

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ САРАТОВСКОЙ ОБЛАСТИ
«ПУГАЧЕВСКИЙ ПОЛИТЕХНИЧЕСКИЙ ЛИЦЕЙ»

**МЕТОДИЧЕСКАЯ РАЗРАБОТКА
УРОКА ОБЖ НА ТЕМУ: «РЕАНИМАЦИОННЫЕ ДЕЙСТВИЯ ПРИ
ОСТАНОВКЕ СЕРДЦА И ДЫХАНИЯ С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ
ТРЕНАЖЁРА»**

Разработал:
преподаватель – организатор ОБЖ
Струков Геннадий Николаевич

Пугачев -2019 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа учебной дисциплины «Основы безопасности жизнедеятельности» конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, дает распределение учебных часов по разделам курса и последовательность изучения разделов ОБЖ с учетом межпредметных и метапредметных связей, логики учебного процесса, возрастных особенностей обучающихся, минимальный набор опытов, демонстрируемых преподавателем на уроке, практических работ, выполняемых учащимися.

Цели изучения ОБЖ

Изучение ОБЖ на базовом уровне направлено на достижение следующих целей:

- **освоение знаний** о безопасном поведении человека в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; здоровье и здоровом образе жизни; государственной системе защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; об обязанностях граждан по защите государства;

- **овладение умениями** оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; действовать в чрезвычайных ситуациях; использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; оказывать первую медицинскую помощь пострадавшим;

- **развитие** черт личности, необходимых для безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях и при прохождении военной службы; бдительности по предотвращению актов терроризма; потребности в соблюдении здорового образа жизни;

- **Воспитание** ценностного отношения к человеческой жизни и здоровью; чувства уважения к героическому наследию России и ее государственной символике; патриотизма и долга по защите Отечества;

- **использование приобретенных знаний и умений** в практической деятельности и повседневной жизни для ведения здорового образа жизни; оказания первой медицинской помощи; развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для военной службы.

Программа предусматривает изучение раздела «Обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья»

Цели раздела:

- выработать у обучающихся стойкую положительную доминирующую мотивацию к своему здоровью, здоровому образу жизни и воспитать ответственность за собственное здоровье и здоровье окружающих.
- формирование у обучающихся четкого представления об алгоритме действий в неотложных ситуациях, умение ориентироваться в ситуации и выделять основные симптомы критических, угрожающих жизни ситуаций;
- формированию представлений о профилактике детского травматизма и оказанию доврачебной помощи при различных видах травм;

Задачи раздела:

Познавательные:

- овладение понятиями здоровья, основными составляющими ЗОЖ;
- освоение первой медицинской помощи при травмах, переломах, кровотечениях, остановке сердца;

Развивающие:

- развивать мышление обучающихся, формировать у них умение самостоятельно приобретать и применять знания;
- научить наблюдать окружающий мир и уметь делать выводы;
- способствовать развитию логического мышления обучающихся;

Воспитательные:

- прививать любовь и интерес к изучению ОБЖ;
- выработка у студентов навыков самостоятельной учебной деятельности, развитие у них познавательных потребностей;
- воспитывать культуру мышления

Актуальность

Здоровье обучающихся является важным показателем социального благополучия, нормального экономического функционирования общества, важнейшей предпосылкой национальной безопасности страны.

Воздействие на человека многих **факторов риска хронических неинфекционных заболеваний (ХНИЗ)**: курение, злоупотребление алкоголем, стрессы, экологическое неблагополучие, ожирение, несбалансированное питание, высокий уровень холестерина, низкая физическая активность, артериальная гипертензия способствует развитию заболеваний, приводит к преждевременной смерти. Формируясь в детском и подростковом возрасте, эти факторы риска продолжают действовать в зрелом возрасте, внося свой вклад в общее ухудшение здоровья, затрудняют получение хорошего образования, приводят к отрицательным социальным последствиям. Многие из этих факторов являются предотвратимыми.

Раннее начало профилактического вмешательства наиболее перспективно. Это связано с тем, что поведенческие факторы риска у детей и подростков еще не сформировались или их появление носит непостоянный характер, когда еще не сложился стереотип поведения, не соответствующий здоровому образу жизни. Доказано, что уже в этом возрасте формируются факторы риска атеросклероза, артериальной гипертензии и ишемической болезни сердца, обуславливающие значительную заболеваемость и смертность взрослого, особенно мужского населения.

Исходя из вышеизложенного, можно сделать вывод, что проблему сохранения и укрепления здоровья обучающихся в настоящее время можно решить путем, обучения основам здорового образа жизни и основам медицинских знаний с использованием на уроках ОБЖ информационных технологий при активном вовлечении в этот процесс семьи, обучающихся и педагогов.

Ожидаемые результаты освоения раздела программы

Обучающийся должен:

иметь представление:

- о здоровье и здоровом образе жизни
- об оказании первой медицинской помощи;

знать и понимать:

- основы формирования здорового образа жизни;

уметь:

- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для: ведения здорового образа жизни; оказания первой медицинской помощи.

Контроль знаний обучающихся проводится путем тестирования, опроса, выполнения практических заданий и решения ситуационных задач.

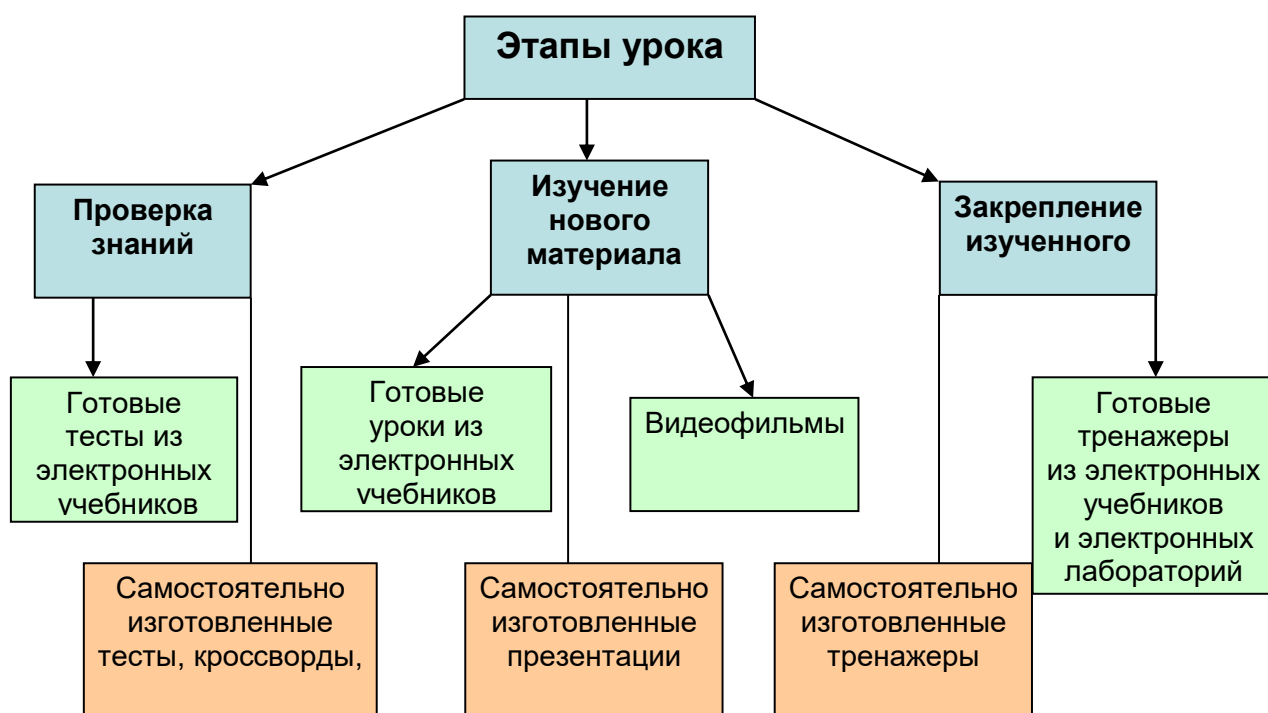
Использование информационных технологий на уроке

Компьютер в системе средств обучения. Данная проблема представляется актуальной, поскольку педагогические возможности компьютера как средства обучения по ряду показателей намного превосходит возможности традиционных средств реализации учебного процесса.

- Актуальность применения ИТ в преподавании ОБЖ обусловлена развитием в процессе обучения творческих способностей учащихся с помощью применения различных компьютерных программ.
- Разумеется, что компьютерные технологии не могут полностью заменить, ни практические работы, ни самого преподавателя, но использование их в разумных пределах и в хорошем сочетании дают по данным опросов преподавателей и обучающихся более высокую степень усвоения материала обучающимися.
- Самостоятельная познавательная деятельность обучающихся при применении новых информационных технологий может выступать в двух аспектах: 1) в присвоении обучающимся готовых знаний, готовых образцов, правильных, точных и экономичных умственных и практических действий для того, чтобы на основе их включиться в решение творческих задач; 2) в создании чего-то своего, индивидуального, того, что в обучении выражается в самостоятельном решении студентом теоретических и практических задач.
- Современные компьютерные программы, возможности интернет-ресурсов открывают обучающимся доступ к нетрадиционным источникам информации, дают возможность для проведения широкого спектра исследований, демонстраций, повышения эффективности развития познавательной самостоятельности, а также для творческого роста обучающихся.
- Именно поэтому для развития творческих способностей обучающихся в наступившем веке не обойтись без компьютерной поддержки. Использование компьютерных технологий на уроках

ОБЖ выбрано мною, как одно из основных направлений для проведения творческих уроков.

- Использование информационных технологий на уроках повышает запоминаемость учебного материала до 35-45 %;
- Качество изображения, выполняемого мелом на доске, не выдерживает никакого сравнения с аккуратным, ярким, четким и цветным изображением на экране;
- В зависимости от подготовленности обучающихся, используя в презентациях гиперссылки, один и тот же материал можно объяснять несколько раз;
- Информационные технологии экономят время преподавателя на уроке;
- Компьютерные технологии повышают интерес обучающихся к изучаемому материалу, что способствует повышению производительности урока.



Современное информационное общество ставит перед всеми типами учебных заведений задачу, подготовки выпускников, которые, помимо

знаний, умений и навыков, адаптационных, мыслительных и коммуникативных способностей, владеют способами работы с информацией.

Научить обучающихся собирать необходимые для решения имеющихся проблем факты, анализировать их, предлагать гипотезы решения проблем, обобщать факты, сопоставлять решения, устанавливать статистические закономерности, аргументировать свои выводы и применять их для решения новых проблем, применять современные средства получения, хранения, преобразования информации и др. – одна из главных задач педагога, поставленных нашим временем.

Обучая студентов ОБЖ, я понял, что учиться и учить их можно гораздо интереснее и эффективнее. Если раньше информацию обучающиеся и преподаватели могли получать только из учебников, скудной методической литературы, местной библиотеки, немного по телевизору и, может быть, из журналов и газет, то сейчас перед ними открыты двери выставок, художественных музеев нашей страны и за рубежом, бесчисленное количество электронных учебников, научных статей, рефератов, можно, сидя за столом, принять участие в конференции, в конкурсе и так далее...Расширяется кругозор, круг общения, открываются огромные информационные просторы.

Сейчас в нашем лицее есть постоянный выход в Интернет, но кроме этого я использую информацию, записанную заранее, и электронные энциклопедиями, электронные учебники и многое другое. Так приобщаю обучающихся к поиску полезной и интересной информации.

В практике информационными технологиями обучения называют все технологии, использующие специальные технические информационные средства (ЭВМ аудио, кино, видео). Когда компьютеры стали широко использоваться в образовании, появился термин “новая информационная технология обучения”.

Быстрое развитие информационных технологий в последнее время постоянно заставляет пересматривать формы проведения уроков ОБЖ, их структуру.

Для эффективного усвоения материала деятельность обучающихся необходимо направлять в нужное русло, постоянно контролировать, менять их вид работы, иначе урок на компьютере станет для них таким же, как и изучение материала по учебнику. Не надо заблуждаться в том, что, увидев урок по ОБЖ на компьютере, студенты сразу начнут его с радостью изучать и запоминать. Ничего подобного не происходит. Правильно, что в настоящее время у студентов очень высокий интерес к компьютерам. Поэтому и надо этот интерес умело использовать в обучении. Грамотное ведение урока ОБЖ с компьютерной поддержкой очень сильно повышает эффективность обучения.

Сейчас я попытаюсь обосновать с научной точки зрения использование информационных технологий на своих уроках.

Дидактические принципы

Дидактические принципы – это основные требования к процессу обучения, определяющие его успешность, результативность. Использование компьютера и мультимедийных обучающих программ в учебном процессе сразу же удовлетворяет многим из этих требований.

Принцип активности (самостоятельности). Сейчас преобладает пассивное обучение. Не случайно самым ценным качеством преподавателя считается умение хорошо объяснять, а от учащегося требуется соблюдать дисциплину на уроке, внимательно слушать и запоминать, что говорит преподаватель, выполнять его указания.

Учебная деятельность должна быть творческим трудом, направленным на всестороннее саморазвитие личности учащегося. Самостоятельность учащихся - ключ к решению современных проблем общего образования. Цель и идеалы, к которым надо стремиться и постепенно подводить учащихся, это их самодеятельность в форме самообучения, самовоспитания. Одна из важных сторон компьютерного обучения - диалог обучаемого с компьютером.

Принцип самостоятельности в компьютерном обучении реализуется за счет поля самостоятельности в обучающей программе. Наиболее

эффективные обучающие системы позволяют учащемуся выбрать свой путь решения, оценить его эффективность.

Принцип связи теории с практикой. Традиционное обучение является преимущественно теоретическим. Класно-урочная форма обучения незаметно подталкивает каждого педагога в отдельности и всю систему образования в целом к усилению теоретической стороны обучения в ущерб практической. Если же вести обучение с помощью компьютера, оно приобретает практический уклон: диалоговый характер работы с компьютером, его вычислительные моделирующие возможности predispose к обучению в форме решения задач и к тому же задач практической направленности. Моделирующие программы могут способствовать профессиональной ориентации учащихся, их экономическому и экологическому воспитанию. Вообще, происходящая бурная компьютерная революция в различных сферах жизни современного общества, изменения в стиле деятельности во многих традиционных областях науки и производства, требуют именно использование компьютерной техники в обучении практически по всем предметам.

Иллюстративные возможности компьютера в реализации принципа наглядности привлекают внимание к использованию компьютера в первую очередь. Создалось даже мнение, что иллюстративные аспекты обучающих программ преобладают над всеми остальными. Графические возможности дисплеев персональных компьютеров, мультимедийного проектора, а также современные технологии обработки и представления графической информации позволяют сделать компьютерное обучение очень наглядным. С помощью компьютерной графики можно увидеть такие явления и процессы, которые не могут быть увидены в действительности, тем более в условиях кабинета.

Применение компьютеров в обучении непосредственно связано с принципом сочетания индивидуальных и коллективных форм обучения. Современное образование в чрезмерной степени коллективизировано, коллективные формы учебной работы продолжают доминировать. Один из путей достижения сбалансированности индивидуальных и коллективных

форм обучения - внедрение компьютерных форм обучения, использование интерактивного характера работы с компьютером. Каждый ученик теперь может сам выбирать темп обучения, делать в работе паузы. Более глубокий и тонкий учет индивидуальных особенностей учащихся способна осуществлять компьютерная программа, с помощью которой ведется обучение.

Принцип эффективности обучения ставит вопрос о производительности труда преподавателя рациональном использовании времени на уроке. А это, в свою очередь, зависит от мастерства преподавателя, умений обучающихся, уровня их умственного развития, информированности. Важным условием успешного обучения является интерес студентов к изучаемому предмету, ходу обучения и его результату. В последнее десятилетие действует очень настоятельный социальный заказ в отношении всего, что связано с компьютерами: в подготовке специалистов по компьютерам и их применению, в развитии компьютерных технологий, в распространении компьютерной грамотности - умению использовать компьютер для решения разнообразных прикладных задач в различных сферах профессиональной деятельности.

Такой интерес, вызываемый компьютером самим по себе, не может не проявляться в обучении, если в нем используется компьютер. Компьютерная технология повышает интерес к обучению предметам, не связанным с информатикой. Новое в организации учебного процесса с участием компьютера, само изменение характера работы обучающегося на уроке способствует повышению интереса к учебе. В то же время более тонкое использование возможностей компьютера позволяет управлять мотивацией обучающихся во время компьютерного обучения. Это и элементы игры, поощрения, и хорошая оценка, поставленная компьютером.

Использование информационных технологий на различных этапах урока

Продумывая урок и внеклассное мероприятие, мне хочется, чтобы учебный материал и приемы учебной работы были достаточно разнообразны, что способствовало бы повышению познавательного интереса, чтобы на уроке моим ученикам было интересно, а интересна та работа, которая

требует напряжения. Поставлена задача использования компьютерных технологий на уроках. Составляю презентации к своим урокам и внеклассным мероприятиям. Мультимедийные компьютерные технологии позволяют заменить почти все традиционные технические средства обучения. Во многих случаях такая замена оказывается более эффективной, дает возможность учителю оперативно сочетать разнообразные средства, способствующие более глубокому и осознанному усвоению изучаемого материала, экономит время урока, насыщает его информацией. Имеющееся необходимое наглядное обеспечение либо отсутствует, либо по тем или другим причинам не удовлетворяет учителя.

В этих случаях самостоятельно подготавливаю мультимедийное пособие к уроку по предмету с минимальными временными затратами. При этом от учителя не требуется глубокой компьютерной подготовки, т.к. основные возможности приложения легко освоить всего за несколько часов самостоятельной работы за компьютером.

Формы и место использования презентации (или даже отдельного ее слайда) на уроке зависят, конечно, от содержания этого урока, цели, которую ставит учитель. Тем не менее, практика позволяет выделить некоторые общие, наиболее эффективные приемы применения таких пособий:

При изучении нового материала. Позволяет иллюстрировать разнообразными наглядными средствами. Применение особенно выгодно в тех случаях, когда необходимо показать динамику развития какого-либо процесса.

При проведении устных упражнений. Дает возможность оперативно предъявлять задания и корректировать результаты их выполнения.

При проверке фронтальных самостоятельных работ. Обеспечивает наряду с устным опросом визуальный контроль результатов.

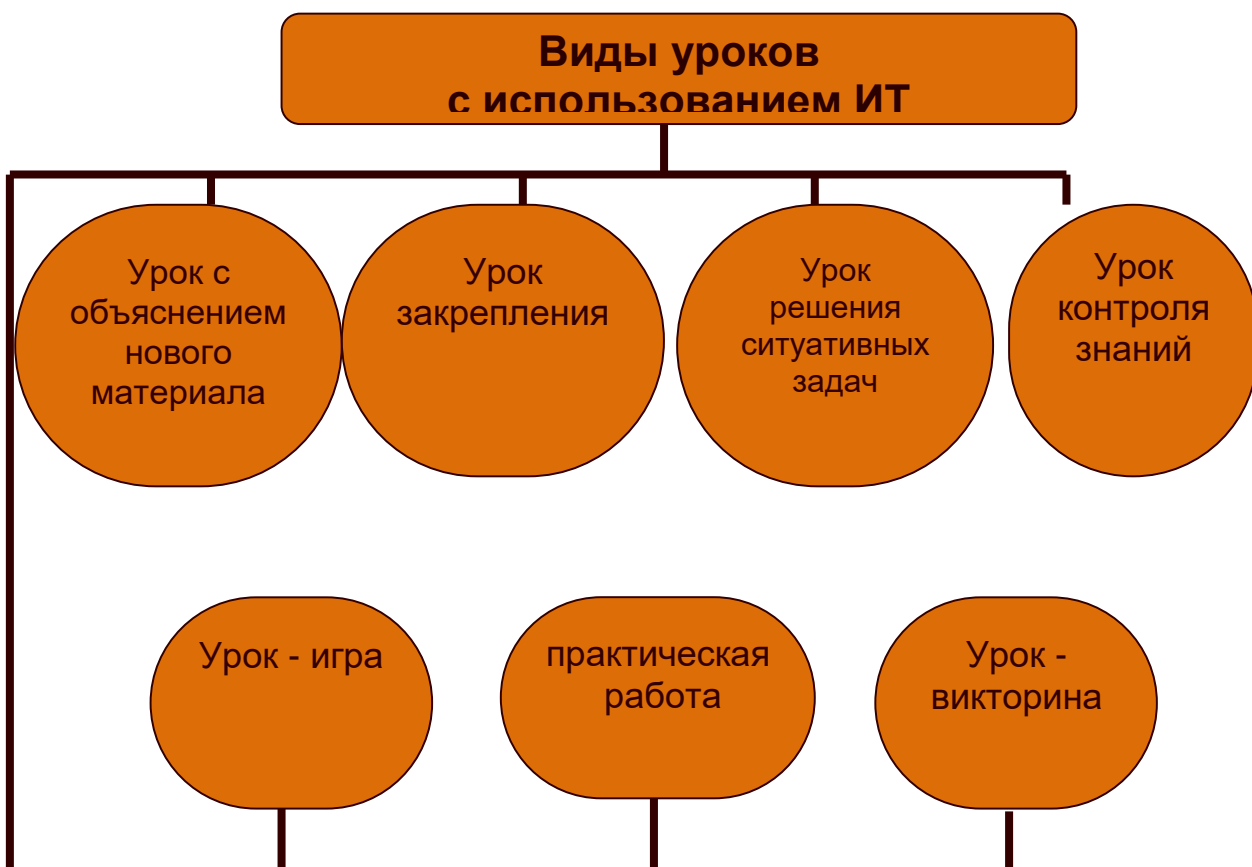
При проверке домашних работ. Методика аналогична методике, применяемой для самостоятельных работ.

При решении задач обучающего характера. Помогает выполнить рисунок, составить план решения и контролировать промежуточные и окончательные результаты самостоятельной работы по этому плану.

Таким образом, даже при отсутствии специальных учебных программных средств, преподаватель получает возможность оснастить свой урок самостоятельно подготовленными мультимедийными пособиями.

Урок – это основная форма организации обучения. Поэтому он должен быть продуман во всех деталях, чтобы они логично следовали одна из другой, чтобы обучающиеся понимали, почему, что и зачем они делают на занятии.

Виды уроков с использованием информационных технологий



На уроках различного вида я использую информационные технологии.

1. Уроки с объяснением нового материала.

На таких уроках основной акцент делается на возможность использования огромного количества наглядного материала, что очень важно на уроке ОБЖ. Недаром говорят: «Лучше один раз увидеть, чем сто раз услышать!». Фотографии позволяют показать ученику реальность происходящих событий, их жизненную необходимость, практическую значимость. Яркие запоминающиеся схемы, которых нет в учебниках, нет на плакатах (их столько всё равно не нарисуешь) позволяют ученику лучше усвоить тему,

выделить из неё главное. Видеозаписи чрезвычайных ситуаций дают возможность более детально изучить суть природного явления, а также действия учащихся в ЧС, которые не всегда есть возможность провести на уроке.

На этом этапе успешно используются мной материалы виртуальной школы «Кирилла и Мефодия», пособие TeachPro «ОБЖ». Но, преподаватель «не отменяется», он координирует, направляет, руководит и организывает учебный процесс, воспитывает. А «рассказать» материал вместо него может компьютер. Богатство содержательной поддержки делает урок не только значительно более усваиваемым, но и неизмеримо более увлекательным.

2. Закрепление нового материала.

Обычно закрепление материала происходит во второй части урока, после объяснения. Оно сопровождается различными вопросами, дополненными фотографиями. Удобно использовать мультимедийный проектор при работе с графиками, так как такой вид деятельности вызывает затруднения у ребят. Ученикам очень нравится разгадывать кроссворды, особенно на компьютере. Заполнение обобщающих таблиц, создание схем тоже способствует лучшему усвоению материала.

3. Уроки решения ситуативных задач.

Как порой бывает тяжело обучающимся решать задачи целый урок! Один и тот же алгоритм накапливает усталость, уже не хочется думать и что-то понимать. Но стоит немного подумать, как сразу замечаешь широкие возможности новых информационных технологий. Во-первых, можно организовать моментальную проверку самостоятельно решённых задач, спроецировав их решение на доску. Во-вторых, можно придумать не совсем традиционные способы работы с задачей. Давайте попросим обучающихся заполнить недостающие фрагменты решения задачи прямо на компьютере (или на карточке), а потом вместе с помощью проектора проверим на доске. Мы сразу видим, как оживились глаза. А потом усложним им задание – попросим найти ошибку в решении задачи! Вот тут уже студентам придётся хорошенько подумать. А ещё можно попробовать по готовому решению

сформулировать условие задачи. Необычность такого задания заинтересует любого.

4. Домашнее задание.

Во-первых, каждый обучающийся может получить видеоклип, из которого он может смонтировать свой «ответ», озвучив его текстом согласно пройденному на компьютерном уроке материалу. Во-вторых, желающим всегда предлагаю сделать презентацию нового материала или обобщение старого с помощью компьютерной программы PowerPoint.

В-третьих, новинки в области медицины, техники, военного дела, биографические сведения, открытия учащиеся всегда с удовольствием находят в сети Интернет и представляют для своих сверстников на уроке.

5. Тестовые и контрольные работы.

При проведении традиционной контрольной работы мы порой теряем самое важное – это своевременную работу над ошибками. Любой преподаватель может заметить, что, уходя после контрольной работы, ребята пытаются свериться ответами, спрашивают у преподавателя или одноклассников как решить не получившуюся задачу. А ответить всем невозможно. И уходят студенты с каким-то тревожным чувством с урока, с какой-то неопределённостью. Затем всё утихает. Наступает следующий урок, и половина обучающихся даже позабудет, что была контрольная работа. Другая часть поинтересуется полученной оценкой. И лишь единицы из группы заинтересуются своими ошибками. Уже нет желания решать задачу заново или искать ошибки. А как было бы замечательно сразу же в конце урока проверить контрольную работу, по «свежим следам» разобрать решения задач. Но как это сделать, если времени мало? И тут на помощь приходит программа создания тестов, тестовых контрольных работ, которая моментально показывает ребятам результат. Каждый студент видит, в каком вопросе он сделал ошибку, что сделал правильно, а что нет. Преподаватель тоже видит результат. И тут же проблема разрешается. Вслух звучат правильные ответы, недопонимание исчезает. Такая работа над ошибками более эффективна. Урок становится завершённым, сразу виден результат. Без современных технических средств такая проверка была бы невозможна.

6. Викторины.

Урок- викторину, как показывает мой опыт, очень полезно проводить на уроках обобщения знаний, особенно перед контрольными работами. Игровая форма заинтересовывает ребят, полностью, и душой, и мозгом окуная в научный мир. «Вся наша жизнь – игра». Поэтому, играя на уроке, студенты живут, и живут именно нашим уроком. Набранные в игре баллы зажигают команды. Обучающиеся, сами того не замечая, мыслят, запоминают, повторяют. Им интересно, скучать и смотреть в окно некогда! Самое главное разворачивается на уроке! Урок-викторина удобен в использовании: автоматический подсчёт набранных командами баллов экономит драгоценное время. Важно преподавателю не лениться, подготовить викторину. А результат не заставит себя ждать. Его вы увидите на следующем уроке.

7.Уроки-игры, путешествия.

Это чаще всего обобщающие уроки, проводимые в нетрадиционной форме. Их можно умело сочетать с углублением изучаемого материала, ведь путешествие у учащихся ассоциируется с новыми открытиями, или использованием уже изученного, как путешествие по родным местам. При проведении игровых уроков можно использовать известные учащимся виды игр из телевизионных программ. Ведь дети всегда мечтают об участии в такой игре. А использование проектора позволяет сделать игру реальной, настоящей, насыщенной фотографиями, рисунками и видеосюжетами. Такие уроки увеличат уважение к преподавателю и его предмету. И учение будет действительно с увлечением.

Поурочное планирование по разделу

На изучение данного раздела отводится 27 часов

№	Тема урока	Кол-во часов
1	Здоровый образ жизни.	4
2	Вредные привычки	4
3	Брак и семья	2

Психолого-педагогическое обоснование

Работа в лицее предполагает общение с детьми определенной возрастной категории (15-19 лет), когда происходит становление человека как гражданина, его социального самоопределения. Чтобы эффективно организовать учебный процесс преподаватель должен знать индивидуальные особенности обучающихся группы, учитывать уровень подготовленности конкретного обучающегося. В группы «Тракторист-машинист сельскохозяйственного производства» поступают учиться из школ района. По результатам аналитико-диагностической деятельности можно сделать вывод:

Способности:

- общие способности: высокие – 30 %, средние – 55%, недостаточные – 15%;
- хорошие к устным предметам, средние к математическим, у 20 % хорошие к естественным наукам, у 80 % - средние;
- внимание среднее.

Рекомендации:

- излагать учебный материал на среднем уровне сложности и повышенном (для способных учащихся);
- работать в темпе выше среднего, но не очень высоком, т. к. учащиеся склонны к поверхностному восприятию,
- при изучении сложного материала использовать групповую работу (группы учащихся с разным уровнем способностей).

Тема урока: «Первая доврачебная помощь при остановке сердца и дыхания». (1 пара)

Первый урок

Вид занятия: урок с использованием информационных технологий

Тип урока: комбинированный

Группа: 14повар, кондитер

Цели урока:

Обучающая:

- Ознакомить обучающихся с правилами экстренной медицинской помощи при терминальных состояниях человека;
- Научить обучающихся навыкам проведения непрямого массажа сердца, искусственной вентиляции легких и оказания первой медицинской помощи при остановке сердца;
- Научить обучающихся принимать решения в сложных экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

Развивающая:

- Способствовать развитию мышлению, памяти.

Воспитывающая:

- Воспитывать чувство доброты и взаимопомощи.

Оборудование: экран, компьютер, проектор, тренажер «Максим».

Ход урока

1.Организационный момент.

2.Проверка домашнего задания:

Обучающиеся отвечают на тест по теме предыдущего урока (на компьютере).

3.Изучение нового материала

–В человеческой жизни бывают такие моменты, когда происходят несчастные случаи связанные с остановкой сердца и дыхания на улице, на работе, с близкими вам людьми. Вы можете оказаться рядом и ничего не сможете предпринять при этом. Почему? Да просто потому, что вы не знаете, что делать, как поступить в той или иной ситуации. А время, отведенное для сохранения жизни пострадавшего, неумолимо уменьшается. Чтобы он не

потерял этот последний шанс в таких экстренных ситуациях, мы должны изучить тему оказания **первой помощи при остановке сердца и дыхания.**

- Итак, тема урока:

«Первая медицинская помощь при остановке сердца и дыхания».

Давайте запишем план урока:

1. Терминальные (конечные) состояния человека.
2. Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания.
3. Этапы реанимации.
4. Закрепление пройденного материала.
5. Домашнее задание.

На сегодняшнем уроке вы должны научиться оказанию экстренной медицинской помощи при терминальных состояниях человека, а также овладеть навыками приемов проведения непрямого массажа сердца, искусственной вентиляции легких и оказания первой медицинской помощи при остановке сердца.

(объяснение нового материала преподавателем)

1. Терминальные (конечные) состояния человека. Что мы подразумеваем под этим словом.

Терминальные состояния — это крайние состояния, переходные от жизни к смерти. Оживление возможно на всех стадиях умирания.

Различают 4 вида терминальных состояний (этапов умирания):

- 1) преагональное состояние (или преагония, шок 4-й степени);
- 2) терминальная пауза;
- 3) агония;
- 4) клиническая смерть.

Всем известно, что человек не может существовать без крови, тем более без ее нормальной циркуляции по нашему организму. Кровь приводится в движение сокращениями сердца и циркулирует по сосудам. Кровь снабжает ткани организма кислородом, питательными веществами, гормонами и доставляет продукты обмена веществ к органам их выделения. Обогащение крови кислородом происходит в легких, а насыщение

питательными веществами — органах пищеварения. В печени и почках происходит нейтрализация и вывод продуктов метаболизма. Кровообращение — важный фактор в жизнедеятельности организма человека и ряда животных. Кровь может выполнять свои разнообразные функции только находясь в постоянном движении.

Давайте, разберем симптомы каждого из 4 видов терминального состояния.

Разберем **симптомы при агонии**:

Двигательное возбуждение. Нарушения сознания — заторможенность, спутанность мышления; потеря сознания. Кожа бледная. Ногти синюшные; после прекращения нажатия на ноготь кровоток длительное время не восстанавливается. Пульс частый, слабый, едва определяется на сонных и бедренных артериях, затем замедленный.

Дыхание вначале учащенное, в дальнейшем медленное, редкое, аритмичное, судорожное (важный признак). Температура тела резко снижена.

Ребята, как вы думаете, почему кожа в данном случае начинает синеть? А потому, что она перестает обогащаться кислородом и начинается кислородное голодание организма.

Симптом терминальной паузы в следующем:

Пауза длится от нескольких секунд до 3—4 мин. Дыхание отсутствует. Пульс резко замедлен; определяется только на сонных и бедренных артериях. Реакция зрачков на свет исчезает, ширина зрачков возрастает. После чего наступает следующая фаза терминального состояния — **агония**.

Агония — это последняя короткая вспышка жизнедеятельности.

Симптом агонии. Возможны кратковременное восстановление сознания и некоторое учащение пульса (на сонных и бедренных артериях). Тоны сердца глухие. Дыхание может быть двух видов: судорожное, значительной амплитуды, редкое — от 2 до 6 вдохов в минуту; слабое, редкое, поверхностное, малой амплитуды. Агония завершается последним вдохом и переходит в клиническую смерть.

Клиническая смерть. Это пограничное состояние перехода от гаснущей жизни к биологической смерти. Она возникает непосредственно после прекращения кровообращения и дыхания. Характеризуется полным

прекращением всех внешних проявлений жизни, однако даже в наиболее ранимых тканях (мозг) необратимые изменения к этому времени еще не наступили.

Продолжительность состояния клинической смерти в среднем 5 мин. В течение этих 5 мин человека можно вернуть к жизни.

Еще раз запомните, что весь комплекс экстренной реанимационной помощи должен быть оказан **в течение 5 мин** после начала состояния клинической смерти. Исключением служит утопление в холодной воде — полноценное оживление возможно в течение 20 мин, а при утоплении в ледяной воде — в течение 2 часов.

Итак, разобравшись в ситуации, мы приступаем оказанию экстренной реанимационной помощи.

2. Экстренная реанимационная помощь при остановке сердечной деятельности и прекращении дыхания.

(обучающимся предлагается посмотреть видеоролик по теме «Сердечно-легочная реанимация», далее идет объяснение нового материала с опорой на видео-ряд)

В чем заключается смысл экстренной реанимации?

Это оживление жизнеспособных умирающих людей при любых видах механических травм (ранений), утоплений, закупорке дыхательных путей инородными телами, при поражениях электрическим током и пр.

Весь комплекс реанимационных мероприятий должен проводиться немедленно, сразу после тяжелой травмы и возникновения терминальных состояний — непосредственно на месте происшествия.

Основная задача реанимации: **восстановление функций мозга путем восстановления деятельности сердца и дыхания.**

Сколько времени можно человека реанимировать?

При полном отсутствии пульса реакции со стороны зрачков, дыхания (хотя бы одного или нескольких самостоятельных вдохов) — в течение не менее 30 мин, при условии правильного проведения полного комплекса реанимационных мероприятий допускается прекращение экстренной реанимационной помощи. Однако появление хотя бы единичного из

указанных проявлений обязывает спасателей продолжать реанимацию с отсчетом следующего 30-минутного цикла.

Прежде чем приступить к реанимации, необходимо подготовить пострадавшего: освободите от одежды грудную клетку пострадавшего и определите анатомические ориентиры для реанимации. До рассмотрения анатомических ориентиров ознакомимся, как правильно и быстро освободить грудную клетку от одежды. Рассмотрим по порядку:

Майка или футболка.

Любое нательное белье из тонкой ткани можно не снимать, но надо убедиться, что под ним нет крестика или кулона.

Рубашка или сорочка.

Расстегнуть пуговицы на шее и груди, освободить грудную клетку.

Джемпер или свитер.

Приподнять и сдвинуть к шее.

Галстук или шейный платок.

Лучше снять. Если не удастся развязать—ослабить узел или разрезать ткань возле узла.

А теперь рассмотрим **Анатомические ориентиры, необходимые для сердечно-легочной реанимации.**

(Преподаватель показывает указкой) **Сонная артерия.** Наличие или отсутствие пульса в нем говорит о наличии или отсутствии сердечных сокращений. Пульс необходимо проверять именно на сонной артерии. Сонная артерия находится вдоль всей *(преподаватель еще раз показывает указкой)* грудино-ключично-сосцевидной мышцы. Начинается возле мочки уха, заканчивается у ключицы. На всем ее протяжении можно определять пульс сонной артерии.

(преподаватель показывает указкой) **Грудина (грудная кость).** На нее мы надавливаем во время непрямого массажа сердца. Во время непрямого массажа сердца начинайте очередное надавливание на грудину только после ее возвращения в исходную точку.

(преподаватель показывает указкой) Это место нанесения удара и надавливаний непрямого массажа сердца.

(преподаватель показывает указкой) **Зрачок.** Его сужение при проведении реанимации подтверждает жизнеспособность коры головного мозга.

(преподаватель показывает указкой) **Хрящи гортани и трахея.** Недопустимо давить на эти хрящи во время определения пульса на сонной артерии. Иначе, как говорится, можете еще живого человека довести до удушья.

(преподаватель показывает указкой) **Ребра.** Во время непрямого массажа сердца на них ни в коем случае нельзя опираться пальцами или давить ладонью. Чтобы не сломать ребра, очередное надавливание начинайте только после полного возвращения грудины в исходное положение.

(преподаватель показывает указкой) **Мечевидный отросток.** Именно его оберегайте от повреждений при нанесении прекардиального удара и проведении непрямого массажа сердца.

Итак мы изучили основные понятия, виды и симптомы терминального состояния, а так же ознакомились анатомическими ориентирами человека.

Теперь можем приступить к рассмотрению **этапов реанимации.**

В первую очередь, конечно, нам нужно знать в каком состоянии пострадавший.

Диагностика.

Как определить признаки клинической смерти? Не тратьте времени на вопросы лежащему человеку: «Все ли в порядке?», «Нужна ли помощь?» Не тратьте времени на определение признаков дыхания – они трудноуловимы. Если пострадавший лежит неподвижно и не реагирует на происходящее вокруг него, то, не теряя ни секунды, приступайте к определению реакции зрачков на свет и наличия пульса на сонной артерии.

С этой целью необходимо:

1. Приподнять большим пальцем верхнее веко.
2. Посмотреть на зрачок.

Если темно, посветить на зрачок электрическим фонариком. Если зрачок сузился - есть реакция зрачка на свет. Это означает, что человек еще живой и у него больше шансов выжить. Если зрачок после попадания света на него остался широким - отсутствует реакция зрачка на свет.

Но, запомните еще одно обстоятельство! При смерти от передозировки наркотиков зрачки умершего еще несколько часов могут оставаться узкими. Определить остановку сердца и клиническую смерть тогда сможете по отсутствию пульса на сонной артерии.

3. Расположить четыре пальца на шее пострадавшего. Пальцы расположенные между грудино – ключично – сосцевидной мышцей и хрящами гортани, осторожно продвигайте вглубь, стараясь почувствовать удары пульса.

Определять пульс следует не более 10 – 15 секунд! .

Итак, если подтвердились признаки клинической смерти, быстро освободите грудную клетку от одежды, нанесите прекардиальный удар по груди. Если нет результата, приступите к сердечно – легочной реанимации.

Попытайтесь уложить пострадавшего на жесткой ровной поверхности, чтобы непрямой массаж сердца был эффективным.

В случае внезапной смерти (особенно после поражения электрическим током) первое, с чего нужно начинать помощь, – нанести удар по груди пострадавшего. Отрабатывать это можно только на специальном тренажере «Максим», нанесение удара при работающем сердце недопустимо, можно вызвать остановку сердца. Если удар нанесен в течение первой минуты после остановки сердца, то вероятность оживления превышает 50 процентов. Поэтому, прежде чем нанести удар, обязательно убедитесь, что пульса на сонной артерии нет!

Теперь вспоминая анатомические ориентиры, научимся как следует наносить удар по груди.

ПРИКРЫТЬ ДВУМЯ ПАЛЬЦАМИ МЕЧЕВИДНЫЙ ОТРОСТОК.

В случае удара по мечевидному отростку он может отломиться от грудной кости и травмировать печень.

НАНЕСТИ УДАР КУЛАКОМ выше своих пальцев, прикрывающих мечевидный отросток.

ПОСЛЕ УДАРА – ПРОВЕРИТЬ ПУЛЬС НА СОННОЙ АРТЕРИИ.

Если после удара пульс не восстановлен – приступайте к непрямому массажу сердца и искусственной вентиляции легких, одним из трех способов: «рот в рот», «рот в нос», «по Сильвестру».

Здесь есть одно замечание и предосторожность. Если есть риск, что выделения изо рта, умирающего представляют угрозу для вашего здоровья, можно не делать искусственное дыхание способом «изо рта в рот», а ограничиться непрямом массажем сердца.

При каждом ритмичном нажатии на грудную клетку сердце сжимается между грудной костью и позвоночником, так что из него выбрасывается кровь в сосуды.

После прекращения надавливания грудина возвращается в исходное положение, и кровь затекает из сосудов в сердце. То есть, каждое нажатие на грудную клетку умирающего заменяет одно сердечное сокращение.

Кроме того, при интенсивном нажатии из грудной клетки выдавливается воздух, происходит искусственная вентиляция легких.

(преподаватель показывает указкой и показывает рукой сам).

1. РАСПОЛОЖИТЬ ЛАДОНЬ ВЫШЕ МЕЧЕВИДНОГО ОТРОСТКА

так, чтобы большой палец был направлен на подбородок или живот пострадавшего.

2. ПЕРЕМЕСТИТЬ ЦЕНТР ТЯЖЕСТИ НА ГРУДНУЮ КЛЕТКУ ПОСТРАДАВШЕГО

И проводить непрямой массаж сердца прямыми руками.

3. НАДАВИТЬ НА ГРУДНУЮ КЛЕТКУ и продавливать ее на 3-4 см с частотой не реже 60 раз в минуту. Почему 60? Да потому, что сердце «стучит» приблизительно 1 удар в секунду. Каждое следующее нажатие начинайте только после того, как грудная клетка вернется в исходное положение! Оптимальное соотношение надавливаний на грудную клетку и вдохов искусственного дыхания способом «рот в рот» – 15: 2, независимо от количества участников реанимации.

При нажатии на грудину соблюдать осторожность! Если из - под ладони раздался неприятный хруст — значит, сломано ребро. Тогда уменьшайте

не глубину и силу надавливаний, а их ритм. Ни в коем случае не прекращайте непрямой массаж сердца!

4. Закрепление учебного материала.

Обучающиеся группы делятся на 3 микрогруппы и решают ситуационные задачи.

- Проверить пульс на сонной артерии (по условиям задачи пульс нитевидный слабого наполнения), определить необходимость СЛР
- Искусственная вентиляция легких (по условиям задачи у пострадавшего перелом нижней челюсти)
- Прекардиальный удар

5. Практическая отработка приемов экстренной реанимационной помощи.

Практические навыки сердечно – легочной реанимации обучающиеся отрабатывают на тренажере «Максим». Во время выполнения приемов студенты комментируют свои выполненные операции.

При этом обучающиеся могут отвечать на вопросы преподавателя:

1. Что понимается под реанимацией?
2. Что может быть использовано в качестве ровной твердой поверхности для размещения пострадавшего при проведении реанимационных мероприятий?
3. В чем заключается смысл прекардиального удара?
4. В какую точку наносится прекардиальный удар?
5. Что делать после нанесения прекардиального удара, если работа сердца не восстановилась?
6. В какой точке должны располагаться ладони оказывающего помощь при проведении непрямого массажа сердца?
7. С какой частотой необходимо надавливать на грудную клетку при проведении непрямого массажа сердца?
8. В каких случаях проводится искусственная вентиляция легких?
9. Как правильно сделать выдох в легкие пострадавшего?
10. Назовите причины остановки сердца.
11. Как правильно определяется пульс на сонной артерии?
14. Какие действия выполняются при проведении реанимационных мероприятий пострадавшему при остановке сердца?

Итог урока

1.Рефлексия.

2.Беседа с обучающимися.

- Перечислите этапы экстренной реанимационной помощи.
- В течение какого времени возможно оказание ЭРП человеку?
- Какова последовательность действий спасателя при ИВЛ?

Обучающиеся отвечают на вопросы, и преподаватель по итогам прошедшего урока выставляет оценки в журнал.

В конце занятия объявляется домашнее задание: Н.В. Косолапова, Н.А. Прокопенко, учебник «Основы безопасности жизнедеятельности» М, Академия 2017 г. глава 5, тема 5.11 стр. 255 – 258.

Подготовиться к практическим занятиям.

Заключение

Подводя итоги, можно сказать, что:

использование информационных технологий:

- повышает интерес обучающихся к предмету,
- формирует положительную мотивацию учебной деятельности,
- осуществляет дифференцированный, индивидуальный подход к обучению на уровне студента,
- оптимизирует и индивидуализирует процесс обучения,
- создаёт надёжную систему мониторинга усвоения знаний,
- осуществляет процесс обучения в режиме сотрудничества преподавателя и студента,
- повышает педагогическую квалификацию, позволяет использовать преподавателю современные педагогические технологии.
- применение компьютера на разных этапах обучения позволяет довести время активной работы учащихся на уроке до 70-75% времени урока, вместо обычных 15-20%.

Список используемой литературы

- Косолапова Н.В., Прокопенко Н.А.. «Основы безопасности жизнедеятельности». Москва. Академия. 2017 г.
- Косолапова Н. В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности: электронный учебно-методический комплекс для учреждений сред. проф. образования. — М., 2014.
- Косолапова Н. В., Прокопенко Н.А., Побежимова Е.Л. Безопасность жизнедеятельности. Практикум: учеб. пособие для учреждений сред. проф. образования. — М., 2017.
- «Основы медицинских знаний» пособие по оказанию первой медицинской помощи. М. Астрель 2004 В.Г. Бубнов, Н. В. Бубнова