

**План-конспект открытого урока по «Основам безопасности жизнедеятельности» для обучающихся 9 класса**

**Тема: «Первая помощь. Алгоритм действий»**

**Цели урока:**

**Образовательная:** Обобщить и систематизировать знания и умения обучающихся, обеспечить усвоение обучающимися основных правил оказания первой помощи пострадавшим.

**Развивающая:** Развитие аналитического мышления и самостоятельной деятельности учеников.

**Воспитательная:** Воспитать интерес к изучаемому предмету и ответственность у школьников за качественное выполнение самостоятельной работы на уроке.

**Тип урока:** комбинированный

**Место проведения:** учебный класс

**Дата проведения:** \_\_\_\_\_

**Время проведения:** 45 минут

**Контингент занимающихся:** смешанный

**Ход урока**

**I. Оргмомент.**

**II. Проверка домашнего задания:**

**Беседа по вопросам:**

- На прошлом уроке мы с вами познакомились с основными принципами комплектования аптечки первой помощи.

- Назовите препараты и перевязочный материал, которые должны входить в состав минимальной аптечки.

*(Лейкопластырь рулонный – для предотвращения потёртостей и мозолей,*

*лейкопластырь бактерицидный – заклеить порез,*

*бинт – забинтовать рану, наложить повязку на вывихнутый сустав или закрепить импровизированную шину,*

*анальгин – обезболивающее,*

*йод – для обработки раны)*

- А какие препараты и инструменты входят в состав расширенной аптечки?

*(Жаропонижающие – парацетомол, аспирин,*

*болеутоляющие – анальгин, баралгин,*

*сердечно-сосудистые – валидол, корвалол,*

*противоаллергические – супрастин,*

*активированный уголь – при отравлениях,*

*кровоостанавливающие – перекись водорода,*

*дезинфицирующие средства – мыло, марганцовка, йод,*

*перевязочный материал – бинт стерильный, эластичный, марлевые салфетки,*

*лейкопластырь,*

*инструменты – ножницы, пинцет, жгут)*

- Можно ли изменять состав аптечки, дополняя её другими препаратами?

*(Да. Список медикаментов можно дополнить другими препаратами, исходя из особенностей своего здоровья)*

- Вы собрались в поход, дальнюю поездку. Как правильно упаковать аптечку?  
(Содержимое аптечки можно разложить по отдельным полиэтиленовым пакетам. Упаковка должна быть водонепроницаемой. Полезно положить в аптечку карточку с информацией о своих болезнях и принимаемых лекарствах, аллергии, противопоказаниях)

### **III. Изучение нового материала:**

#### **Задачи ПМП:**

- уменьшить его страдания,
- предупредить развитие возможных осложнений,
- облегчить тяжесть течения травмы или заболевания,
- спасти жизнь пострадавшему.

#### **Мероприятия ПМП:**

- временная остановка кровотечения,
- повязки на рану и ожоговую поверхность,
- искусственное дыхание и непрямой массаж сердца,
- введение болеутоляющих (при шоке),
- транспортная иммобилизация.

Оказание первой медицинской помощи возможно в более ранние сроки имеет решающее значение для дальнейшего течения и исхода поражения, а иногда и спасения жизни. При сильном кровотечении, поражении электрическим током, утоплении, прекращении сердечной деятельности и дыхания, в ряде других случаев первая медицинская помощь должна оказываться немедленно. Если в первой медицинской помощи будет нуждаться одновременно большое число пораженных, то определяется срочность и очередность ее оказания. В первую очередь помощь оказывают детям и тем пострадавшим, которые могут погибнуть, если не получат ее сейчас же.

**Условия:** все приемы первой медицинской помощи должны выполняться бережно и быть щадящими. Грубые вмешательства могут повредить пострадавшему и ухудшить его состояние.

#### ***Принципы оказания первой помощи в неотложных ситуациях***

Попав в экстремальную ситуацию, сохраняйте спокойствие и, прежде чем действовать, продумайте свои шаги. Спросите себя: "Что мне необходимо предпринять? Чем я могу быть полезен?" Четыре принципа оказания помощи при неотложных случаях являются вашим руководством к действию. Они выступают в качестве плана действий в любой неотложной ситуации.

#### ***Принципы оказания первой помощи при неотложной ситуации***

Существует четыре принципа оказания первой помощи при неотложных ситуациях, которых следует придерживаться шаг за шагом:

1. Осмотрите место происшествия.
2. Проведите первичный осмотр пострадавшего и окажите первую помощь при состояниях, угрожающих его жизни.
3. Вызовите скорую помощь.
4. Проведите вторичный осмотр пострадавшего и при необходимости окажите помощь при выявлении других проблем. Непрерывно наблюдайте за пострадавшим и успокаивайте его до прибытия скорой, помощи.

Эта последовательность действий обеспечивает вашу безопасность, безопасность пострадавшего и окружающих, а также способствует эффективной работе человека, оказывающего помощь, тем самым увеличивая шансы пострадавшего на выживание.

### **Принцип первый: *осмотр места происшествия***

Как только вы определили, что неотложная ситуация налицо, и приготовились действовать, проверьте, не представляет ли место происшествия опасности для вас и для окружающих. Внимательно осмотритесь и постарайтесь определить следующее:

1. Не представляет ли место происшествия опасности?
2. Что произошло?
3. Сколько пострадавших?
4. В состоянии ли окружающие вам помочь?

Когда вы производите осмотр места происшествия, обращайтесь внимание на все то, что может угрожать вашей безопасности и безопасности окружающих: оголенные электрические провода, падающие обломки, интенсивное дорожное движение, пожар, дым, вредные испарения, неблагоприятные погодные условия, слишком большая глубина водоема или быстрое течение. Если вам угрожает какая-либо опасность, не приближайтесь к пострадавшему. Немедленно вызовите скорую помощь и соответствующую аварийную службу или милицию для получения профессиональной помощи.

### ***Как только вы приблизились к пострадавшему***

Постарайтесь успокоить пострадавшего. Находитесь на уровне его глаз. Говорите спокойно.

1. Скажите кто вы такой.
2. Объясните, что вы прошли курс первой помощи.
3. Предложите вашу помощь (получите согласие пострадавшего на оказание помощи).
4. Объясните, какие действия вы собираетесь предпринять.

Прежде чем приступать к оказанию первой помощи, вам следует получить на это разрешение пострадавшего. Пострадавший, находящийся в сознании, имеет право отказаться от вашей услуги. Если пострадавший находится без сознания, то считайте, что вы получили его согласие на проведение мероприятий первой помощи.

### **Принцип второй: *проведение первичного осмотра***

В процессе первичного осмотра вы также проверяете проходимость дыхательных путей

Определите наличие сознания у пострадавшего, задав ему вопрос: "Вам нужна помощь?"

Если ответа не последовало, слегка сожмите трапецевидную мышцу пострадавшего.

пострадавшего, наличие дыхания и пульса.

- Шаг первый: дыхательные пути.
- Шаг второй: дыхание.

Определите наличие признаков жизни, не передвигая пострадавшего.

Переворачивайте пострадавшего на спину только в том случае, если у него отсутствуют дыхание. Если вам необходимо повернуть пострадавшего на спину,

поддерживайте его голову так, чтобы голова и позвоночник, по возможности, находились на одной оси .

**Шаг первый: обеспечение проходимости дыхательных путей**

Убедитесь в том, что дыхательные пути у пострадавшего открыты. Дыхательными путями являются воздухоносные проходы от рта и носа к легким. Любой человек, который в состоянии говорить или издавать крик, находится в сознании и дыхательные пути у него открыты.

Если же пострадавший находится без сознания, необходимо убедиться в проходимости его дыхательных путей. Для этого запрокиньте его голову и приподнимите подбородок . При этом язык перестает закрывать заднюю часть дыхательного горла, пропуская воздух в легкие. Если у вас есть подозрение на травмы шеи у пострадавшего, используйте иной метод для открытия дыхательных путей который называется "выдвижение нижней челюсти без запрокидывания головы". Если в дыхательные пути пострадавшего попало инородное тело, вам сначала следует его удалить.

**Шаг второй: проверка наличия дыхания**

Следующим шагом является проверка наличия дыхания. Если пострадавший находится в бессознательном состоянии, обратите внимание на наличие у него признаков дыхания. Грудь при дыхании должна подниматься и опускаться. Кроме этого, вам необходимо услышать и почувствовать дыхание, чтобы убедиться, что человек действительно дышит. Приблизьте ваше лицо ко рту и носу пострадавшего так, чтобы можно было слышать и ощущать воздух при выдохе. При этом наблюдайте за поднятием и опусканием грудной клетки. Делайте это в течение полных 5 секунд .

Если пострадавший не дышит, вы обязаны помочь ему в этом путем вдувания воздуха через рот. Зажмите его ноздри и сначала сделайте два полных вдувания. Далее следует производить по одному вдуванию. Подобная процедура называется искусственной вентиляцией легких. О порядке проведения искусственной вентиляции легких вы узнаете в главе 5.

**Шаг третий: проверка наличия пульса**

Последней ступенью первичного осмотра пострадавшего является проверка пульса. Это включает определение пульса и выявление сильного кровотечения и признаков шокового состояния.

Если человек дышит, его сердце сокращается, тогда вам не надо проверять наличие пульса. Если же дыхание отсутствует, вы должны прощупать пульс пострадавшего. Для определения пульса нащупайте сонную артерию на шее пострадавшего со стороны, находящейся ближе к вам . Для этого найдите адамово яблоко (кадык) и передвиньте пальцы в углубление, расположенное сбоку шеи. Замедленный или слабый пульс бывает трудно определить. Если вам не удалось нащупать пульс с первого раза, начните снова с кадыка. Когда вы считаете, что нашли верную точку, прощупывайте пульс не меньше 10 секунд.

Если пульс у пострадавшего отсутствует, необходимо проведение искусственной вентиляции легких с одновременным надавливанием на грудину. Эта процедура называется сердечно-легочной реанимацией. Если у пострадавшего, который находится без сознания, определяются дыхание и пульс, не оставляйте его лежать на спине. Переверните пострадавшего на бок, чтобы его дыхательные пути были открыты. Это положение называют восстановительным. В этом положении язык

пострадавшего не закрывает дыхательные пути. Кроме того, при этой позиции рвотные массы, выделения и кровь могут свободно выходить из ротовой полости, не вызывая закупорки дыхательных путей.

### **Признаки и симптомы**

- поведение пострадавшего,
- внешний вид пострадавшего,
- жалобы, т.е. субъективные ощущения, которые сообщает вам пострадавший,
- объективные данные, свидетельствующие о травме или болезни, которые можно увидеть, ощупать или определить на слух.
- Признаки и симптомы помогают вам определить у пострадавшего проблемы, при которых требуется оказание первой помощи.

### **Принцип третий: вызов скорой помощи**

Позвоните по телефону "03" для вызова скорой помощи. По возможности пошлите кого-нибудь позвонить в то время, как вы оказываете помощь пострадавшему. В главе 2 вы можете прочесть о службе скорой помощи, зачем и когда вызывать помощь.

### **Принцип четвертый: проведение вторичного осмотра**

При вторичном осмотре пострадавшего после оказания первой помощи продолжайте наблюдать за признаками жизни вплоть до прибытия скорой помощи. Состояние человека может ухудшаться постепенно, и внезапно может возникнуть серьезная угроза для жизни (например, остановка дыхания или остановка сердца). Не успокаивайте себя мыслью, что пострадавший находится вне опасности только на основании того, что, на первый взгляд, нет никаких серьезных проблем. Помогите человеку сохранять спокойствие и находиться в максимально удобном положении в период ожидания.

### **IV. Закрепление изученного материала:**

### **V. Подведение итогов урока. Оценки**