

Государственное учебно-методическое учреждение  
«Брестский районный учебно-методический кабинет»

**ОСНОВЫ**  
**БЕЗОПАСНОСТИ**  
**ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
**И**  
**ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА И**  
**БЕЗОПАСНОСТЬ**



**3 КЛАСС**

**ТЕМА:**

**Меры оказания первой  
помощи при  
обморожении и  
охлаждении**



## ЦЕЛЬ:

- Познакомиться с понятием «обморожение» и «переохлаждение».
- Узнать о мерах предупреждения обморожения и переохлаждения.
- Получить представление об оказании первой помощи при обморожении.



# Собери



Мороз невелик, да **СТОЯТЬ** не  
ВЕЛИТ.





# Собери



Мороз ленивого за нос хватает,  
а перед проворным шапку  
снимает.





# Собери



Два друга – мороз да вьюга.



**Какая пора года? Чем можно заниматься  
детям на улице? Какие опасности  
подстерегают детей?**

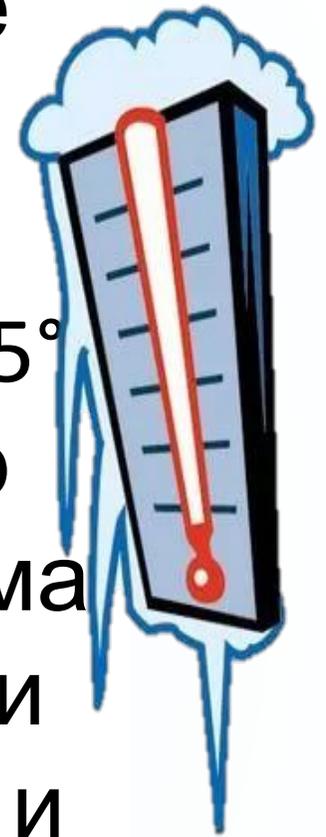


По земле колдун идёт,  
Бородой седой трясёт.  
Как на воду он дохнёт,  
Превращается вся в  
лёд.  
А когда злодей летает,  
Всё живое замерзает.



**мороз**

**Переохлаждение организма** – это общее состояние человека, когда на всю его поверхность тела воздействует холод, а температура тела при этом падает ниже 35° С. Длительное влияние низких температур приводит к замерзанию, функции организма угнетаются, а при длительном воздействии холода и вовсе угасают. Переохлаждение и обморожение – похожие понятия, но имеющие некоторые различия.





**Обморожение** — это повреждение различных частей тела при длительном нахождении на низкой температуре вне

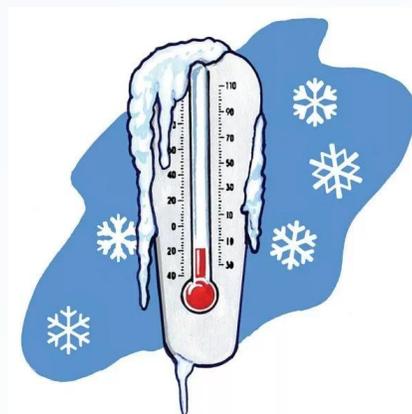
**помещения.** Нередко сопровождается общим переохлаждением организма и особенно часто затрагивает такие части тела как ушные раковины, нос, недостаточно защищённые конечности, прежде всего пальцы



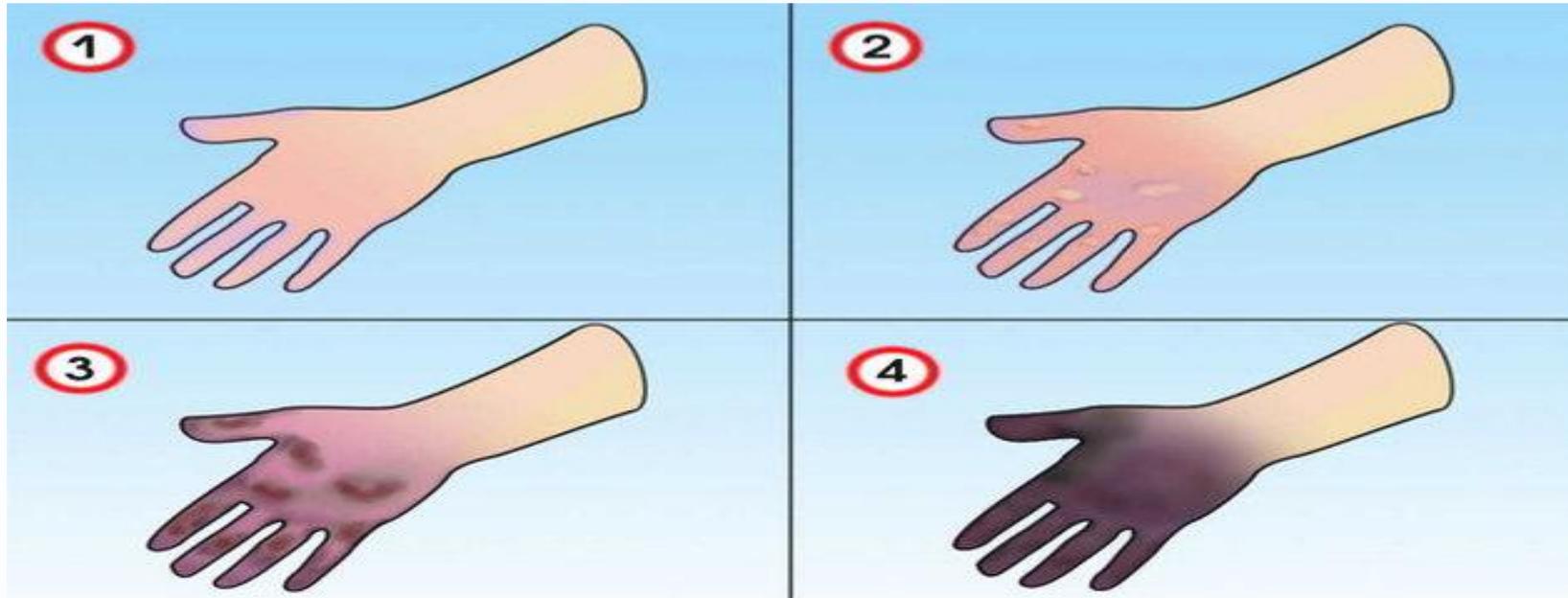
**Чаще всего обморожения возникают в холодное зимнее время при температуре окружающей среды ниже  $-10\text{ }^{\circ}\text{C}$  —  $-20\text{ }^{\circ}\text{C}$ . При длительном пребывании вне помещения, особенно при высокой влажности и сильном ветре, обморожение можно получить осенью и весной при температуре воздуха выше нуля.**

# Факторы, влияющие на получение обморожения

- **Сильный ветер.**
- **Длительное пребывание на улице.**
- **Высокая влажность**
- **Низкая**



# Чаще всего подвергаются обморожению выступающие части лица и конечности.



*I степень – потеря кожной чувствительности, отечность*



*II степень – образование пузырей на коже*



*III степень – омертвление обмороженных участков кожи*

**Признаки обморожения—изменение цвета и чувствительности кожных покровов. Кожа сначала красная, а потом бледнеет и становится твердой и холодной**



**Выделяют 4 степени обморожения от покраснения и покалывания кожных покровов до омертвения тканей.**

**I**



**II**



**III**



**IV**



# Обморожение



горячий чай

**Первая помощь при обморожении** – медленное согревание, наложение сухих повязки и горячее питьё.



1



Снять  
промёрзши  
е вещи

2



Наложить  
сухую  
стерильную  
повязку



3



Выпить  
горячий  
чай

4



При  
необходимост  
и обратиться к  
врачу

# КАК ИЗБЕЖАТЬ ОБМОРОЖЕНИЯ

1

одевайтесь многослойно  
одежда и обувь не должны давить  
обязательно носите шапку и шарф



2



ешьте питательно,  
но не переешьте



перед выходом на  
улицу пейте горячий  
чай с лимоном



смазывайте лицо и  
руки жирным кремом

3



на морозе не курите и  
не употребляйте алкоголь



при обморожении не  
растирайте и резко не  
согревайте поврежденные  
места



заметили серьезные  
изменения кожи -  
скорее к врачу



## «ЖЕЛЕЗНОЕ» ОБМОРОЖЕНИЕ



- Зимой встречаются и холодовые травмы, возникающие при соприкосновении теплой кожи с холодным металлическим предметом. Стоит схватиться голый рукой за какую-нибудь железку или, того хуже, лизнуть ее языком, как он намертво к ней прилипнет. Освободиться от оков можно, только отодрав их вместе с кожей или полив на место прилипания теплую жидкость.

# ПРАВИЛА ЗИМНЕГО

Одежда должна быть свободной и многослойной.

Выходя на улицу выпейте горячий чай или какао.

На улице каждые полчаса старайтесь заходить в тёплое помещение

Каждые 5-7 минут сжимайте и разжимайте пальцы рук и ног.

Если промокла обувь, сразу идите домой.



# ИГРА «Запрещается –

## разрешается»

При сильном морозе трогать металлические конструкции голыми руками.  
Одеваться многослойно.

**запрещается**

**разрешается**

Тереть снегом обмороженное место.

**запрещается**

# ИГРА «Запрещается –

## разрешается»

Носить зимой узкую обувь.

**запрещается**

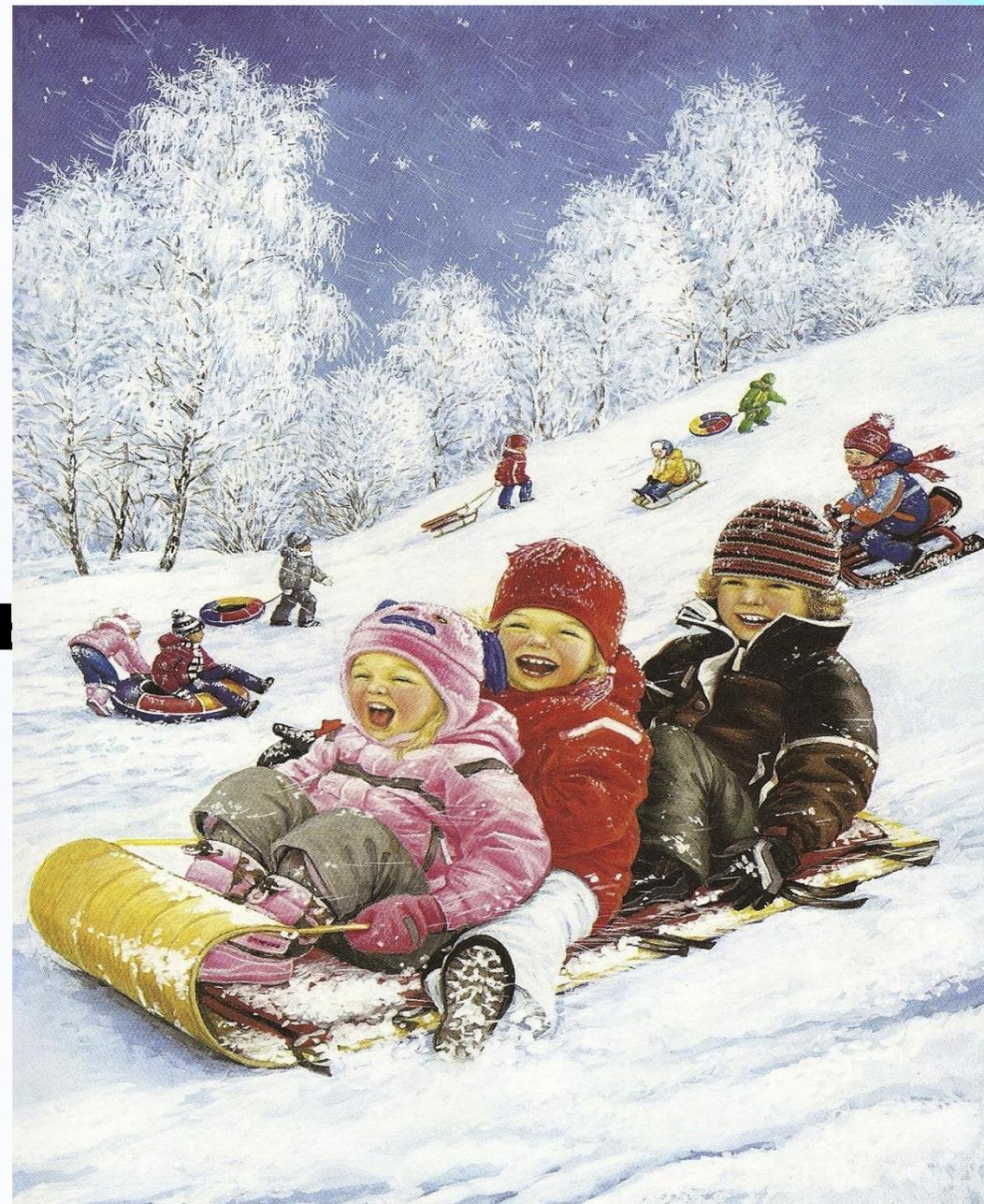
Каждые полчаса заходить в помещение погреться.

**разрешается**

Гулять зимой в промокшей обуви.

**запрещается**

**Зима. Морозы торжествуя,  
Морозят уши, щёки, нос.  
Надумал погулять в морозы  
—  
Теплей оденься, мой  
дружок!**



# РЕФЛЕКСИЯ

- Я УЗНАЛ ...
- МНЕ БЫЛО ...
- ТЕПЕРЬ Я ЗНАЮ .

