

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ИВАНКОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ШКОЛА  
ФУРМАНОВСКОГО РАЙОНА**

**155521, Фурмановский район, д.Иванково, 54**

**ОГРН 1023701359230, ИНН 3705005349 / КПП 370501001**

**телефон (49341) 9-01-71; Факс (49341) 9-01-71, E-mail: ivshkola2007@yandex.ru**

---

***Практикум для  
учащихся 4-6 классов  
«Спаси жизнь»***



**Автор: учитель технологии, ОБЖ,  
физической культуры МОУ Иванковской СШ  
Зеленцов Сергей Владимирович**

## **Конспект практикума «Спаси жизнь»**

**Цель:** отработка практических умений учащихся по оказанию первой помощи.

**Задачи:**

- пополнить банк методических материалов к урокам ОБЖ, окружающего мира, для занятий внеурочной деятельностью;
- расширить знания и умения учащихся по оказанию первой помощи;
- развивать умения учащихся оказывать первую помощь
- обеспечить усвоение основных правил оказания первой помощи пострадавшим;
- воспитывать толерантность, сострадание и соучастие.

**Площадка проведения:** площадкой может служить любое помещение в школе (кабинет, актовый зал) или на школьной площадке.

**Описание практикума:** в мероприятии могут принимать участие как учащиеся одного класса, так и разновозрастные группы. Практикум может носить как обучающий, Так и соревновательный характер.

**Ведущие:** старшеклассники – волонтеры.

**Реквизит:** маршрутные листы («Карта спасателей»), карточки с названием групп, карточки – практические задачи, бинты, обеззаражающие средства, шина, тренажер-манекен по отработке приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей, тренажер-манекен для отработки сердечно-легочной реанимации.

### **Ход мероприятия**

1. Вступительное слово ведущего-волонтера. Приветствие участников.
2. Деление на группы (4-6 групп по 3-4 человека): «Экстренная помощь», «Первая помощь», «112», «Телефон», «Имя», «Вызов».  
Можно провести деление разными способами:
  - \*Участники вытаскивают карточки с названием группы, распределяются по своим группам;
  - \*каждый класс приходит на практикум, имея свое название.
3. После распределения группы проходят практикум в соответствии с «Картой спасения» (переходят от задачи к задаче – «Точка спасения»).
4. Каждая «Точка спасения» посвящена определенной теме. Виды оказания первой помощи можно менять в зависимости от целей проведения практикума.
5. Время пребывания в каждой «Точке спасения» ограничено (от 5 до 10 минут).
6. При проведении практикума в соревновательной форме – подготовить поощрительные призы командам-победителям и победителям в личном зачете. В этом случае волонтеры проставляют оценки (или баллы) в маршрутных листах.

## **«Точка спасения – РАНЫ, ПОРЕЗЫ»**

Группу учащихся встречает волонтер-Спасатель. Он озвучивает задачу. Учащиеся должны рассказать последовательность своих

действий и выполнить задание. Для проверки у «спасателя» имеется «Эталон решения задачи». Время на выполнение задачи – 5 минут.

Реквизит: бинт (или салфетки, марлевая повязка), зеленка (или йод, перекись водорода), шина.



### **Практическая задача.**

-Вы с другом играли около дома, он упал и порезал ладонь. Взрослых рядом нет. Тебе необходимо самому оказать первую помощь. Все необходимое находится в аптечке. Вы должны самостоятельно обработать и перебинтовать руку. Ваша задача – выбрать «пострадавшего», обговорить порядок действий, выбрать спикера (того, кто будет объяснять ваши действия) и того, кто будет оказывать помощь.

### **Эталон решения задачи:**

- Этот процесс осуществляется только чистыми руками.
- Пострадавший располагается таким образом, чтобы на поврежденную часть тела не оказывалось давления, сохранялся максимальный покой.
- Раневую поверхность нужно сразу же накрыть чистой салфеткой, марлевой повязкой или бинтом для предотвращения попадания микробов и грязи.
- Следует как можно быстрее остановить кровотечение.
- Поверхность раны или ссадин промывается водой.
- Края раны обрабатываются любым антисептиком. Если его нанести на саму раневую поверхность, это может повредить ткани, в некоторых случаях вызвать некроз.
- Наложить повязку.
- Если рана более глубокая или сильно загрязнена, то после наложения повязки пострадавшего надо немедленно доставить в медицинское учреждение. Там ему окажут квалифицированную помощь. Глубоким считается повреждение более двух сантиметров, с проникновением инородных предметов, когда задеты нервные окончания, приносящие резкую боль.

## **«Точка спасения – ПЕРЕЛОМЫ»**

Группу учащихся встречает волонтер-Спасатель. Он озвучивает задачу. Учащиеся должны рассказать последовательность своих действий и выполнить задание. Для проверки у «спасателя» имеется «Эталон решения задачи». Время на выполнение задачи – 5 минут.

Реквизит: бинт (или салфетки, марлевая повязка), зеленка (или йод, перекись водорода), шина.



### **Практическая задача.**

- Во время игры ваш друг упал, возникла резкая боль в ноге, невозможность движений. При любом движении, боль усиливается. Идти он не может. Какую помочь вы должны оказать в этом случае?  
Ваша задача – выбрать «пострадавшего», обговорить порядок действий, выбрать спикера (того, кто будет объяснять ваши действия) и того (или тех), кто будет оказывать помощь.

### **Эталон решения задачи:**

Первая помощь при открытом и закрытом переломе

Если вы встретили потерпевшего с переломом, то необходимо совершить три основных действия:

- Для полного обездвиживания производится фиксация наложением шины или лангета. Может использоваться картон, плоские дощечки.
- Непосредственно на кожу шина не накладывается. Между ней и телом должен быть минимум один слой ткани или другого мягкого материала.
- Повязку следует закрепить при помощи бинта.
- По возможности приложить к поврежденному участку лед.
- Срочно позвать взрослых. Если никого нет рядом, самим вызвать скорую помощь.

### **«Точка спасения – ПОДАВИЛСЯ»**

Группу учащихся встречает волонтер-Спасатель. Он озвучивает задачу. Учащиеся должны рассказать последовательность своих действий и выполнить задание. Для проверки у «спасателя» имеется «Эталон решения задачи». Время на выполнение задачи – 5 минут.

Реквизит: манекен-тренажер по удалению инородного тела из верхних дыхательных путей.

### **Практическая задача.**

- 
- К вам в гости пришли друзья и ты решил их угостить печеньем. Во время торопливой еды и разговора у вашего друга появился судорожный кашель, затруднение дыхания. Его беспокоит боль в области горлышка. Друг говорит с трудом, испытывает страх. Периодически повторяются приступы судорожного кашля и шумное дыхание с затруднением вдоха. Какую помочь вы должны оказать в этом случае?

Ваша задача – оказать первую помощь с использованием манекена-тренажера, обговорить порядок действий, выбрать спикера (того, кто будет объяснять ваши действия) и того (или тех), кто будет оказывать помощь.

### Эталон решения задачи:

- с помощью третьего лица вызвать бригаду “скорой медицинской помощи”;
  - если человек кашляет (*дыхание «медленный вдох – быстрый выдох»*) – наклонить человека (чтобы голова оказалась ниже тела. Желательно зафиксировать такое положение, держа рукой за талию) или перекинуть через колено, постучать по спине 5-6 раз. Удары должны быть четкими
  - Если человек схватился руками за шею, из глаз потекли слезы, начал синеть, краснеть, бледнеть – применяем **захват Геймлиха**:
  - Подойти к подавившемуся сзади, чтобы уровень его плеч был выше Вашего.
  - Поставьте одну Вашу ногу между ногами пострадавшего, обе ноги немного согните в коленях.
  - Обхватите спасаемого руками вокруг талии.
  - Сожмите одну руку в кулак.
  - Поставьте кулак немногко выше пупка человека.
  - Обхватите кулак сверху свободной рукой .
  - Резким движением с силой надавите на живот и вверх, как бы пытаясь приподнять пострадавшего.
- При необходимости выполните серию из **(5!)** описанных толчков с минимальными интервалами
- Срочная госпитализация в ЛОР отделение.

### «Точка спасения – ВЫЗОВ СКОРОЙ ПОМОЩИ»

Группу учащихся встречает волонтер-Спасатель. Он озвучивает задачу. Учащиеся должны рассказать последовательность своих действий и выполнить задание. Для проверки у «спасателя» имеется «Эталон решения задачи». Время на выполнение задачи – 5 минут.

Реквизит: телефон.

Инструктор: Здравствуйте, ребята. Наш практикум посвящен оказанию первой помощи. В начале нашей встречи вы разбились на команды, которая имеет свое название. Название вашей группы: «Экстренная помощь» («Первая помощь», «112», «Телефон», «Имя», «Вызов»). Как вы думаете, как оно связано с первой помощью? В первую очередь, и это самое главное, вам надо позвать взрослых и уметь вызвать скорую помощь. А это бывает выполнить сложно. Давайте попробуем это выполнить.



### Практическая задача.

Зеленцов С.В. МОУ Иванковская СШ Фурмановский район Ивановская область [Ведите имя автора]

Вы движетесь по тротуару и видите, как машина сбивает пешехода. Водитель скрывается. Человек лежит на обочине. Ваши действия.

1.Позовите на помощь взрослых.

2.Вызовите скорую помощь.

Ваша задача –обговорить порядок действий, выбрать спикера (того, кто будет объяснять ваши действия) и того (или тех), кто будет выполнять задание.

### **Эталон решения задачи:**

#### **Как правильно позвать на помощь:**

-Поднять руки вверх (это надо сделать, чтобы казаться выше) и громко крикнуть: «Помогите, человеку плохо!».

-Если видишь человека, неважно много людей или мало, надо подойти конкретно к одному, взять его за руку и сказать: «Тетя, дядя, помогите, там человеку плохо».

#### **Основные правила вызова скорой медицинской помощи, других специальных служб**

С 2013 года единым телефонным номером для вызова экстренных служб стал номер 112. По нему можно вызвать спасателей, полицейских и скорую медицинскую помощь (вызов также может осуществляться по телефонным номерам 01, 101; 02, 102; 03, 103 и другим региональным номерам).

При вызове скорой медицинской помощи необходимо обязательно сообщить диспетчеру следующую информацию:

- место происшествия, что произошло;
- число пострадавших и тяжесть их состояния;
- какая помощь оказывается.

Телефонную трубку положить последним, после сообщения диспетчера о том, что вызов принят.

#### **«Точка спасения – ДЫШИТ – НЕ ДЫШИТ»**

Группу учащихся встречает волонтер-Спасатель. Он озвучивает задачу. Учащиеся должны рассказать последовательность своих действий и выполнить задание. Для проверки у «спасателя» имеется «Эталон решения задачи». Время на выполнение задачи – 5 минут.

Реквизит: телефон.

Инструктор: Здравствуйте, ребята. Наш практикум посвящен оказанию первой помощи.

Обморок



#### **Практическая задача.**

Вы движетесь по тротуару и видите, как машина сбивает пешехода. Водитель скрывается. Человек лежит на обочине. Ваши действия.

1.Позовите на помощь взрослых.

2.Вызовите скорую помощь.

Ваша задача –обговорить порядок действий, выбрать спикера (того, кто будет объяснять ваши действия) и

того (или тех), кто будет выполнять задание.

### Эталон решения задачи:

Алгоритм оказания первой помощи при потере сознания и обмороке

- Если вы видите, как человек начинает падать, его нужно поддержать. Это поможет избежать травмы головы при падении.
- При обмороке в первую очередь необходимо вызвать скорую помощь и оценить состояние человека, то есть определить, дышит ли он и есть ли пульс, а также проверить реакцию зрачков на свет. Пострадавшего следует правильно уложить, а именно на спину, на ровную поверхность. Ноги следует несколько приподнять (подложить под ноги подушку, свернутое одеяло, сумку и так далее). Это способствует оттоку крови из нижней части тела и поступлению ее в головной мозг.
- Голову следует повернуть на бок, это поможет избежать закупорки верхних дыхательных путей рвотными массами.
- Расстегнуть стесняющую одежду. Обмахивать лицо импровизированным опахалом (например, журналом). Если обморок произошел в помещении, то открыть окно или дверь. Не допускать большого скопления народа возле пострадавшего, это затруднит доступ свежего воздуха к нему.
- Растиреть ушные раковины. Это провоцирует приток крови к голове. Также следует растиреть руки и стопы, чтобы улучшить циркуляцию крови.
- Если у него наблюдается остановка дыхания и пульса, то следует приступить к выполнению сердечно-легочной реанимации. Человек должен лежать на ровной и твердой поверхности. Выполняют непрямой массаж сердца и искусственное дыхание. Реанимация продолжается до восстановления дыхания и сердечной деятельности или же приезда скорой помощи.

Ни в коем случае не оставляйте пострадавшего одного, даже если до приезда медиков он пришел в сознание!



### «Точка спасения – ОЖОГИ»

Группу учащихся встречает волонтер-Спасатель. Он озвучивает задачу. Учащиеся должны рассказать последовательность своих действий и выполнить задание. Для проверки у «спасателя» имеется «Эталон решения задачи». Время на выполнение задачи – 5 минут.

Реквизит: бинт.

Инструктор: Здравствуйте, ребята. Наш практикум посвящен оказанию первой помощи.

### Практическая задача.

Во время переноса горячей жидкости на руки ребенка попал кипяток.

Жалуется на сильные боли, покраснение кожных покровов кисти.

Задание

1. Определите неотложное состояние.
2. Составьте алгоритм оказания неотложной помощи.

3. Продемонстрируйте технику наложения повязки на кисть.

Ваша задача – оказать первую помощь с использованием манекена-тренажера, обговорить порядок действий, выбрать спикера (того, кто будет объяснять ваши действия) и того (или тех), кто будет оказывать помощь.

#### **Эталон решения задачи:**

-Тщательно вымойте руки и подготовьте стерильные материалы (бинт, лоскут ткани, марлю) для повязки. Использование грязных перевязочных материалов опасно, так как может спровоцировать инфекционное заражение раны.

-Внимательно осмотрите обожженный участок, необходимо определить степень ожога. Только после этого можно принимать решение о самостоятельном оказании первой помощи или обращении в больницу. Не стоит забывать, что рана ожогового характера не зависит от ее размеров и локализации очень серьезная, и без правильного лечения может привести к серьезным осложнениям.

-Если есть какая-либо противоожоговая, антисептическая или обезболивающая мазь, то ее необходимо нанести на кожу перед наложением бинта. Это снизит болезненные ощущения и поможет быстрее восстановиться после травмы, обеспечив защиту от микробов.

-Аккуратно перевяжите травмированную область, стараясь не причинять болезненных ощущений пострадавшему.

## **Приложения (раздаточный материал):**

# **«Точка спасения – РАНЫ, ПОРЕЗЫ»**

## **Практическая задача.**

-Вы с другом играли около дома, он упал и порезал ладонь. Взрослых рядом нет. Тебе необходимо самому оказать первую помощь. Все необходимое находится в аптечке. Вы должны самостоятельно обработать и перебинтовать руку. Ваша задача – выбрать «пострадавшего», обговорить порядок действий, выбрать спикера (того, кто будет объяснять ваши действия) и того, кто будет оказывать помощь.



# **«Точка спасения – ПЕРЕЛОМЫ»**

## **Практическая задача.**

- Во время игры ваш друг упал, возникла резкая боль в ноге, невозможность движений. При любом движении, боль усиливается. Идти он не может. Какую помощь вы должны оказать в этом случае?

Ваша задача – выбрать «пострадавшего», обговорить порядок действий, выбрать спикера (того, кто будет объяснять ваши действия) и того (или тех), кто будет оказывать помощь.

# **«Точка спасения – ПОДАВИЛСЯ»**

## **Практическая задача.**

К вам в гости пришли друзья и ты решил их угостить печеньем. Во время торопливой еды и разговора у вашего друга появился судорожный кашель, затруднение дыхания. Его беспокоит боль в области горлани. Друг говорит с трудом, испытывает страх. Периодически повторяются приступы судорожного кашля и шумное дыхание с затруднением вдоха. Какую помощь вы должны оказать в этом случае?

Ваша задача – оказать первую помощь с использованием манекена-тренажера, обговорить порядок действий, выбрать спикера (того, кто будет объяснять ваши действия) и того (или тех), кто будет оказывать помощь.

# **«Точка спасения – ВЫЗОВ СКОРОЙ**

# ПОМОЩИ»

## Практическая задача.

Вы движетесь по тротуару и видите, как машина сбивает пешехода. Водитель скрывается. Человек лежит на обочине. Ваши действия.

1. Позовите на помощь взрослых.

2. Вызовите скорую помощь.

Ваша задача – обговорить порядок действий, выбрать спикера (того, кто будет объяснять ваши действия) и того (или тех), кто будет выполнять задание.



## «Точка спасения – ДЫШИТ – НЕ ДЫШИТ»

### Практическая задача.

Вы движетесь по тротуару и видите, как машина сбивает пешехода. Водитель скрывается. Человек лежит на обочине. Ваши действия.

1. Позовите на помощь взрослых.

2. Вызовите скорую помощь.

Ваша задача – обговорить порядок действий, выбрать спикера (того, кто будет объяснять ваши действия) и того (или тех), кто будет выполнять задание.



## «Точка спасения – ОЖОГИ»

### Практическая задача.

Во время переноса горячей жидкости на руки ребенка попал кипяток. Жалуется на сильные боли, покраснение кожных покровов кисти.

#### Задание

1. Определите неотложное состояние.

2. Составьте алгоритм оказания неотложной помощи.

3. Продемонстрируйте технику наложения повязки на кисть.

Ваша задача – оказать первую помощь с использованием манекена-тренажера, обговорить порядок действий, выбрать спикера (того, кто будет объяснять ваши действия) и того (или тех), кто будет оказывать помощь.



«Экстренная помощь»	«Экстренная помощь»	«Экстренная помощь»	«Экстренная помощь»
			
«112»	«112»	«112»	«112»
			
«Первая помощь»	«Первая помощь»	«Первая помощь»	«Первая помощь»
			
«Телефон»	«Телефон»	«Телефон»	«Телефон»
			
«Имя»	«Имя»	«Имя»	«Имя»
			

«Вызов»



«Вызов»



«Вызов»



«Вызов»



### Пример маршрутного листа:



Зеленцов С.В. МОУ Иванковская СШ Фурмановский район Ивановская область[Введите имя автора]