

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

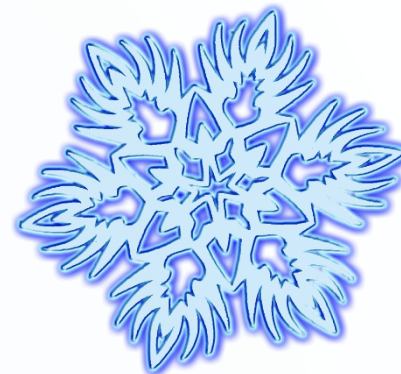
ОСНОВЫ
БЕЗОПАСНОСТИ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
И
ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА И
БЕЗОПАСНОСТЬ



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?**

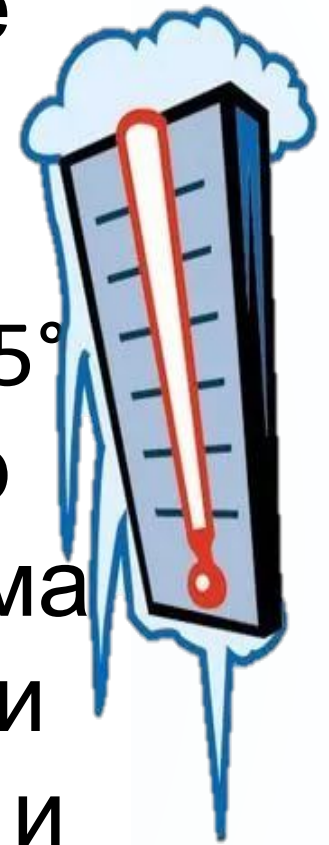


По земле колдун идёт,
Бородой седой трясёт.
Как на воду он дохнёт,
Превращается вся в
лёд.
А когда злодей летает,
Всё живое замерзает.



мороз

Переохлаждение организма – это общее состояние человека, когда на всю его поверхность тела воздействует холод, а температура тела при этом падает ниже 35°C . 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.

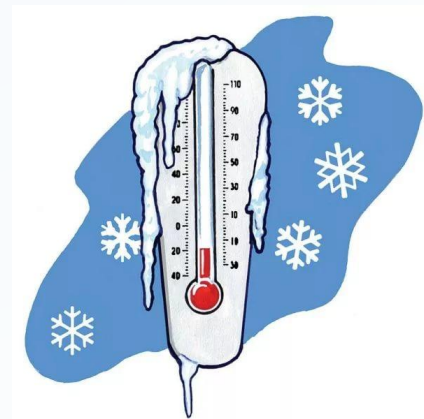
Нередко сопровождается общим переохлаждением организма и особенно часто затрагивает такие части тела как ушные раковины, нос, недостаточно защищённые конечности, прежде всего пальцы



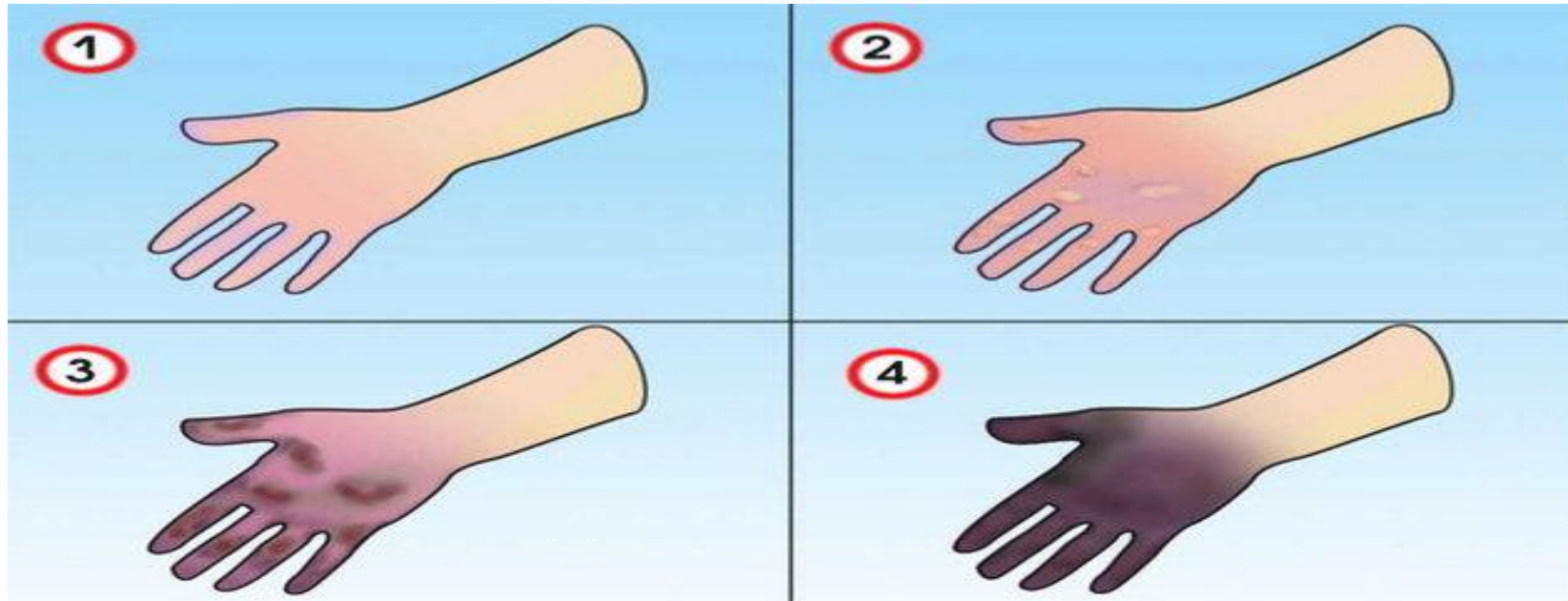
Чаще всего обморожения возникают в холодное зимнее время при температуре окружающей среды ниже $-10\text{ }^{\circ}\text{C}$ — $-20\text{ }^{\circ}\text{C}$. При длительном пребывании вне помещения, особенно при высокой влажности и сильном ветре, обморожение можно получить осенью и весной при температуре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



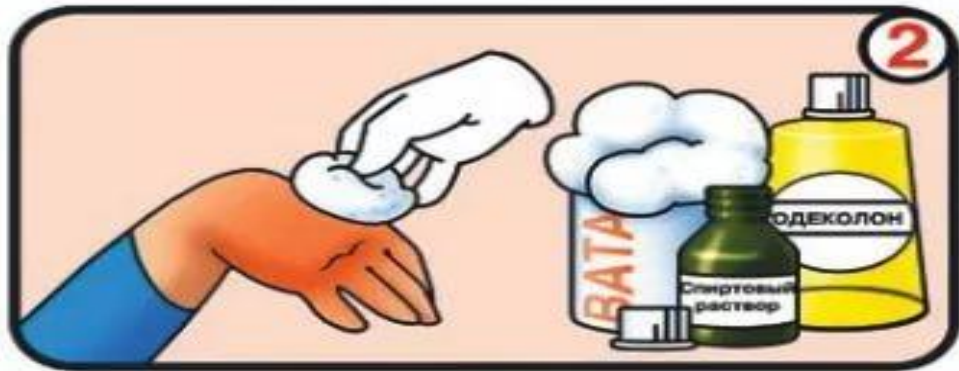
III



IV



Обморожение



горячий чай

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





1



Снять
промерзши
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 пере едайте



перед выходом на
улицу пейте горячий
чай с лимоном



смазывайте лицо и
руки жирным кремом

3



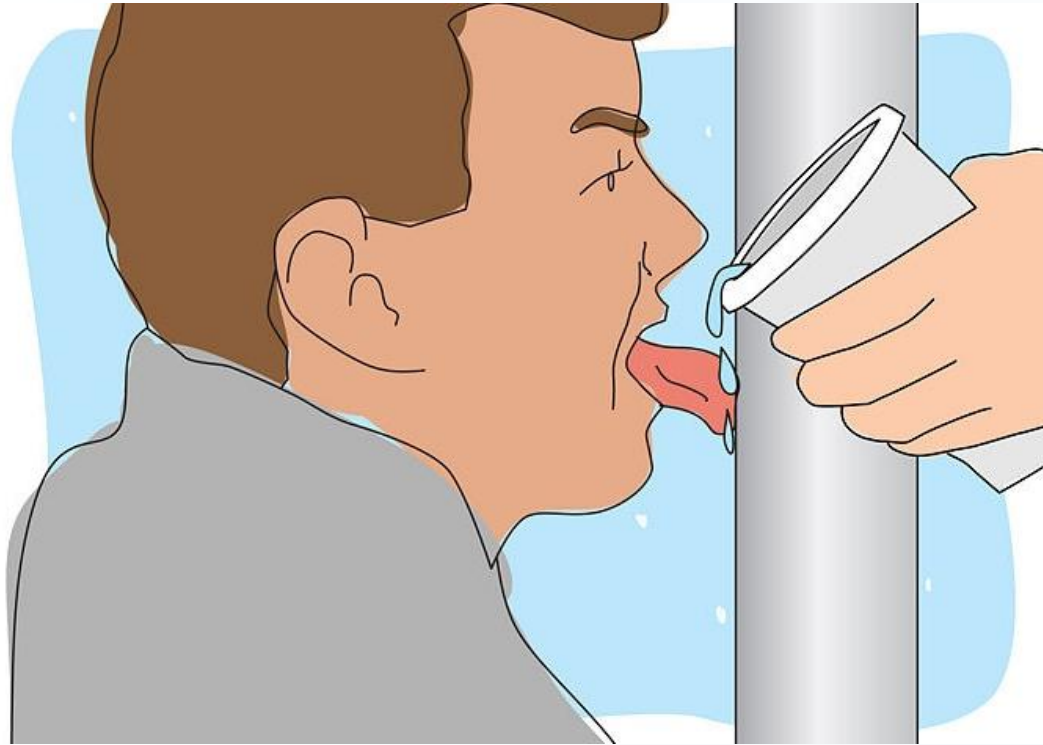
на морозе не курите и
не употребляйте алкоголь



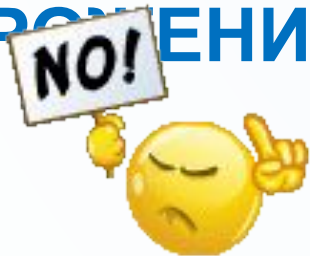
при обморожении не
растирайте и резко не
согревайте поврежденные
места



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 голыми руками за какую-нибудь железку или, того хуже, лизнуть ее языком, как она 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 .

