

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

# **ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

## **И**

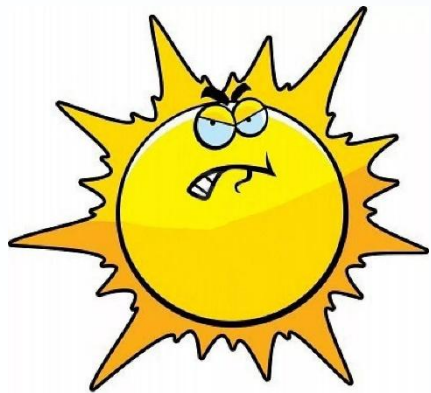
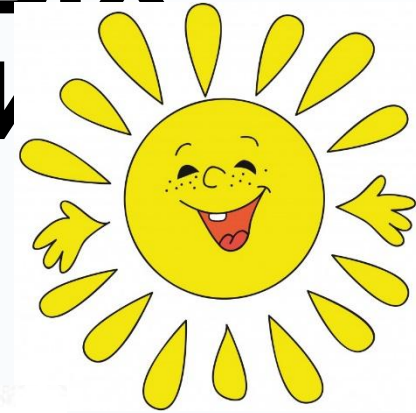
## **ОКРУЖАЮЩАЯ СРЕДА И БЕЗОПАСНОСТЬ**

### **3 КЛАСС**



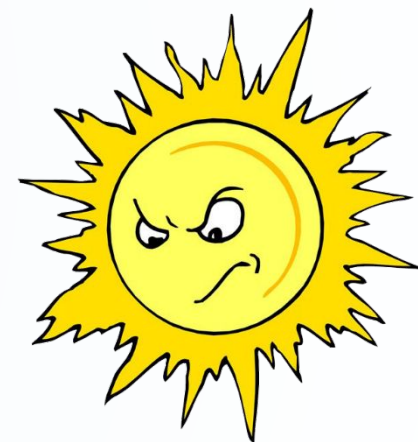
**ТЕМА:**

**Первая помощь при  
получении солнечных  
ожогов, солнечных и  
тепловых ударов**



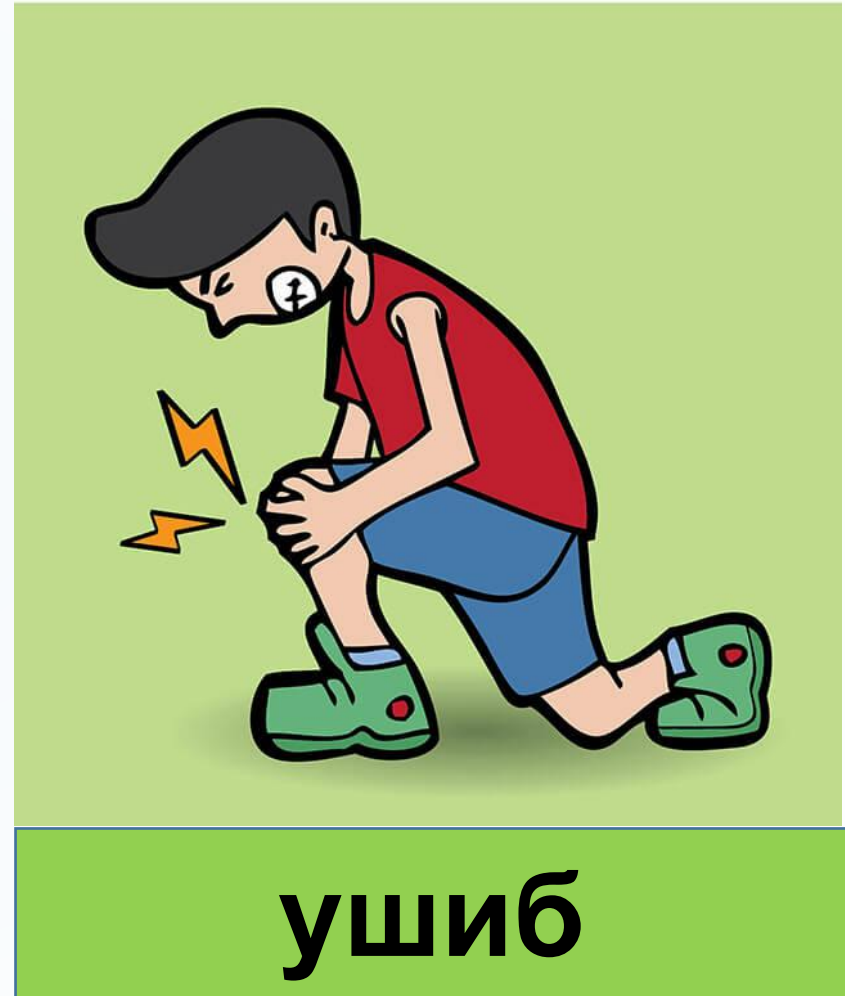
## ЦЕЛЬ:

- Познакомиться с понятием «солнечный ожог» и «солнечный и тепловой удар».
- Узнать о правилах поведения в жаркую погоду.
- Получить представление о предупреждении и оказании первой помощи при получении солнечных ожогов и солнечных и тепловых



# ПОВТОРЯЛ КА

Травма, в  
результате  
которой  
появляется  
синяк.



**Попадание  
ядовитых  
веществ в  
организм.**

**ПОВТОРЯЛ  
КА**



**отравление**

**ПОВТОРЯЛ  
КА**

**Глубокая  
длинная рана на  
теле, нанесённая  
острым  
предметом.**



**порез**

**ПОВТОРЯЛ  
КА**

**Лёгкое  
повреждение  
кожного покрова.**



**ссадина**

**ПОВТОРЯЛ  
КА**

**Ссадина на лбу,  
название  
которой  
является  
синонимом  
плода хвойного  
дерева.**

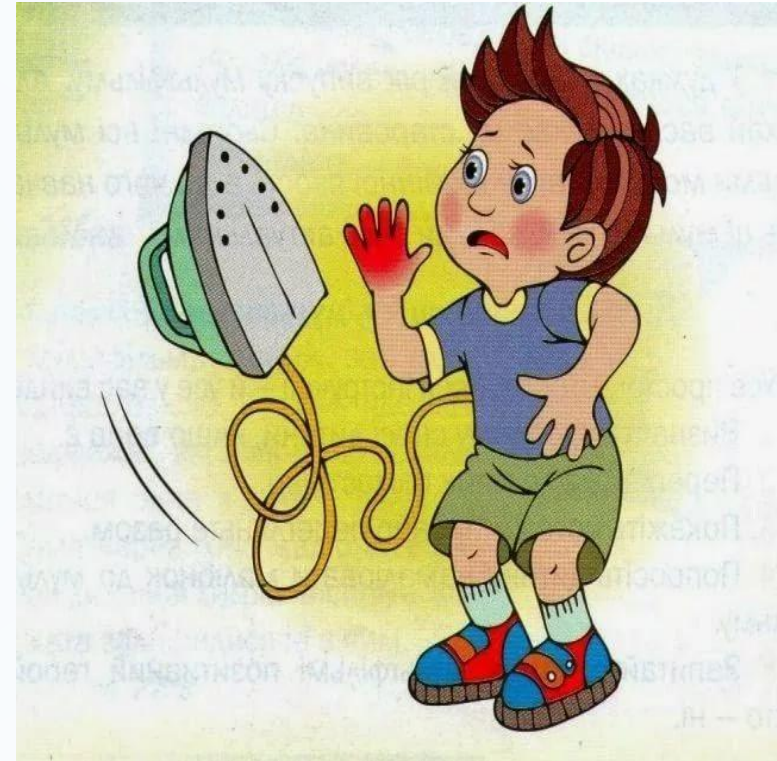


**шишка**



# ПОВТОРЯЛ КА

**Повреждение  
кожного покрова,  
вызванное  
воздействием  
высокой  
температуры.**

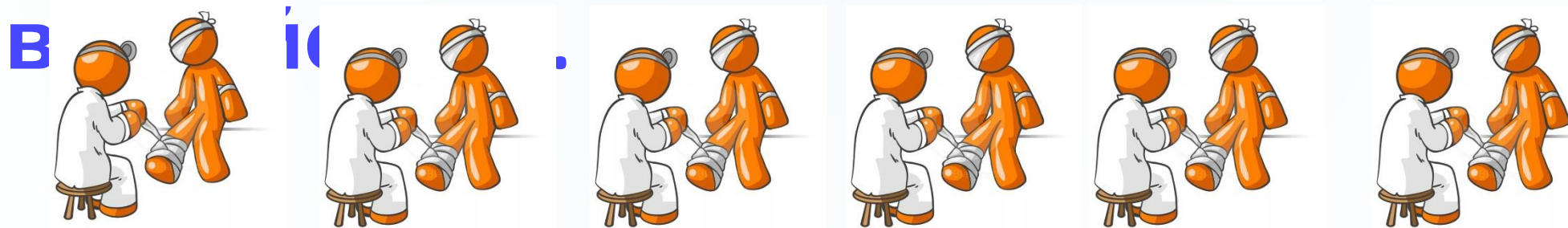


**ОЖОГ**

Ушиб, отравление, порез, ссадина,  
шишка, ожог. Как можно назвать  
ОДНИМ СЛОВОМ

**травмы**

**Травма** – это телесное повреждение  
органа, ткани в результате внешнего



**Какая пора года  
изображена?  
Какие виды травм можно  
получить летом?**



**Кто из детей оделся по погоде?**



**Какую травму могут получить мальчики?**

**Тепловой удар** – это опасное для жизни состояние, которое возникает при воздействии на тело человека повышенной температуры, в условиях повышенной влажности, обезвоживания и нарушения процесса терморегуляции организма



# Признаки теплового удара

## ✓ Слабость

✓ Головная боль

✓ Тошнота

✓ Учащенный пульс,

дыхание

✓ Расширенные зрачки

✓ Повышенная температура

✓ Возможно рвота.



# Первая помощь при тепловом

## ударе

- Немедленно зайдите в прохладное кондиционированное помещение.
- Снимите тесную одежду, снимите обувь.
- В случае теплового удара обернитесь влажной простыней или включите вентилятор.
- Если есть возможность, примите прохладный душ или ванну.
- Рекомендуется выпить 1 литр воды с добавлением 2 чайных ложек соли.
- Так же для снижения температуры тела можно приложить к области шеи, спины, подмышек и паха мешочки со



**Бродит одиноко  
Огненное око.  
Всюду, где бывает,  
Взглядом согревает.**



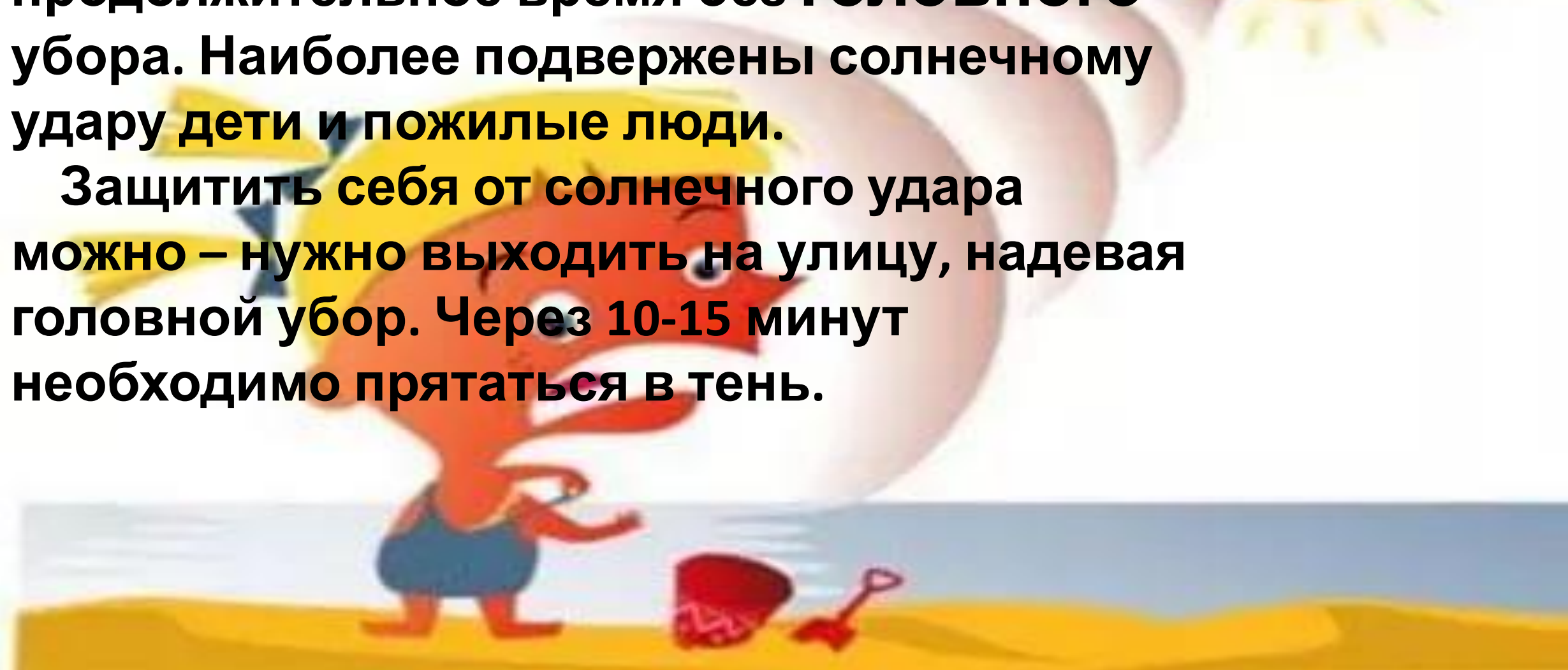


**Солнечный удар** – болезненное состояние, расстройство работы головного мозга вследствие продолжительного воздействия прямых солнечных лучей на непокрытую поверхность головы. Это особая форма теплового удара.



**Солнечный удар грозит человеку пребывающему на солнце продолжительное время без ГОЛОВНОГО убора. Наиболее подвержены солнечному удару дети и пожилые люди.**

**Защитить себя от солнечного удара можно – нужно выходить на улицу, надевая головной убор. Через 10-15 минут необходимо прятаться в тень.**



# Первая помощь при солнечном ударе

- Перенести в прохладное место;
- Уложить в горизонтальное положение
- Дать понюхать нашатырный спирт
- Охладить голову и область сердца (холодной водой, компрессом);
- Напоить прохладным напитком;
- При остановке сердца необходимо делать искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.



# Первая помощь при солнечном ударе



## **Правила поведения на пляже**

**Загорать нужно с утра, когда воздух чист и менее нагрет. С 9 ч утра до 11 часов.**

**Голова обязательно должна быть защищена головным убором. Использовать солнцезащитный крем.**

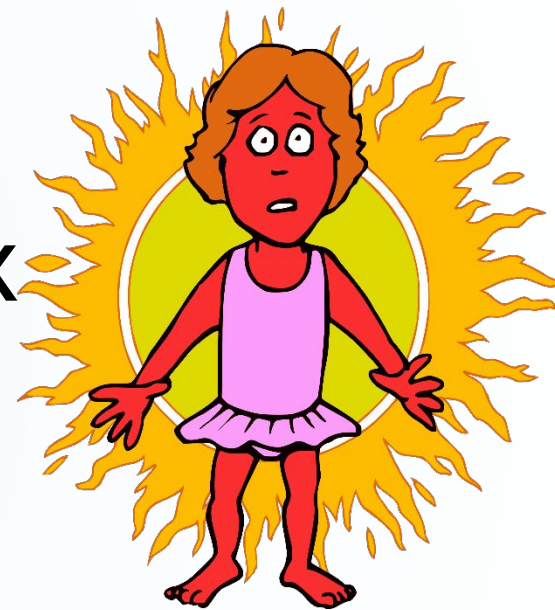
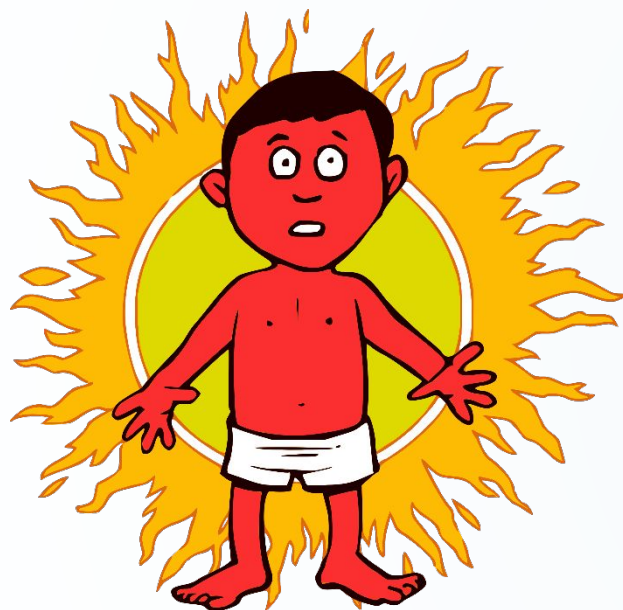
**Каждый час нужно 10-15 минут отдыхать в тени. Обязательно пить прохладные напитки.**

**Ни в коем случае нельзя спать под палящим солнцем. Иначе можно получить солнечный ожог.**

# Солнечный

## ожог

Воспаление кожи,  
вызванное  
попаданием прямых  
лучей солнца на  
незащищенную  
поверхность кожи.

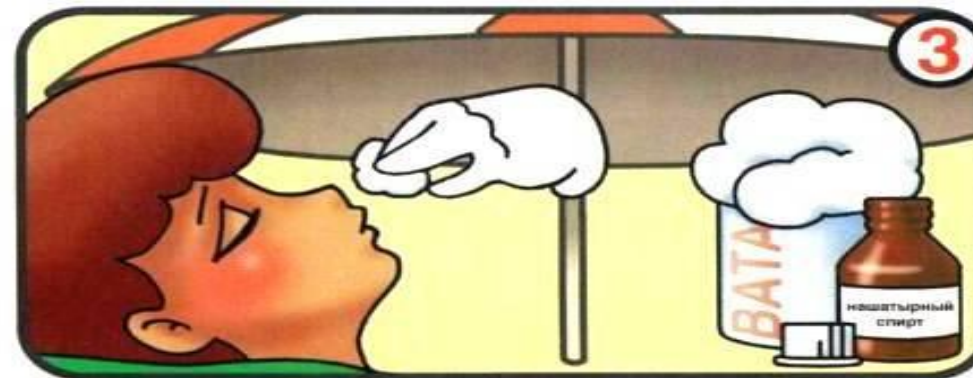
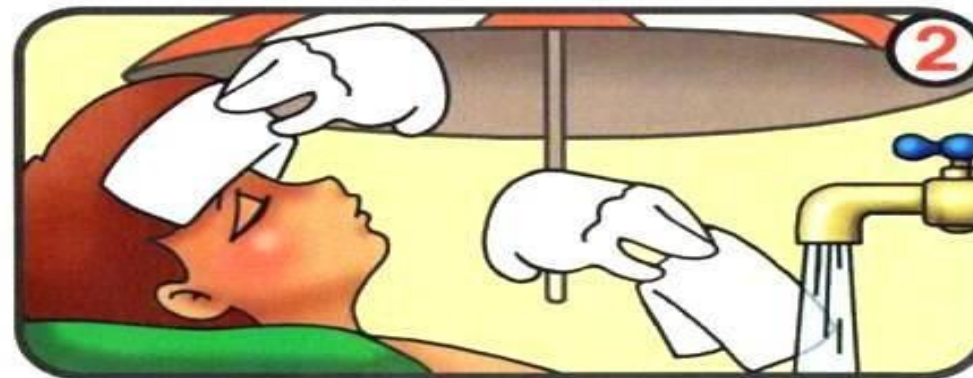


# Симптомы солнечного ожога

- ✓ Покраснение  
кожи;
- ✓ Боль;
- ✓ Отёк;
- ✓ Озноб;



Поставь диагноз и опиши первую помощь.






# ТЕСТ

Что является <sup>1</sup>причиной солнечного и теплового удара

А) нахождение в тёплой квартире зимой;

Б) удар чем-то тяжёлым по голове;

 длительное нахождение на солнце без головного убора .



# ТЕСТ

Покраснение кожи, боль, озноб, отёк –  
признак какого диагноза?

А) тепловой удар;

 солнечный ожог;

В) солнечный удар.



# ТЕСТ

Утром объявили, что температура воздуха днем будет +28 градуса. Ты наденешь?



А) шорты, майка, босоножки.

Б) кроссовки с носками, джинсы, сандалия;

В) футболка, шорты, босоножки, головной убор .



# РЕФЛЕКСИЯ

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



Пусть солнце  
станет вашим  
другом!

