже не маленькі й багато чого можете вирішувати самі. Іноді вам здається, що цього не помічають дорослі, що з вашою думкою не рахуються, що вас недооцінюють. Це вас ображає, злить, і, звичайно, хочеться зробити все навпаки. Часом ми керуємося почуттями, емоціями і нерідко серйозно не задумуємося над наслідками своїх дій. Чомусь ми думаємо, що саме з нами нічого погано не станеться, але це, на жаль, не так. Тому не дарма в народі кажуть: «Береженого і Бог береже».

Сьогодні ми поговоримо про правила поведінки на воді, бо наближається чудова пора літніх канікул, а всі тільки й мріють про те, як будуть купатися влітку на річці або в морі.

III. Сприйняття й засвоєння матеріалу.

Вчитель:

- Дійсно, вода не страшна тим, хто вміє добре плавати. Людина, що вміє добре плавати, відчуває себе на воді спокійно, впевнено і, в разі необхідності, зможе допомогти іншому. Ось чому першою умовою безпечного відпочинку на воді є вміння добре плавати. Але, навчившись плавати не треба забувати про обережність і дисципліну на воді. Бо інколи страждають і добрі пловці, якщо вони нехтують правила безпеки на воді, особливо в незнайомих місцях.

Часто доводиться чути, що один потонув тому, що заплив далеко, а плавав погано. Інший – купався в незнайомому місці, де купатися заборонено. Але якби всі відпочиваючі виконували правила поведінки на воді, таких би випадків на воді не було б.

Статистика:

- Робота за малюнками.
- Розгляньте малюнки і з'ясуйте, які правила поведінки на воді було порушено?

Вчитель: А зараз разом спробуємо сформулювати загальні правила поведінки на воді:

1. Купатися можна при $t 20 - 20^{\circ}\text{C}$ у спеціально відведених для цього місцях;
2. Не можна плигати у воду розігрітим, бо швидка зміна температури може призвести до втрати свідомості;
3. Забороняється купатися у місцях з обривистим дном;
4. Не можна купатися у місцях з водяною рослинністю;

5. Не можна стрибати у воду з мостів, човнів, а також ниряти в місцях з невідомою глибиною;
6. Не можна запливати далеко від берега, а на пляжі – запливати за попереджувачі знаки;
7. Не можна купатися в нетверезому стані;
8. Після прийому їжі купатися слід через 1,5 – 2 години.

Вчитель:

- А чи були у вас такі випадки, коли ви порушували правила поведінки на воді, створюючи небезпеку для свого життя? Пригадайте, що ви почували в перші хвилини небезпеки?
- Дійсно, головним ворогом в екстремальній ситуації є страх або переляк, який паралізує свідомість людини. Той, хто зуміє подолати страх, той зможе сконцентрувати свої сили і врятувати своє життя. Наприклад, трапляється, що у декого судомо зводять м'язи, і це лякає людину. На якусь мить розладнується дихання, втрачається координація рухів, голосову щилину зводять спазм, що цілком достатньо, щоб захлинутися. Але судомо самі по собі не можуть утопити людину, належить уміло їм протидіяти: енергійний масаж напружених м'язів і вони (судомо) минуть через 3-5 хвилин. Головне не панікувати і триматися на плаву. Але більшість людей все-таки піддається паніці, і тільки допомога стороннього зможе врятувати їхнє життя.

- Розгляд малюнку «Способи рятування на воді» (мал. 29, с. 105)

Вчитель:

- А зараз пригадайте, з яких етапів складається перша медична допомога потерпілому на воді?
 1. **Перша допомога** (здійснюється протягом 1-5 хвилин після утоплення)
 2. **Перша медична допомога** (не пізніше 5 хвилин після потоплення, здійснюється медичними працівниками)
 3. **Швидка медична спеціалізована допомога** (здійснюється виїзною реанімаційною бригадою «швидкої допомоги»)
 4. **Спеціалізована медична допомога** (здійснюється в стаціонарі і включає комплекс реанімаційних заходів в умовах інтенсивної терапії)

Вчитель:

- Пригадайте, як правильно треба надавати першу медичну допомогу потерпілим на воді.

(Витягнувши людину на берег не треба гаяти часу, коли потерпілий при свідомості, його важливо заспокоїти, передягнути в сухе. Той, хто, тонучи, наковтався води часто непритомніє. Тому дуже вадливо активізувати дихання, очистивши ротову порожнину від мулу, піску чистою хустиною і зробити штучне дихання, а якщо зупинилося серце – закритий масаж серця.
- **Хто знає, як правильно зробити штучне дихання?**

Після очищення дихальних шляхів людину кладуть животом на стегно зігнутої в коліні ноги, щоб звисала голова, і ритмічно, кілька разів натискають між лопаток. (мал. 30, с. 106) Якщо дихання не встановилося, потерпілого кладуть горілиць і, відхиливши йому голову назад, роблять штучне дихання «ротом в рот» і закритий масаж серця. (2 вдихи на 15 натискувань) Штучне дихання

проводиться до появи у потерпілого ознак самостійного дихання. Навіть коли людина опритомніла і почувається краще її необхідно направити до лікарні для повного медичного обстеження.

● **Хвилинка історії: «Чи знаєте ви?»**

- Професія рятувника одна з найгуманніших і найдавніших, бо як тільки людина вперше зустрілася з водою, виникла необхідність турбуватися про її безпеку. Основи рятувальної справи були закладені ще в часи правління **Петра I**. У 1709 році під час повені в Петербурзі він особисто керував рятувальними роботами. У 1866 році була перша спроба створити рятувальне товариство для моряків. А в 1880 році воно було перейменоване у **Товариство рятування на воді**, яке виконує свої функції і до сьогодні.

-

IV. Узагальнення знань.

Гра «Мікрофон»

- А зараз спробуйте зв'язно і послідовно висловити свої думки щодо викладеного матеріалу, користуючись формулою:
 1. Сьогодні я дізнався...
 2. Сьогодні я зрозумів...
 3. Сьогодні я навчився...
 - 4.

V. Заключне слово вчителя.

- Я думаю, ви переконались у тому, що краще не допускати до біди, запобігати нещастю, ніж знаходити вихід із небезпечної ситуації. Пам'ятайте правила поведінки на воді, дотримуйтеся їх, і тоді ріки, озера, моря даруватимуть вам лише радість і здоров'я.