

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ НИЖЕГОРОДСКОЙ ОБЛАСТИ
ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«НИЖЕГОРОДСКИЙ ИНСТИТУТ РАЗВИТИЯ ОБРАЗОВАНИЯ»

УРОКИ ЗДОРОВЬЯ
и
ОБЖ



**Методические рекомендации для учителя
к интегрированному курсу**

Седьмой год обучения

Нижний Новгород
Нижегородский институт развития образования
2011

УДК 372.016:613

ББК 74.200.544

У71

Авторы-разработчики:

О. С. Гладышева, докт. биол. наук, профессор,
зав. кафедрой здоровьесбережения в образовании ГОУ ДПО НИРО;

М. В. Шуклина, учитель биологии МОУ СОШ № 45
п. Центральный Володарского района

при участии

Е. В. Алексеевой, канд. пед. наук, доцента,
зав. кафедрой естественнонаучного образования ГОУ ДПО НИРО;

С. О. Фадеевой, *Н. В. Плюковой*, учителей математики
МОУ СОШ № 1 г. Сарова

Рецензенты:

Е. Е. Конюхов, канд. мед. наук, доцент кафедры теории и методики
физического воспитания и ОБЖ ГОУ ДПО НИРО;

М. В. Тимченко, директор МОУ СОШ № 4 г. Бора;

Н. В. Чулкова, методист ИДК г. Бора

Рекомендовано к изданию

научно-методическим экспертным советом ГОУ ДПО НИРО

Уроки здоровья и ОБЖ : методические рекомендации для
У71 учителя к интегрированному курсу: седьмой год обучения /
Мин-во образования Нижегород. обл., ГОУ ДПО «Нижегор. ин-т
развития образования»; [авт.-разработ.: О. С. Гладышева,
М. В. Шуклина]. — Н. Новгород : Нижегородский институт
развития образования, 2011. — 142 с.

ISBN 978-5-7565-0471-2

Методическое руководство содержит рекомендации по проведению
уроков интегрированного курса «Уроки здоровья и ОБЖ» в 7-м классе.

Материал уроков предполагает использование интерактивных ме-
тодов обучения. Аксиолого-компетентностный и интеграционный под-
ходы к построению содержания курса позволяют формировать у школь-
ников основы здорового образа жизни.

Учебный курс предназначен для организации занятий в классах
средней ступени школы (5–7). Уроки, проводимые в соответствии с
ним, могут замещать уроки ОБЖ, использоваться в качестве факультативных, специальных занятий, классных часов, а также в системе вне-
урочной деятельности с целью формирования у учащихся установок на
здоровый образ жизни и безопасное поведение.

УДК 372.016:613

ББК 74.200.544

© ГОУ ДПО «Нижегородский институт разви-
тия образования», 2011

ISBN 978-5-7565-0471-2

© Гладышева О. С., Шуклина М. В., 2011

Предисловие



Предлагаемое издание содержит методические рекомендации по проведению уроков интегрированного курса «Уроки здоровья и ОБЖ» в 7-м классе в объеме 1 час в неделю (34 учебных часа в год).

Программа курса «Уроки здоровья и ОБЖ» разработана на кафедре здоровьесбережения в образовании ГОУ ДПО НИРО в рамках реализации областной программы «Здоровье и образование». Он является логическим продолжением подобного курса начальной школы либо может быть использован как самостоятельный курс, который учащиеся начинают изучать в среднем звене на уроках ОБЖ. Возможны занятия по программе в качестве факультативных за счет школьного или регионального компонента, а также в виде классных часов или кружковой работы в системе внеурочной деятельности.

Необходимость создания интегрированного курса связана с тем, что в современном обществе обострились проблемы социальной дезадаптации детей и молодежи, отмечается рост числа преступлений и насильственных действий, совершаемых несовершеннолетними. Курение, употребление алкоголя и наркотиков все более распространяются среди учащихся школ и учреждений начального и среднего профессионального образования. В целом ряде нормативных документов, таких как Федеральный закон «Об образовании», Федеральная целевая программа развития образования, Федеральные государственные образовательные стандарты общего образования, Федеральные государственные требования к образовательным учреждениям в части охраны здоровья обучающихся, воспитанников, в Президентской инициативе «Наша новая школа», Концепции профилактики

злоупотребления психоактивными веществами и разработанной на их основе программе министерства образования Нижегородской области «Профилактика асоциального поведения среди детей и молодежи», содержатся требования, чтобы школа как в рамках учебных предметов, так и более углубленно знакомила учащихся с нормами и принципами здорового образа жизни.

Авторы программы выдвинули идею интеграции содержания «Уроков здоровья» с близким по направленности предметом ОБЖ и дисциплинами естественнонаучного цикла. Идея глубокой и содержательной интеграции курсов «Уроки здоровья» и ОБЖ нова и пока отсутствует в педагогической литературе. В основе ее лежит концепция дуальности человека как существа, имеющего биологические и социальные корни своей жизни. Здоровье при этом рассматривается как интегральный показатель безопасного взаимодействия человека с природой и социумом. С учетом такого взгляда на здоровье интеграция курсов «Уроки здоровья» и ОБЖ — органичная, естественная и необходимая мера.

Курс «Уроки здоровья и ОБЖ» основывается на новой методологической парадигме, суть которой — отказ от авторитарной педагогики устрашения и запугивания как совершенно неэффективной для учащихся этого возраста и формирование в ходе занятий индивидуального модельного эмпирического опыта в области изучения предмета. Данная концепция определяет принципиально иной технологический и методологический арсенал, который педагог должен использовать для проведения уроков. Это прежде всего деятельностный подход, диалоговое взаимодействие учителя и учеников, а также весь спектр интерактивных методических приемов, что решает проблему приобретения обучающимися в школе необходимых социальных компетентностей.

Основная цель программы — изменение ценностных и целевых установок учащихся с ориентацией на свое здоровье, здоровый образ жизни, а также здоровье планеты — является одной из базисных гуманитарных идей современной школы. Достичь этой цели предполагается путем реализации учебных и развивающих задач в ходе учебного процесса.

Авторы программы придерживаются убеждения, что учебная деятельность не должна включать изучение только теоретического материала. Проигрывание различных проблемных ситуаций, освоение практических приемов оказания

первой помощи, выработка умения принимать решения в сложных, критических ситуациях — вот далеко не полный перечень задач, которые планируется решать в ходе изучения данного курса. Эти задачи диктуют необходимость широкого использования принципов групповой деятельности и сотрудничества, а также других приемов активной работы с учащимися.

Основными прогнозируемыми результатами обучения в рамках программы можно считать:

- ✧ изменение ценностных и целевых установок школьников, ориентация их на здоровье и здоровый образ жизни, а также здоровье планеты;

- ✧ получение минимума необходимых каждому человеку теоретических знаний о своем здоровье и основах безопасного поведения, а также формирование практических навыков сохранения здоровья;

- ✧ овладение умениями принимать решения в сложных, критических жизненных ситуациях, руководствуясь принципами здоровья как приоритетной ценности человеческого бытия;

- ✧ приобретение навыков эффективного общения, сотрудничества и умений выходить из конфликта;

- ✧ развитие навыков эффективной самостоятельной деятельности, самостоятельного познания, мышления и анализа.

Для мониторинга результативности программы авторы рекомендуют отказаться от использования традиционных оценок. Более эффективно результаты обучения можно отследить с помощью анонимного анкетирования, проектной деятельности учащихся, проведения практических сессий с решением проблемных задач и разбором модельных ситуаций, а также организации масштабных школьных акций.

Образовательные цели курса

№ п/п	Наименование модуля	Образовательные цели		
		мировоззренческие (воспитательные)	развивающие	учебные
1	Здоровый образ жизни. Введение	Учащиеся понимают, что значительное влияние на здоровье оказывает образ жизни	Учащиеся характеризуют факторы здоровья, опираясь на основные нормы здорового образа жизни	Учащиеся узнают (повторяют) факторы здоровья и заповеди здорового образа жизни
2	Здоровье и жизнь	Учащиеся понимают, что поведение человека, а также владение умениями выживания в экстремальных ситуациях природного характера помогают ему сохранить жизнь и здоровье и оказать посильную помощь окружающим людям	Учащиеся используют знания об экстремальных условиях природного характера для формирования стратегии своего поведения в различных чрезвычайных ситуациях	Учащиеся определяют принципы выживания и сохранения здоровья в различных экстремальных ситуациях, возникающих в природе
3	Безопасность человека в социуме	Учащиеся понимают, что поведение человека, а также владение умениями выживания в экстремальных ситуациях социального характера помогают ему сохранить жизнь и здоровье, а также оказать посильную помощь в беде другим людям	Учащиеся используют знания о характере поведения в экстремальных социальных ситуациях для формирования стратегии своего выживания в различных чрезвычайных обстоятельствах	Учащиеся узнают и определяют различные чрезвычайные ситуации социального характера и усваивают практические приемы своего поведения при их наступлении

Продолжение табл.

№ п/п	Наименование модуля	Образовательные цели		
		мировоззренческие (воспитательные)	развивающие	учебные
4	Движение и здоровье человека	Учащиеся понимают, что в основе здоровья человека лежит двигательная активность, что малоподвижный образ жизни приводит к нарушениям здоровья и тяжелым заболеваниям	Учащиеся характеризуют основные правила использования физкультуры, спорта и других видов двигательной активности в своей жизни	Учащиеся узнают (повторяют) основные правила использования двигательной активности в своей жизни: правила занятия физкультурой и спортом, а также другими видами движения
5	Гражданская оборона	Учащиеся понимают, что существует государственная система мер по защите населения в военное и мирное время	Учащиеся характеризуют основное предназначение и задачи гражданской обороны единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций	Школьники изучают основные правила организации защиты учащихся общеобразовательных учреждений от чрезвычайных ситуаций в военное и мирное время и телефоны местных служб МЧС
6	Знаю, умею, делаю: практическая сессия	Учащиеся понимают, что сохранение и укрепление здоровья требуют определенных теоретических и практических знаний,	Учащиеся излагают наиболее важные сведения о приемах первой помощи пострадавшим в опасных ситуациях	Учащиеся узнают и осваивают важные практические приемы оказания первой помощи пострадавшим в различных

Окончание табл.

№ п/п	Наименование модуля	Образовательные цели		
		мировоззренческие (воспитательные)	развивающие	учебные
		что оказание практической помощи себе и окружающим возможно при владении опреде- ленными навы- ками		опасных ситуа- циях: наложе- ние простейших повязок и транс- портировка пострадавших

Модуль 1
Здоровый образ жизни.
Введение



Урок 1
Здоровый образ жизни

Задачи урока

1. Знать, что такое здоровый образ жизни.
2. Иметь представление о зависимости здоровья от образа жизни.
3. Понимать основные правила жизни, определяющие здоровье человека.
4. Уметь формулировать основные правила (заповеди) здорового образа жизни.

Содержание урока

1. Беседа с учениками на тему «Я и мое здоровье».
2. Экспертная работа в группах на тему «Зависит ли мое здоровье от образа жизни».
3. Продолжение групповой работы на тему «Здоровье и личное благополучие» и составление «Заповедей здорового образа жизни».
4. Отчет групп, формирование устава здорового образа жизни (*фронтальная работа*).

Информация для учителя

В начале урока учитель вместе с учениками рассуждают о важности сохранения здоровья. Педагог предлагает детям привести примеры, как в летнее время они использовали знания, полученные ими при изучении курса «Уроки здоровья и ОБЖ» в 5—6 классах, для сохранения и укрепления своего здоровья. Далее учитель просит учащихся дать определение термина «здоровье» и фиксирует основные положения его на доске.

Объединяя эти высказывания, следует составить и записать общепринятое определение.

Здоровье — состояние физического, душевного и социального благополучия. (Не только отсутствие болезней.)

Затем организуется работа в группах. Сначала учитель предлагает в группах провести в течение 5 мин экспертизу утверждения: «Здоровье зависит от образа жизни человека» — и просит учащихся кратко прокомментировать заключение, к которому пришла каждая группа.

Далее учитель предлагает детям связать понятия здоровья и благополучия в жизни, подойдя к выводу о том, что каждый человек несет личную ответственность за свое здоровье и благополучие. Итогом работы группы может быть составление правил поведения человека, который хочет прожить долгую благополучную жизнь. Ученикам предлагается коллективно заполнить таблицу, что должен и чего не должен делать для этого человек?

Учащиеся заполняют таблицу, которая предусматривает составление правил (заповедей) здорового образа жизни. Каждая группа разрабатывает свои правила. По окончании работы на доске или плакате учителем составляется общий перечень заповедей здорового образа жизни. После обсуждения эти положения заносятся учащимися в тетради.

Правила (заповеди) здорового образа жизни

Здоровому человеку присуще чувство самоуважения, необходимое для мотивации здорового образа жизни.

Для здорового образа жизни нужно:

- ✧ правильно относиться к питанию: не переедать, но и не голодать;
- ✧ не забывать о физической активности, спорте на свежем воздухе;
- ✧ отказаться от вредных привычек;
- ✧ спать не менее 7—8 часов в сутки;
- ✧ контролировать свой вес;
- ✧ быть устойчивым к стрессам;
- ✧ беречь природу и заботиться о ней;
- ✧ следить за своим здоровьем и физическим состоянием.

Мы должны и можем контролировать свои эмоции, рационально питаться, выполнять физические упражнения, бороться со стрессом, участвовать в общественной жизни. Во власти каждого — не курить, не употреблять алкоголь и наркотики. Важно, чтобы жизнь человека имела духовную основу, что придает ей смысл. Учащиеся повторяют в беседе, от чего зависит здоровье.

Домашнее задание: дополнить, скорректировать формулировки и оформить памятки о здоровом образе жизни.

Урок 2

Факторы здорового образа жизни

Задачи урока

1. Знать факторы, влияющие на здоровье человека.
2. Знать его основные свойства.
3. Уметь объяснять влияние тех или иных факторов на здоровье человека.

Содержание урока

1. Беседа на тему «Я и мое здоровье».
2. Рассказ учителя о факторах здоровья.
3. Работа в группах.
4. Отчет групп (*запись ключевых понятий в тетради*).

Информация для учителя

Урок начинается с повторения и закрепления знаний о здоровье и здоровом образе жизни как системе деятельности человека по сохранению, укреплению и формированию своего здоровья.

Учитель предлагает вспомнить, от каких факторов зависит здоровье человека:

- ✧ от наследственности (18—25 %);
- ✧ уровня развития здравоохранения (10—15 %);
- ✧ состояния окружающей среды (10—20 %);
- ✧ образа жизни (50—52 %).

Вместе с педагогом ученики анализируют, как именно эти факторы влияют на здоровье человека. В качестве подсказки можно использовать плакаты, фотографии или слайды, отображающие те или иные факторы.

Далее учитель обсуждает с учащимися определения, которые были ими даны на предыдущем уроке, и обращает внимание на то, что понятие «здоровье» имеет разные значения, то есть является многозначным, комплексным. Педагог предлагает детям поработать в группах и раздает карточки с описанием различных ситуаций, в которых проявляются различные стороны понятия «здоровье», с просьбой определить их. Результаты работы групп обобщаются на доске в виде цветка. Если при идентификации каких-то свойств учащиеся затрудняются дать правильный ответ, им необходимо оказать помощь.



После разбора информации и фиксации ее на доске учитель просит обсудить в группах данные свойства и их значимость для здоровья и написать краткие коллективные эссе.

Физические свойства — отсутствие физических недостатков, слаженная работа всех систем организма, сила, выносливость.

Интеллектуальные свойства — способность усваивать знания, использовать их в жизни, успешность в учебе.

Эмоциональные свойства — проявление положительных эмоций, умение владеть эмоциями, жизнерадостность, оптимизм.

Социальные свойства — умение находиться в обществе, коллективе, семье.

Личностные свойства — способность быть в ладу с собой.

Духовные свойства — понимание того, что здоровье — важная ценность жизни.

После обсуждения результатов работы закончить урок необ-

ходимо совместными выводами о зависимости здоровья каждого конкретного человека от многих факторов и особенно от образа жизни, правилами которого нельзя пренебрегать, если стремишься к жизненному благополучию.

Урок 3

Безопасность жизнедеятельности. Факторы выживания

Задачи урока

1. Иметь представление о безопасности жизнедеятельности.
2. Знать, что такое факторы выживания в экстремальных ситуациях.
3. Уметь использовать полученные знания о факторах выживания в конкретных экстремальных ситуациях.

Содержание урока

1. Повторение материала о свойствах здоровья.
2. Фронтальная беседа «Опасная ситуация» и «Основы безопасности жизнедеятельности».
3. Фронтальная беседа «Факторы выживания», их классификация.
4. Работа в группах (прием Фишбоун).
5. Обсуждение результатов работы.
6. Домашнее задание творческого характера.

Информация для учителя

Урок начинается с повторения и закрепления знаний о здоровье, здоровом образе жизни как системе деятельности человека по сохранению, укреплению и формированию своего здоровья, факторах здорового образа жизни. Педагог предлагает детям вспомнить свойства здоровья — результаты работы групп, оформленные в виде цветка, а также факторы здорового образа жизни и дополнить их примерами из летних каникул.

Далее учитель просит дать общее название ситуациям, которые при определенном развитии событий могут привести к потере здоровья, и системе поведения человека в повседневной жизни, уменьшающей ущерб от них. Лидер одной из групп по желанию фиксирует основные положения беседы на доске. Учащиеся должны вспомнить определение терминов «опасная

ситуация» и «основы безопасности жизнедеятельности» из курса ОБЖ в 6-м классе. В качестве подсказки можно использовать плакаты, фотографии или слайды, кинофрагменты.

Затем учитель предлагает учащимся связать понятия «безопасность жизнедеятельности» и «факторы выживания». Учащиеся самостоятельно приходят к выводу о том, что каждый человек может освоить «науку выживания». Для этого им необходимо вспомнить знания, полученные при изучении курса «Уроки здоровья и ОБЖ» в 6-м классе, и зафиксировать их в тетрадях: определение термина «факторы выживания» (определенные условия или комплекс условий, выполняя которые человек, находящийся в экстремальной ситуации, может преодолеть ее вполне благополучно), наличие человеческого (физического и психического) и техногенного (наличие устройств, приспособлений, дополнительных средств или подручных средств) факторов, а также природно-средовых условий, которые способствуют выживанию в экстремальных ситуациях. Можно помочь детям на конкретных примерах сформулировать эти факторы.

Педагог предлагает детям вспомнить об основных факторах выживания, которые они изучали в курсе «ОБЖ» в 6-м классе, поработав в группах, и воспользоваться приемом Фишбоун (Д. Баланк), давая последовательно задания в рамках этого приема.

Принцип Фишбоун

1. Нарисуйте на большом листе бумаги рыбный скелет.



2. Сформулируйте разнообразные факторы выживания, которые человек использует в своей жизни.
3. Обменяйтесь информацией в группе, выделите 4—5 наиболее актуальных и общих факторов, имеющих значение для всех вас.
4. Занесите их на верхние «косточки» основы рыбы в порядке снижения их важности от «головы» к «хвосту».

5. Представьте всей аудитории результаты деятельности вашей группы. Что, на ваш взгляд, необходимо сделать человеку, учитывая влияние каждого фактора, чтобы сохранить свое здоровье в условиях экстремальных ситуаций. (*Учащимся необходимо вспомнить примерную программу действий в экстремальных ситуациях из курса «Уроки здоровья и ОБЖ» в 6-м классе.*)

6. Запишите эти возможные действия в экстремальных ситуациях на нижних «косточках» нашего «рыбного скелета» таким образом, чтобы они соответствовали приведенным на верхних «косточках» факторам выживания.

7. Обратите внимание на «голову» нашей «рыбы». Вернитесь к зафиксированным факторам и возможным действиям. Попробуйте сформулировать, что вы хотели узнать о факторах выживания. Сформулируйте основные цели данного задания.

8. Запишите эти цели в «голову» рыбы.

Работая в группах, учащиеся выделяют основные факторы выживания и выстраивают их по рейтингу:

- ✦ общая физическая подготовка, закалка;
- ✦ знание приемов самоспасения;
- ✦ готовность к действиям в аварийной ситуации;
- ✦ наличие навыков выживания;
- ✦ правильная организация спасательных работ;
- ✦ воля к жизни.

Результаты работы групп обобщаются на доске в виде рисунков. Если при идентификации каких-то факторов или целеполагании ученики затруднились дать ответ, то необходимо оказать им помощь. Обратите внимание на то, что все факторы выживания можно разделить на три группы: личностные, природные, материальные и постприродные (возникающие от общения с природой).

Закончить урок необходимо совместными выводами о зависимости безопасности жизнедеятельности каждого конкретного человека от многих факторов и оформить «хвост» рыбы, где записываются выводы, соответствующие целям работы в группах.

Д о м а ш н е е з а д а н и е: подобрать примеры ситуаций, случившихся с тобой или с близкими тебе людьми, в которых ты смог воспользоваться знаниями о безопасности жизнедеятельности и факторах выживания.

Урок 4

Ситуации природного характера и выживание человека

Задачи урока

1. Знать, какие ситуации относятся к ситуациям природного характера.
2. Иметь представление о разных типах опасных ситуаций природного характера.
3. Знать правила поведения и использовать их в зависимости от степени экстремальности происходящих событий.

Содержание урока

1. Беседа с учащимися по теме домашнего задания.
2. Повторение в ходе беседы определения понятия «ситуация природного характера».
3. Работа в группах (прием ИНСЕРТ) по тексту статьи.
4. Совместное дополнение кластера «экстремальные ситуации» правилами выживания в природе. Обсуждение схемы.

Информация для учителя

Урок начинается с повторения и закрепления знаний о безопасности жизнедеятельности, факторах выживания. Учитель вывешивает на доску общую для групп схему «рыбы», в которой от «головы» к «хвосту» на верхние «косточки» в порядке уменьшения их важности занесены факторы выживания, на нижних «костях рыбного скелета», соответственно прописанным на верхних «костях» факторам выживания, обозначены действия в экстремальных ситуациях по сохранению здоровья человека; в «голове» рыбы — общие цели и в «хвосте» — соответствующие им выводы.

Затем учитель предлагает учащимся вспомнить, открыв тетради, прошлогодние кластеры с классификацией экстремальных ситуаций и выделить факторы выживания в ситуациях природного характера. Учащиеся по очереди фиксируют ответы на доске, а затем в тетрадях.

Факторы выживания в ситуациях природного характера

- ✧ Знания и умения, позволяющие выжить;
- ✧ состояние здоровья; воля, решительность, изобретательность, собранность, выносливость;

✧ температура и влажность воздуха, атмосферное давление, солнечная радиация, ветер, физико-географические особенности района автономного существования: флора и фауна (растительный и животный мир), источники воды, рельеф местности;

✧ одежда и обувь, средства связи, снаряжение, различные подручные средства, которые можно использовать для строительства временного укрытия, изготовления или ремонта одежды и обуви, добывания огня, приготовления пищи, подачи сигналов;

✧ тепловые удары и обморожения, отравления, горная болезнь, различные травмы и острые психические состояния, вызванные нахождением в экстремальной ситуации;

✧ страх, одиночество, уныние, голод, холод, жара, жажда, физическая боль, переутомление.

Класс разбивается на группы для работы по статье «Наука выживания» Андрея Ильичева (Приложение на с. 85). Ученикам предлагается воспользоваться приемом ИНСЕРТ. Прочитав текст, необходимо поставить на полях значки:

V — это я знал;

+ — новая информация;

— — противоречит моим представлениям;

? — информация непонятна или недостаточна.

На чтение текста отводится 15 минут. Закончив чтение, учащиеся должны нарисовать и заполнить «Маркировочную таблицу», в каждую колонку которой следует внести не менее 3—4 пунктов.

V	+	—	?

Далее 2—3 минуты ученики делятся своими впечатлениями в группах и проводится общее обсуждение результатов по маркировочным таблицам. Педагог акцентирует внимание обучающихся на ситуациях природного характера, в которых человек сталкивается, прежде всего, с воздействием внешних условий. Попадая в опасную ситуацию, каждый человек испытывает страх, проявляющийся по-разному у людей с различным складом характера и темпераментом — от чрезмерного возбуждения

до апатичной расслабленности. Но в любом случае самый важный фактор выживания в экстремальных ситуациях — это организация собственных действий.

О каких же основных правилах выживания надо помнить в таких ситуациях? Педагог организует работу в группах по составлению правил. Результаты этой работы обсуждаются совместно. По ходу обсуждения учащиеся записывают правила на доске и в тетрадях, затем школьники дополняют кластеры об экстремальных ситуациях правилами выживания.

Примерные правила выживания в ситуациях природного характера

✧ Никогда не думайте, что если экстремальная ситуация природного характера возникает редко, то она не угрожает вам вообще.

✧ Попав в экстремальную ситуацию природного характера, оцените ее, примите решение, как обезопасить себя. Действуйте быстро и решительно.

✧ При выходе в безопасную зону необходимо успокоиться, оценить ее, принять решение, как обезопасить себя, и действовать быстро и решительно.

✧ Выдержка, самообладание, дисциплина, физическая подготовка, а главное стремление и умение выжить помогут вам победить.

✧ Накапливайте знания и опыт поведения в различных ситуациях.

Данные правила являются общими, приблизительными и неполными.

Д о м а ш н е е з а д а н и е: дополнить вышеназванные правила поведения относительно каких-либо конкретных экстремальных ситуаций природного характера.

Урок 5

Автономное существование в лесу

Задачи урока

1. Знать особенности автономного существования человека в лесу.

2. Иметь представление о сроках такого автономного существования.

3. Уметь использовать знания об автономном существовании в лесу в практических ситуациях.

Содержание урока

1. Повторение в ходе фронтальной беседы основных сведений о различных факторах выживания в ситуациях природного характера.

2. Работа в группах по ситуациям автономного существования в лесу.

3. Игровая ситуация «Пройди через лес».

Информация для учителя

Урок целесообразно начать с повторения материала предыдущего урока о выживании человека в природных ситуациях, различных факторах выживания в ситуациях природного характера, заслушивания дополнений к правилам поведения в конкретных экстремальных ситуациях природного характера, которые учениками были подготовлены в качестве домашнего задания.

Затем можно просмотреть вместе с детьми отрывки из кинофильма «Робинзон Крузо», где главный герой борется за выживание на необитаемом острове. После их просмотра целесообразно обсудить понятия «автономное существование» и «резерв организма», приводя в пример ситуации, в которых оказался герой Дж. Свифта Робинзон Крузо на необитаемом острове.

Разбирая ответы учащихся, учитель обобщает их и делает вывод о важности фактора, от которого всецело зависит продолжительность жизни при автономном существовании, — места автономного существования. Знание особенностей этого места и умение пользоваться общими правилами поведения в конкретных экстремальных ситуациях природного характера во многом увеличивают шансы человека на выживание.

Далее необходимо разобрать примеры автономного существования в лесу. Можно предложить учащимся рассказать о примерах таких ситуаций, которые они подготовили дома, а затем организовать работу на основе этих опережающих заданий в группах. Возможно разделить учеников по предложенным примерам на ситуативные группы:

- ✧ поведение в походе;
- ✧ при сборе ягод и грибов;
- ✧ на зимней лыжной прогулке и другие.

Или предложить карточки с ситуациями автономного существования в лесу (Приложение на с. 88—89).

В ходе групповой работы учащиеся обсуждают, какие особенности имеют эти ситуации, намечают предположительные сроки автономного существования отдельного человека или группы в лесу, вырабатывают правила поведения в конкретных ситуациях. Учитель обращает их внимание на виды лесов (хвойные, лиственные, смешанные) и сообщает о том, что данная ситуация произошла, например, в смешанном лесу. Далее учащиеся должны вспомнить особенности смешанных лесов из курса предметов естественного цикла:

✧ климатические условия соответствуют сезонным изменениям (максимальная зимняя температура воздуха $-43^{\circ}\dots-45^{\circ}\text{C}$, минимальная $+5^{\circ}\dots+7^{\circ}\text{C}$, высота снежного покрова редко превышает 50 см. Лето умеренно теплое и влажное, средняя температура июля $+16^{\circ}\dots+19^{\circ}\text{C}$);

✧ основные породы деревьев: сосна, ель, дуб, липа, клен, вяз;

✧ средняя плотность населения до 35—50 чел. на 1 кв. км.

После этого каждая из групп делает сообщение о правилах поведения в конкретных ситуациях, которые учащиеся самостоятельно разрабатывали.

Учитель просит рассмотреть и обобщить характеристики, которые проявляются в каждой ситуации автономного существования в лесу. Например, он констатирует, что в смешанном лесу Европейской части нашей страны проблема долговременного выживания практически исключается в связи с обжитостью района. При правильно организованном активном поиске нетрудно отыскать дорогу, тропу, линию электропередач в течение нескольких часов. Выживание в подзоне смешанных лесов фактически сводится к умению ориентироваться на незнакомой местности.

Если позволят временные рамки урока, то в конце занятия можно провести игру «Пройди через лес» (Приложение на с. 89—92), победить в которой помогут выработанные группами правила поведения. При этом необходимы как самостоятельная оценка учащимися предметов, так и согласованная работа в группах. Могут быть использованы схема или таблица.

На основе игры осуществляются дальнейшая деятельность на уроке и повторение ранее пройденного материала. Учащиеся

с помощью учителя пытаются охарактеризовать ситуацию, предложенную «легендой» игры, понимая, что она является критической (можно вспомнить другие названия подобных ситуаций).

Педагог напоминает школьникам, что при разрешении критической ситуации в ходе игры они пользовались разными приемами. В совместном поиске учащиеся пытаются определить их и записать соответствующие понятия на доске: «Обсуждали, спорили, решали, договаривались». Учитель объясняет, что эти слова обозначают. Взаимодействие друг с другом — общение. Использование информации, обмен ею — это знания. Попытки предугадать, предсказать, просчитать будущие шаги — прогноз.

Учащиеся подводятся к выводу о том, что такие же виды деятельности человек использует и в любом другом случае для разрешения той или иной ситуации или проблемы.

Урок 6

Поведение при наводнении

Задачи урока

1. Знать о поведении человека в случае наводнения.
2. Уметь использовать полученные знания о факторах выживания при возникновении наводнения в конкретных экстремальных ситуациях.

Содержание урока

1. Повторение материала о факторах выживания.
2. Фронтальная беседа о наводнениях.
3. Групповая работа по исторической статье «Черное море».
4. Обсуждение текста статьи, ответы на вопросы.
5. Составление кластеров по теме «Наводнение».
6. Составление примерной программы действий в экстремальных ситуациях при наводнениях.

Информация для учителя

В начале урока необходимо методом «мозгового штурма» определить особенности ситуации, которая возникает при наводнении. Затем можно предложить ученикам обсудить статьи из газет, исторические материалы, плакаты, фотографии или слайды, кинофрагменты о наводнениях, происходящих в разных частях земного шара. Стоит вспомнить о факторах выживания в

экстремальных ситуациях, в которые может попасть человек при наводнении. Следует обратить особое внимание на то, что наводнение отличается от других видов стихийных бедствий тем, что в ряде случаев его можно предвидеть по природным признакам (метеорологическому прогнозу, количеству выпавших осадков и др.). Это дает возможность во многих случаях заранее определить время, характер, масштабы наводнения и принять меры по снижению последствий от него.

Затем можно предложить учащимся групповую работу для анализа факторов, необходимых для выживания в экстремальных условиях наводнения, по предлагаемому тексту. Целью данной работы должны быть практическое закрепление материала и понимания учениками определяющей роли, которую играет в преодолении экстремальных ситуаций наводнения прогнозирование. При работе с текстом предусматривается постановка вопросов и коллективное обсуждение ответов на них. Учитель в ходе обсуждения текста о наводнении (Приложение, с. 93) обращает внимание учащихся на то, что ситуация, похожая на изложенную в историческом тексте, может повториться и связано это с влиянием человека на природу и постепенным изменением климата. Поведение современного человека при наводнении имеет несколько отличий, которые обусловлены организацией современной системы оповещения при угрозе стихийных бедствий.

Далее школьникам предлагается составить кластер, в котором необходимо структурировать общие знания о наводнении. В кластере должны быть отражены: характерные черты всех наводнений (значительное затопление местности, подъем уровня воды), их причины (быстрое сезонное таяние снега и льда, скопление льда в русле реки, ветровой нагон воды, землетрясения и др.) и виды (половодье, паводок, затор и др.), опасности (угроза здоровью и жизни). Учитель предлагает учащимся выделить тип наводнения, который наиболее возможен для той местности, в которой они проживают.

Далее школьники могут начать составлять программу действий при наводнениях в современных условиях, в которой необходимо «пошагово» отразить все важные в данной ситуации мероприятия. Работу над программой можно рассматривать как форму их подготовки к нестандартным, экстремальным ситуациям в жизни.

Такая работа может быть продолжена в группах. В ходе обсуждения методом «мозгового штурма» составляется примерная программа действий в экстремальных ситуациях при наводнениях.

*Как достойно выйти
из экстремальной ситуации при наводнении*

✧ Необходимо покинуть опасный район по сигналу оповещения об угрозе наводнения и эвакуации в назначенный район или на возвышенный участок местности, захватив с собой документы и запас продуктов.

✧ Если сигнала об эвакуации не было, а опасность уже близка, нужно ждать помощи или спада воды на верхних этажах здания, на крыше, на деревьях или на любых возвышениях.

✧ Постоянно подавать сигналы бедствия всеми подручными средствами.

✧ Самостоятельно выбираться из затопленного района можно лишь тогда, когда одному из пострадавших требуется медицинская помощь, когда вода продолжает подниматься и надежда на спасение минимальная.

✧ Для переправы можно использовать «импровизированный спасательный плот», сделанный из стульев (или другой легкой деревянной мебели), связанных пустых канистр и полиэтиленовых бутылок и др.

Домашнее задание опережающего характера: подумайте, что можно использовать для подачи сигналов бедствия при наводнениях.

Урок 7

Поведение при грозе, смерче, урагане

Задачи урока

1. Получить представление о поведении человека при грозе, смерче, урагане.
2. Уметь использовать полученные знания по факторам выживания в экстремальных ситуациях.

Содержание урока

1. Повторение материала о факторах выживания.
2. Фронтальная беседа о грозе, смерче, урагане.

3. Групповая работа по предлагаемым ситуациям, составление синквейнов.

4. Работа с листовками, поиск и устранение ошибок, дополнение листовок иллюстрациями.

Информация для учителя

В начале урока можно предложить учащимся обсудить статьи из газет, фотографии или слайды, кинофрагменты о возникновении грозы, смерча, урагана.

Ученики приводят примеры, с какими подобными природными явлениями они сталкивались и какие явления можно назвать опасными. Школьники вспоминают определение понятия стихийные бедствия.

Стихийные бедствия — это опасные явления природы, которые нарушают нормальную жизнь населения, разрушают и уничтожают материальные ценности, вызывают гибель людей, нередко служат причиной аварий и непредсказуемых по своим последствиям катастроф, оказывают отрицательное воздействие на окружающую среду.

Целесообразно предложить учащимся поработать в группах и разобрать конкретные ситуации, возникающие при грозе, смерче, урагане (Приложение на с. 94—95), с целью выделения особенностей этих природных явлений и определения характера поведения человека в случае их возникновения.

Для синтеза информации учитель предлагает детям в кратких выражениях составить синквейны на темы: «гроза», «смерч», «ураган». Учащиеся выписывают на доске характерные признаки *грозы* — молния, гром, сильный ветер и дождь; *урагана* — ветер огромной разрушительной силы, имеющий скорость более 30 м/с; *смерча* — атмосферный вихрь, похожий на темный рукав, воронку или хобот диаметром в десятки и сотни метров, часто сопровождающийся ливнями и градом.

Необходимо далее поставить перед учащимися вопрос: «Какие условия могут усложнить безопасность жизнедеятельности человека при этих природных явлениях и стихийных бедствиях?» Поиск ответа на него они должны осуществлять в ходе работы с карточками, где перечислены разнообразные условия, среди которых следует выбрать правильные (Приложение на с. 95).

Далее учитель предлагает школьникам антипрограммы действий при грозе, смерче, урагане в виде листовок для населения,

в содержании которых допущены несколько ошибок. Необходимо найти и исправить их (Приложение на с. 95—96).

Домашнее задание: дополнить текст листовок иллюстрациями в виде рисунков или символов.

Урок 8 *Сигналы бедствия и сигнальные средства*

Задачи урока

1. Знать сигналы бедствия и условия реального использования различных сигнальных средств.
2. Уметь использовать полученные знания в конкретных экстремальных ситуациях.

Содержание урока

1. Беседа с учащимися по теме домашнего задания.
2. Групповая работа по ситуациям.
3. Работа в группах по составлению матрицы сигналов бедствия и сигнальных средств.

Информация для учителя

Урок начинается с повторения материала домашнего задания и приведения примеров возможных сигналов бедствия при наводнениях. Учащиеся рассказывают и демонстрируют разнообразные способы подачи сигналов, далее эти способы фиксируются на доске. Затем учитель предлагает учащимся поработать в группах и разобрать конкретные ситуации (Приложение на с. 96—98), которые изложены в заданиях, с целью отработки названных способов подачи сигналов при наводнении и других возможных экстремальных ситуациях.

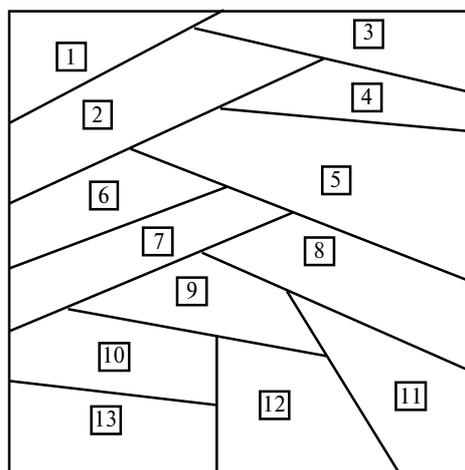
Учитель напоминает, что среди факторов, помогающих выжить в таких ситуациях, немалую роль играет знание приемов самоспасения, а именно умение применять сигналы бедствия и сигнальные средства. Педагог предлагает учащимся обсудить в группах две очень похожие реальные жизненные истории (Приложение на с. 96—98) и выявить ошибки, допущенные их героями. К сожалению, история различных аварий знает немало примеров, когда неумение подать сигнал бедствия стоило людям жизни.

Между тем, существует целый арсенал средств привлечения внимания спасательных команд, а также случайно оказавшихся в районе бедствия самолетов, вертолетов, судов. Учитель предлагает группам учащихся карточки с условными обозначениями сигналов привлечения внимания и просит их продемонстрировать использование этих сигналов в различных реальных жизненных ситуациях (Приложение на с. 98—99). Далее учащиеся вместе с учителем вспоминают все известные им сигналы привлечения внимания и фиксируют их в тетрадах.

Сигналы привлечения внимания в экстремальных ситуациях

- ✧ Дымовые шашки и вспышки ракет;
- ✧ блики сигнальных или самодельных зеркал или фольги;
- ✧ знаки-сигналы на местности;
- ✧ свет и дым костров;
- ✧ яркая одежда;
- ✧ радиобуи и радиосигналы;
- ✧ звуковые сигналы;
- ✧ световые сигналы азбукой Морзе;
- ✧ флаги-сигналы;
- ✧ воздушные шары и змеи;
- ✧ затесы и другие импровизированные метки.

На следующем этапе занятия педагог предлагает учащимся составить «матрицу знаков».



1. На доске в специальную матрицу (на большом листе бумаги) всем классом собираются все возможные знаки сигнализации.

2. Матрица разрезается так, чтобы в каждой части ее был зафиксирован сигнал привлечения внимания. Разрезанные части раздаются в группы для объяснения, как следует пользоваться этими сигналами.

Предложения записываются на обратной стороне фрагмента матрицы.

3. Матрица снова собирается и склеивается воедино. Теперь она представляет банк сигналов бедствия и соответствующих сигнальных средств при экстремальных ситуациях.

Домашнее задание: учащимся рекомендуется составить несколько вариантов ситуаций, в которых можно применить необычные сигнальные средства из подручных материалов, можно также изобразить их в виде рисунков в тетради.

Урок 9 *Обеспечение пищей в природных условиях**

Урок 9(1)

Задачи урока

1. Знать особенности автономного существования людей в природе.
2. Уметь выстроить последовательность действий по обеспечению себя питанием в природных условиях.

Содержание урока

1. Фронтальная беседа на тему съедобных природных объектов.
2. Групповая работа с использованием стратегии «Чтение с остановками».
3. Составление последовательности действий по обеспечению себя питанием в природных условиях (*групповая работа*).

Информация для учителя

Учащиеся в 5-х и 6-х классах уже изучали в курсе «Уроки здоровья и ОБЖ» съедобные, ядовитые и лекарственные растения, съедобные и ядовитые грибы и имеют представление о способах оказания первой помощи при отравлении ядовитыми

*

Урок включает много информации и разнообразных видов деятельности, поэтому может быть разбит на два урока.

растениями и грибами, знают о грибах-двойниках и признаках, отличающих их от съедобных грибов, имеют некоторые сведения о приготовлении пищи из грибов, ягод. Поэтому на уроке целесообразно провести работу по изучению способов применения этих знаний при возникновении экстремальных ситуаций и автономном существовании человека в природе.

Учитель предлагает детям использовать при этом стратегию «Чтение с остановками». Необходимо прочитать и обсудить в парах одну из ситуаций автономного существования людей в природе с целью выделения причин печального исхода данной истории.

Стадия осмысления

1. Рассказ называется «Трагедия в тайге», и для начала учитель спрашивает, знают ли ученики, что такое тайга?
2. Предваряющий чтение вопрос: «Как вы думаете, о чем будет этот рассказ и почему он так называется?»
3. Учитель просит учащихся не забегать вперед и начинает чтение рассказа. Во время остановок чтения учащиеся отвечают на его вопросы.

ТРАГЕДИЯ В ТАЙГЕ

Эта печальная история произошла несколько лет назад на Алтае. Три туриста из литовского города Паневежиса — двое молодых парней Гунтаутас, Валентас и девушка Юлия — решили самостоятельно пройти по живописному и малопосещаемому району горного Алтая. 30 мая они вышли из села Эдиган, имея при себе все необходимое снаряжение и недельный запас продуктов. Перевалив два хребта, туристы предполагали выйти к Телецкому озеру.

1-я остановка

1. Какое отношение у вас складывается по отношению к туристам?
2. Как вы думаете, почему они отправились в путешествие именно по малопосещаемому району горного Алтая?
3. Что, по вашему мнению, входило в запас их продуктов питания?
4. Что будет дальше?

...Но уже через несколько дней пути солнечная, теплая погода сменилась похолоданием, затяжными дождями.

Решив идти к своей цели напрямую, по компасу, туристы заблудились. Скоро кончились продукты.

2-я остановка

1. Как вы думаете, почему туристы заблудились?
2. Почему так скоро закончились продукты?
3. Как, на ваш взгляд, будут дальше развиваться события?

...Самый выносливый и сильный из них, Гунтаутас, отправился на поиск людей.

3-я остановка

1. Что, по вашему мнению, делали оставшиеся в лагере туристы?

2. Как, на ваш взгляд, будут дальше развиваться события?

...Оставшиеся ждали его 26 суток. Все это время они не имели пищи. Валентас обессилел настолько, что не мог подняться. Тогда за помощью пошла Юлия.

Люди нашли ее в горах в полузабытьи, а затем спасли и Валентаса. Гунтаутаса нашли позже, но помочь ему уже было невозможно.

4-я остановка

1. Изменилось ли ваше отношение к туристам с того момента, как они заблудились?

2. Почему, на ваш взгляд, Гунтаутаса спасти врачам не удалось?

3. Что, по вашему мнению, мог бы сказать выживший турист в интервью журналистам?

...Поправившись, Валентас Марцинкявичус сказал журналистам:

— Я сделал вывод, что при всей нашей образованности мы беззащитны и даже беспомощны в таких ситуациях.

Стадия размышления

1. Что вы думали о туристах до того момента, пока они не заблудились? Изменилось ли ваше мнение о них после этого? Если да, то почему, по вашему мнению, могло измениться отношение к туристам?

2. Укажите причины печального исхода данной истории.

3. Почему, по вашему мнению, этот рассказ называется «Трагедия в тайге»?

4. Как, на ваш взгляд, выглядит «Послесловие» автора к рассказу?

Далее учитель дает комментарии к рассказу.

А ведь разворачивалась эта трагедия в тайге, где одних продуктов питания растительного происхождения на каждый квадратный метр приходится не меньше, чем на такой же метр в средней руки овощном магазине!

Ладно тайга, но даже бесплодные заполярная тундра и песчаная пустыня для знающего человека могут быть изобильны, как собственный ухоженный огород! Вы думаете, я преувеличиваю? Ничуть! К примеру, древние чукчи использовали в своем рационе более 23 видов дикорастущих растений! А сколько овощей и фруктов берете вы со своего огорода? Подсчитайте ради интереса. Картошка — раз. Огурцы — два. Помидоры — три... Не набирается?

При обсуждении статьи необходимо обратить внимание учащихся на то, что, находясь в автономном существовании, не имея продуктов, мы как бы попадаем в ситуацию первобытного человека. Поэтому по возможности надо уметь обеспечить себя питанием из резервов природы: съедобными дикорастущими растениями, грибами, моллюсками, рыбой. Условия автономного существования в природе и обеспечение себя пищей в природных условиях похожи на ситуацию с первобытным человеком. Плоды и ягоды можно чаще всего есть в сыром виде. Если имеется огонь, корни, луковицы следует варить или запекать на костре.

Далее в ходе групповой работы необходимо выстроить последовательность действий по обеспечению себя питанием в природных условиях. Для этого методом «мозгового штурма» дети составляют последовательный план действий и записывают его в рабочие тетради.

Обеспечение питанием в природных условиях

- ✧ Поиск съедобных растений, грибов, животных;
- ✧ подготовка их к употреблению в пищу (очистка, замачивание в подсоленной воде, варка, обжаривание на костре, сушка);
- ✧ составление неприкосновенного запаса еды;
- ✧ приготовление пищи.

Домашнее задание: учитель просит учащихся придумать как можно больше способов определения «съедобности растений».

Урок 9(2)

Задачи

1. Знать основные съедобные растения, грибы и животных наших лесов.
2. Уметь использовать знания о съедобных растениях, грибах и животных на практике.
3. Уметь применять разнообразные навыки по организации питания в условиях автономного существования.

Содержание урока

1. Фронтальная беседа на тему «Последовательность действий по обеспечению себя питанием в природных условиях и способы определения “съедобности растений”».
2. Групповая работа «Письмо по кругу».
3. Составление таблицы съедобных растений.
4. Работа со статьей «Что есть, когда есть нечего, или Как в аварийной ситуации обеспечить себя продуктами питания» с помощью приема ИНСЕРТ.

Информация для учителя

Урок целесообразно начать с повторения материала предыдущего урока о последовательности действий по обеспечению себя питанием в природных условиях. Затем учащиеся предлагают все возможные способы определения «съедобности растений», которые они составили дома (примеры ответов: «сначала попробовать срез растения на запах, затем лизнуть и попробовать на вкус», «дать попробовать какому-нибудь животному — например, собаке» и др.).

Педагог акцентирует внимание учащихся на том, что любому человеку необходимо хорошо знать и разбираться в съедобных дикорастущих растениях своей местности. Это одно из главных условий выживания в любой экстремальной ситуации.

Групповая работа «Письмо по кругу»

1. Участники делятся на группы по 3 человека. Перед каждым из них лежит чистый лист бумаги.

2. Учащимся предлагается назвать любое съедобное растение или гриб, которые они хорошо знают, и описать их.

3. Каждый из тройки фиксирует на своем листе его название. Например, *одуванчик*.

4. Далее каждый участник на своем листе приводит 1—2 предложения с описанием внешнего вида или строения съедобного растения.

5. Затем передает лист по(против) часовой стрелке другому участнику.

6. Следующий участник читает написанное до него и, основываясь на стиле и содержательной направленности предыдущего текста, делает уточнения и дополняет текст сообщением, где можно найти это растение.

7. Сделав запись, он также передает лист по(против) часовой стрелке следующему участнику групповой работы.

8. В свою очередь он читает все написанное до него и, основываясь на стиле и содержательной направленности предыдущего текста, со своей стороны дополняет его сообщением о последовательности шагов по применению этого растения, а также его плюсах и минусах.

9. Таким образом, после того как лист «пройдет» круг, на нем будут записаны не менее трех предложений, связанных с описанием данного съедобного растения и его применением.

10. В заключение получившиеся странички «тезауруса» зачитываются перед всем классом и все желающие могут что-либо добавить к составленному описанию. Все странички собираются в единую книжку для всеобщего изучения до конца занятий по курсу 7-го класса.

Далее необходимо напомнить детям о неприкосновенном продуктовом запасе, который должен быть у человека при любом автономном существовании в природе, о правилах сбора грибов, поведения в природных условиях при сборе съедобных растений, грибов и животных. Кроме того, необходимо рассмотреть вопрос о том, какой собранный природный материал может употребляться в свежем или только в обработанном виде.

Для обобщения информации учащимся предлагается заполнить таблицу «Съедобные растения», поскольку они более доступны для приготовления пищи в естественных условиях и имеют более разнообразное применение.

Съедобные растения

Съедобный природный продукт	Съедобная часть	В каком виде употреблять	Время сбора

После заполнения таблицы можно предложить участникам групп поработать со статьей «Что есть, когда есть нечего, или Как в аварийной ситуации обеспечить себя продуктами питания» (Приложение на с. 99—102). При этом можно воспользоваться приемом ИНСЕРТ. Для этого, прочитав текст, необходимо на полях поставить значки:

V — это я знал;

+ — новая информация;

— — это противоречит моим представлениям;

? — информация непонятна или недостаточна.

А затем проводится коллективное обсуждение статьи.

На основе выполненных заданий необходимо попросить учащихся сделать классификацию растений по значимости для здоровья человека и напомнить им о том, что, несмотря на доступность и большое содержание витаминов, растительная пища низкокалорийна, поэтому в экстремальных ситуациях поиск пищи в природных условиях подразумевает и поиск съедобных животных. «Голод не тетка», он жесток, и потому нужно знать, что употреблять в пищу можно почти все, что ходит, летает, ползает. Проще найти и поймать моллюсков, насекомых. Труднее поймать рыбу, земноводного или пресмыкающегося, еще сложнее — птицу и зверя.

Домашнее задание: придумать как можно больше способов изготовления самодельных орудий рыбной ловли. Записать рецепты костровой кухни, известные родителям, увлекающимся охотой или рыбалкой, любителям туристических походов и путешествий на природе.

Урок 10

Выживание в условиях голодания

Задачи урока

1. Знать особенности голодания и состояние организма после выхода из этого состояния.

2. Уметь посредством конкретных примеров сформулировать понятие «голодание»; знать соответствующие процессы в организме, которые ему сопутствуют.

3. Уметь действовать сообща при попадании в экстремальные ситуации.

Содержание урока

1. Заготовка таблицы для анализа темы урока.
2. Обсуждение с учениками известных экстремальных ситуаций голодания в условиях похода или экспедиции.
3. Знакомство со статьей «Голодание».

Информация для учителя

На занятии целесообразно применить модель развивающего обучения «Вызов — осмысление — размышление». При работе с информационным текстом используется стратегия «З—Х—У» («Знаем» — «Хотим узнать» — «Узнали»).

У каждого ученика имеется личная рабочая таблица «З—Х—У». Она же начерчена на доске или на большом листе ватмана.

«Знаем» — «Хотим узнать» — «Узнали»

1. Что мы знаем.
Что мы хотим узнать.
Что мы узнали и что нам осталось узнать.
2. Категории информации, которыми мы намерены пользоваться. А. Б. В.
3. Источники, из которых мы намерены получить информацию.

Учитель начинает занятие со стратегии **вызова**.

Голод — это совокупность ощущений, связанных с потребностью организма в пище. Его можно рассматривать как типичную, хотя и несколько замедленную стрессовую реакцию. Известно, что человек может обходиться без пищи в течение продолжительного времени, сохраняя работоспособность, однако многодневное голодание, а при недостатке воды в особенности,

ослабляет организм, снижает его устойчивость к воздействию холода, боли и т. д.

Для проверки возможностей длительного голодания в условиях автономного существования летом 1984 года семь участников экспедиции «Экстремум» отправились в 500-километровый поход через горные пороги Южного Урала, не взяв с собой никаких запасов пищи. Пятнадцать суток длился этот эксперимент, участники которого успешно выдержали все испытания.

Если исключить рекорд голодания, поставленный американкой Элейн Джонс, весившей 143 кг и остававшейся без еды 119 дней, то обыкновенно люди, добровольно обрекшие себя на полное голодание, выдерживают не более 60—70 дней. В 1981 году группа ирландцев, заключенных в концлагерь Лонг-Кеш, в знак протеста против жестокого режима тюремщиков объявила голодовку. Их руководитель, 24-летний Бобби Сендс, начал ее 1 марта, его смерть наступила на 66-й день.

1. Учитель предлагает начать обсуждение изложенной им информации с вопроса: «Что вам уже известно о голодании?» (Идеи записываются учащимися в свою таблицу индивидуально, затем проговариваются в группах, после чего становятся «достижением» всего класса и выписываются на доску в графу «Знаем»).

2. Структурирование информации по категориям. Учитель предлагает найти в получившемся списке информацию, относящуюся к одной и той же категории, и выделить эти категории. (Их названия вносятся в графу «Категории информации, которыми мы намерены пользоваться»: «Отличительные особенности», «Причины возникновения», «Способы выживания» и т. д.).

3. Далее учитель предлагает учащимся прочитать статью «Голодание» (Приложение, с. 103—106) и ответить на вопрос: «С какими еще категориями информации мы познакомились, прочитав эту статью?» (Все предположения вносятся в соответствующую графу таблицы, например: «Механизм возникновения голода и способы его изучения» или «Меры первой помощи после голодания»).

4. Последний вопрос при обсуждении темы: «О чем бы дополнительно вы хотели узнать относительно данной проблемы? Какие вопросы возникают у вас в связи с данной темой?» (Все вопросы записываются в графу «Хотим узнать»).

Следующий этап урока — **осмысление**. Учитель предлагает на основе изученного текста (Приложение, с. 103—106)

отметить данные в нем ответы на поставленные в графе «Узнали» вопросы рабочей таблицы. (Можно предложить использовать при чтении метод ИНСЕРТ.)

Стадия **размышление** — заключительный этап урока, в ходе которого обсуждается, что интересного и нового узнали учащиеся из статьи.

Обсуждение необходимо соотносить с теми вопросами, которые были сформулированы до чтения, и выделить новые сведения, которые не были предвидены (например, «Какую массу тела человек может потерять при голодании»).

Далее учитель задает вопрос о том, на все ли вопросы, поставленные до чтения текста, был получен полный ответ? Возникает необходимость дополнить знания учащихся о симптомах длительного голодания. Для этого школьникам предлагается ознакомиться и обсудить в группах записи из дневника известного путешественника Юрия Конюхова о самонаблюдениях над симптомами голодания (Приложение, с. 106).

Учитель напоминает детям, что голод был, есть и всегда будет вечным спутником аварийной ситуации. Голод страшен тем, что усиливает действие других поражающих факторов. Он подтачивает силы человека изнутри, после чего на него наваливаются не менее опасные, чем голод, недуги, которые могут серьезно усугубить ситуацию.

Голодный человек замерзает в несколько раз быстрее, чем сытый. Он чаще заболевает и тяжелее переносит болезни. При длительном голодании замедляются реакции, ослабевает интеллектуальная деятельность, резко падает работоспособность.

Делается вывод о том, на все ли вопросы, поставленные до чтения текста, был дан на уроке удовлетворительный ответ?

(Допустим, осталась не освещенная информация о том, «Каким образом питаться после выхода из голодания», или «Как вести себя при длительном голодании в условиях автономного существования?»)

Для поиска необходимых ответов на эти вопросы учащимся рекомендуется обратиться к книге А. А. Ильичева «Популярная энциклопедия выживания». — Изд. 2-е, испр., доп. и перераб.— М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. — Глава 11.

В заключение занятия стоит попытаться дать развернутый ответ на вопрос «Что такое голодание?» и сформулировать свое

собственное представление о нем. Ответ может быть представлен в достаточно строгом научном стиле, но может иметь и художественную форму.

Работа в группах с использованием приема «Кубик»

Каждая группа работает над одной из граней «кубика».

1. Опиши состояние голода. (*Его признаки*)
2. Сравни это. (*На что похоже и от чего отличается?*)
3. Проассоциируй это. (*Что напоминает?*)
4. Проанализируй это. (*Как это происходит?*)
5. Как выжить. (*Что с этим можно делать?*)
6. Приведи «за» и «против» выдвинутых способов выживания в условиях голодания. (*Поддержи или опровергни это.*)

По завершении работы в группах учащимся предлагается индивидуально написать синквэйн о любой проблеме в рамках темы «Выживание в условиях голодания».

Вопросы и задания для контроля (самоконтроля)

1. В чем заключается механизм голодания?
2. Каковы возможные последствия голодания?
3. Назовите питательные вещества, которые разрушаются в организме последними при голодании:
 - а) жиры, б) белки, в) углеводы, г) минеральные вещества, д) витамины.

Урок 11 *Жажда, поиск воды**

Урок 11(1)

Задачи урока

1. Научиться понимать, какое значение играет вода для организма человека.

*

Урок включает много информации и разнообразных видов деятельности, поэтому может быть разбит на два урока.

2. Уметь наглядно представить причины и последствия проблемы, связанной со здоровьем, при возникновении жажды в условиях природных экстремальных ситуаций.

Содержание урока

1. Фронтальная беседа о значении воды в функционировании организма человека.
2. Упражнение «Продолжи фразу».
3. Работа с текстом статьи «Жажда».

Информация для учителя

Урок начинается с повторения и закрепления знаний о значении воды в функционировании организма человека. Опираясь на знания из курса биологии в 6-м классе, ученики должны вспомнить об участии воды в обменных процессах организма человека. В качестве тематической подсказки можно использовать плакаты, фотографии, слайды, кинофрагменты.

В заключение повторения учащимся стоит еще раз напомнить ключевую информацию о значении воды в жизнедеятельности человека.

Вода — растворитель питательных веществ, она участвует во всех жизненно важных процессах в нашем организме: питании, снабжении клеток кислородом, выводе из организма вредных веществ.

Далее учитель предлагает учащимся связать их знания о воде с понятием «жажда» и выполнить упражнение «Продолжи фразу»:

✧ Жажда является нормальным сигналом на нехватку ... *(воды в организме).*

✧ Потребность человеческого организма в воде в благоприятных климатических условиях не превышает ... *(2,5–3 л в сутки).*

✧ Голодать человек может несколько недель, без воды он погибает в считанные ... *(дни)*, а в условиях жаркого климата это происходит ... *(быстрее).*

✧ Выпитая вода утоляет жажду не сразу, а лишь после того, как, дойдя до желудочно-кишечного тракта, попадет в кровь, то есть спустя ... *(10–15 мин).*

Учитель предлагает учащимся прочитать и обсудить в группах статью «Жажда» (Приложение, с. 107–109). Можно использовать при этом чтении метод ИНСЕРТ.

Для того чтобы наглядно представить себе причины и последствия проблемы, связанные со здоровьем при возникновении жажды в природных условиях, каждой из групп предлагается нарисовать «Дерево проблем» с использованием материала статьи.



Необходимо взять лист бумаги и в центре обозначить проблему — жажда. Это «ствол» дерева, теперь внизу нужно записать возможные причины возникновения проблемы — ее «корни», а сверху — последствия, то есть негативные изменения, которые могут произойти, если эту проблему не решать. Это его «крона». Как и настоящее дерево, наше «дерево проблем» питается от корней. Таким образом, чем больше причин, тем более серьезной является проблема жажды и более существенными могут быть ее последствия.

В ходе групповой работы, опираясь на материал статьи, ученики должны обсудить причины жажды (недостаток питьевой воды и продуктов, содержащих воду; повышенное испарение воды с поверхности кожи при активной физической нагрузке, стрессе, пребывании в душном помещении или при жаркой погоде; недостаток воды, образующейся в организме при химических реакциях, и другие), а также последствия жажды:

- ✧ снижение массы тела;
- ✧ значительный упадок сил;

- ✧ сгущение крови;
- ✧ повышение концентрации солей в крови, что является грозным сигналом начавшегося обезвоживания;
- ✧ перенапряжение сердечной деятельности.

Учитель обращает внимание учащихся на то, что в аварийной ситуации особенно важно отличать истинный водный голод от кажущегося. Очень часто чувство жажды возникает не из-за объективной нехватки воды, а из-за неправильно организованного ее потребления.

Домашнее задание: составить синквейны на тему «Вода», «Жажда».

Урок 11(2)

Задачи урока

1. Знать основные правила поведения при возникновении жажды и уметь реализовать их на практике.
2. Уметь моделировать последовательность процессов, происходящих в организме человека при жажде.
3. Применять полученные знания при выполнении творческих заданий, а также при изготовлении приспособлений для сбора газообразной воды.

Содержание урока

1. Фронтальная беседа, повторение и закрепление знаний о причинах, признаках и последствиях возникновения жажды.
2. Составление схемы «Механизм возникновения жажды у человека».
3. «Мозговой штурм»: составление правил поведения при жажде.
4. Творческие задания «Сочини сказку или игру» о поиске и способах сбора воды в природных условиях (*групповая работа*).
5. Работа с текстом «Способы очистки воды в природных условиях».

Информация для учителя

Урок начинается с повторения и закрепления знаний о причинах, признаках и последствиях возникновения жажды. Учащиеся читают составленные дома синквейны по темам «Вода», «Жажда». Затем учитель вывешивает на доске плакаты «Деревья

проблем», составленные на первом уроке о жажде. Далее учащиеся изображают на доске или ватмане общее «Дерево проблем» при возникновении жажды и копируют его в своих тетрадах.

На следующем этапе урока учитель предлагает группам воспользоваться материалом статьи «Жажда» (Приложение, с. 107—109) для составления последовательной схемы «Механизм возникновения жажды». В случае затруднений при работе над схемой можно предложить учащимся отдельные карточки с элементами ее, которые они должны расставить в правильном порядке. Учащиеся пишут схему на доске и в своих тетрадах.

Механизм возникновения жажды



Учитель поясняет, что таким образом возникает своеобразный «замкнутый круг» — чем больше человек пьет, тем больше он потеет и тем сильнее испытывает чувство жажды.

Используя метод «мозгового штурма», учитель предлагает в

группах сформулировать правила поведения при возникновении жажды.

Правила поведения при жажде

- ✧ Не пить много воды залпом;
- ✧ пить воду небольшими порциями через короткие промежутки времени до полного насыщения;
- ✧ иногда бывает достаточно прополоскать рот прохладной водой или пососать кислый леденец, карамельку;
- ✧ при отсутствии леденца его можно заменить фруктовой косточкой или даже небольшим чистым камешком;
- ✧ при интенсивном потении, ведущем к вымыванию из организма солей, целесообразно пить слегка подсоленную воду (0,5—1,0 г соли в 1 л воды).

Далее рассматривается вопрос поиска воды в природных условиях. Чтобы стимулировать интерес учащихся к материалу, целесообразно предложить детям поучаствовать в игре или инсценировке.

Вариант названия игры может быть определен учителем: сказка-подсказка «В поисках воды», игра «Собери невидимку» (Приложение, с. 110—111) и другие.

Учащиеся самостоятельно сочиняют сказку по теме урока (Приложение, с. 110). Изображение внешнего облика персонажей можно представить в виде иллюстраций, рисунков, слайдов презентации: Лесовичок, Капля воды, Турист, Баба-Яга, Жажда, Мороз. Учащиеся должны объяснить, описать, узнать, угадать информацию о поиске воды в природных условиях. В своих творческих работах дети отмечают, что в лесной и таежной местности, а также в горах человек может использовать для питья воду из открытых водоемов: озер, родников, ручьев, рек. При их отсутствии ему помогут дождь, роса. Зимой человека выручит снег или лед.

В игре «Собери невидимку» учащиеся демонстрируют различные способы сбора воды в природных условиях, известные им с уроков ОБЖ в 6-м классе, а также придуманные ими самостоятельно, и формулируют правило.

Воду из родников, лесных и горных речек можно пить сырой, воду из других источников следует очищать и обеззараживать.

В ходе игр и «сказок-подсказок» неминуемо возникает вопрос об очистке воды. Учитель предлагает учащимся вставить пропущенные слова в текст «Способы очистки воды в природных условиях» (Приложение, с. 111—112).

Домашнее задание: сконструировать приспособления для сбора газообразной воды в природных условиях из разнообразных подручных средств.

Урок 12

Ориентирование на местности

Задачи урока

1. Знать основные способы ориентирования в природных условиях.
2. Уметь применять эти знания, находясь в природе.

Содержание урока

1-й вариант

1. Игра «Верю — не верю».
2. Игра «Вернись в исходную точку» (сокращенный вариант).
3. Повторение алгоритма принятия решений.

2-й вариант

1. Повторение алгоритма принятия решений.
2. Игра-презентация «Юные следопыты» (сокращенный вариант).

Информация для учителя

В соответствии с *первым вариантом* урока он проводится как практическое занятие вне стен школы — на пришкольной территории, в лесу, в парке. Желательно пригласить на урок родителей или старшеклассников-тьюторов, обладающих навыками ориентирования на местности. При проведении занятия следует опираться на знания учеников об ориентировании на местности из курса ОБЖ в 6-м классе.

Начинать урок рекомендуется с повторения. Учителю необходимо напомнить учащимся о том, что при определении сторон света по всем известным приметам важно себя проконтролиро-

вать на нескольких примерах, и только тогда делать окончательный вывод.

Предлагаются групповые игры «Верю — не верю», «Согласен — не согласен» и др. (Приложение, с. 112—113). В ходе игры выделяются основные способы ориентирования:

- ✧ по компасу,
- ✧ солнцу,
- ✧ звездам,
- ✧ природным объектам.

Далее проводится игра на местности «Вернись в исходную точку» (в сокращенном варианте).

Учитель зачитывает ученикам «легенду»:

Представьте, что вы возглавляете летнюю исследовательскую экспедицию в труднодоступные районы Сибири.

Необходимо пройти маршрут экспедиции, используя способы ориентирования, и вернуться в лагерь (Приложение, с. 113—114). Каждая из групп, возглавляемая родителем или старшеклассником-тьютором, проходит свой маршрут, используя знания ориентирования.

После игры учащиеся самостоятельно характеризуют ситуацию, предложенную «легендой». Старшие групп вместе с ее членами определяют ситуацию как аварийную, экстремальную (можно вспомнить другие названия подобных ситуаций).

После прохождения маршрута педагог просит учащихся назвать разнообразные приемы, которыми они пользовались при разрешении критических ситуаций в ходе игры. Дети вспоминают эти приемы из курса «Уроки здоровья и ОБЖ» в 6-м классе: «Обсуждали, спорили, решали, договаривались». Они взаимодействовали друг с другом — использовали прием «общение»; применяли информацию и обменивались ею — получали знания; пытались предугадать, предсказать, просчитать будущие шаги — строили прогноз.

Основываясь на знаниях о критических ситуациях, учащиеся должны вспомнить, что такие же виды деятельности человек использует и в любом другом случае для разрешения той или иной ситуации или проблемы.

Второй вариант урока — практическое занятие в классе. Его можно провести в форме игры-презентации «Юные следопыты».

Вначале командам необходимо вспомнить, как принимаются решения в критических ситуациях, то есть алгоритм принятия решений в критических ситуациях, что настроит детей на активный поиск этих решений. Каждая из команд по очереди выбирает номинацию игры (ориентирование по компасу, ориентирование по солнцу и звездам, ориентирование по природным объектам, ориентирование зимой).

Команды отвечают на вопросы, используя для этого специально подготовленные карточки, которые они передают в жюри. На основе таких карточек выставляются результаты команд в итоговую таблицу (Приложение, с. 114). Затем в презентации озвучивается правильный ответ. В конце игры подводятся итоги и определяется команда-победитель.

Модуль III

Безопасность человека в социуме



Урок 13

Поведение подростков. Экстремальные ситуации среди подростков. Драки

Задачи урока

1. Знать, что драка может рассматриваться как экстремальная ситуация, возникающая в подростковой среде.
2. Знать причины возникновения драк в подростковой среде.
3. Знать основные правила поведения в ситуации драки.
4. Уметь использовать основные правила выхода из начавшейся драки.

Содержание урока

1. Экстремальные ситуации в подростковой среде. Причины, признаки («мозговой штурм»).
2. Драка как экстремальная ситуация в подростковой среде (*беседа, рассказ учителя*).
3. Ты и драка. Твоя позиция (место, роль) в драке (*фронтальная работа*).
4. Поиск пути выхода из экстремальных ситуаций (*групповая работа*).
5. Знакомство с правилами поведения подростков в экстремальных ситуациях и статьями Уголовного кодекса РФ о последствиях, возникающих в результате драки.

Информация для учителя

В начале урока необходимо методом «мозгового штурма» определить особенности возникновения конфликтной ситуации. Затем целесообразно предложить учащимся обсудить статьи из газет, фотографии или слайды, кинофрагменты о различных видах конфликтов, возникающих среди людей, с применением физического насилия.

Учитель формулирует вопрос: «Что же такое конфликт?», — на который класс дает подготовленные в ходе предварительной работы определения.

Конфликт — это ситуация, в которой происходит столкновение противоположно направленных целей, интересов, мнений, взглядов людей. В переводе с латинского языка конфликт — это «столкновение».

После записи определения в тетрадь учащиеся обсуждают, чем может быть опасен конфликт, и рассматривают драку как экстремальную ситуацию, состояние острого конфликта, когда выход из противостояния мнений заканчивается физическим столкновением.

Учитель обращает внимание учащихся на конфликтные ситуации между личностью и группой или между двумя личностями, а также предлагает вспомнить, какие конфликты происходили с учениками класса, каковы были их причины и признаки. В ответ на вопрос учителя, всегда ли конфликт переходит в экстремальную ситуацию, заканчивающуюся физическими столкновениями, разборкой между подростками, учащиеся приходят к выводу, что драка — это не частое, но встречаемое проявление разрешения конфликтной ситуации. В драках могут принимать участие подростки разных возрастных групп, они могут быть однополыми и смешанными.

Следует обратить внимание на особенности драки, в которой участвуют только мальчики, только девочки, драки групп смешанного состава. Отметить вместе с учащимися, какая из драк бывает более жестокой, и чем драка опасна в целом. Подчеркнуть особо, что иногда подростки во время драки применяют разные подручные средства, и тогда стычка может закончиться увечьями, травмами и даже гибелью одного из ее участников.

Что же необходимо делать в конфликтной ситуации, чтобы дело не дошло до драки? Задавая такой вопрос, учитель подводит учащихся к выводу о возможности договориться по самым важным вопросам и сохранить при этом и свое доброе имя и свое здоровье.

Затем учащимся предлагается групповая работа по составлению возможного алгоритма разрешения спорных ситуаций. По окончании такой работы учащиеся вывешивают свои варианты таких алгоритмов на доске и с помощью учителя выводят общий алгоритм, ранжируя способы выхода из конфликтной ситуации.

Бесприигрышный метод решения споров

1. Выясни, чья это проблема и в чем конкретно дело.
2. Ищи как можно больше вариантов ее решения.
3. Оцени каждое из них.
4. Вместе подумайте, какое решение самое удачное.
5. Обязательно следуй достигнутым договоренностям.
6. Договоритесь, что вы будете искать другое решение, если дела пойдут не так, как вам бы хотелось.

Затем группам можно предложить просмотреть и обсудить видеофрагмент или модельные ситуации с целью составления возможных способов выхода из них.

Необходимо акцентировать внимание учащихся на том, что в ситуации драки они могут оказаться в компании агрессивно настроенных подростков и стать либо активным участником драки, либо пассивным наблюдателем ее, принимать участие в урегулировании конфликтной ситуации. Они легко могут оказаться и в роли прохожего, на которого направлены отрицательные эмоции подростков.

Учащимся предлагается рассмотреть варианты ситуаций, где они выполняют разные роли в условиях драки, и попытаться найти компромиссный выход (без физических потерь) из них.

После разбора ситуаций, связанных с драками, на занятии необходимо разобрать законодательную базу, в соответствии с которой участники открытого физического конфликта несут юридическую и уголовную ответственность за его последствия.

Домашнее задание: обсудить с родителями алгоритм решения спорных ситуаций, предложенный на уроке. Подобрать пословицы, поговорки, высказывания о конфликтах, заканчивающихся драками. Вспомнить соответствующие определения законодательной базы Уголовного кодекса РФ.

Урок 14

Вредные привычки. Курение

Задачи урока

1. Знать, что такое «вредные привычки» и их виды.
2. Понимать, что курение относится к вредным привычкам.
3. Понимать, почему длительное курение отрицательно влияет на внешний вид и внутренние органы человека.

4. Знать не менее пяти опасностей для здоровья, связанных с курением.

5. Уметь принимать решение в пользу здоровья.

Содержание урока

1. Групповая работа по анализу анкет «Портрет заядлого курильщика».

2. Обсуждение результатов анкетирования и составление группового портрета заядлого курильщика.

3. Формирование выводов по результатам исследования, проведенного в группах.

4. Беседа об отрицательных последствиях курения для здоровья человека.

5. Беседа об отрицательном влиянии курения на внешний вид человека.

6. Групповая игра «Плюсы и минусы».

Информация для учителя

Предварительно раздайте ученикам анкеты «Портрет заядлого курильщика» (см. Приложение, с. 115—116). Объясните, что все учащиеся должны участвовать в этом анкетировании в роли репортера и получить ответы на вопросы анкеты у своих родителей, знакомых. На основе таких ответов может быть составлена объективная картина основных изменений, происходящих в организме курильщика.

ИНСТРУКЦИЯ ПО ПРОВЕДЕНИЮ АНКЕТЫ

Действительно ли курящие люди сильно отличаются от некурящих? Для ответа на этот вопрос опросите как можно больше людей, особенно курящих длительное время, и заполните соответствующие графы анкеты. Начните с вопроса: «Не возражаете ли вы, если мы поговорим с вами о курении?» Объясните, что ваш класс занимается исследованием проблемы курения. Сообщите опрашиваемому, что опрос проводится анонимно и он вправе отказаться от ответа. Некурящим задается только первый вопрос. Подведите итоги анкетирования в ходе групповой работы и составьте «Портрет заядлого курильщика». Зафиксируйте перечень отрицательных изменений во внешнем облике и внутренних органах курильщика на плакате.

После обсуждения в общей беседе признаков отрицательного влияния курения на внешний вид и внутренние органы

человека проводится групповая игра «Плюсы и минусы». Для этого необходимо разделить класс на четыре группы «экспертов». Раздайте в каждой из них соответствующий текст (см. Приложение, с. 117–119).

Каждая группа выбирает себе капитана, который должен транслировать ответы своей команды.

Задание для 1-й группы: Перечислите признаки отрицательного влияния курения на внешность человека.

Задание для 2-й группы: Перечислите признаки отрицательного влияния курения на внутренние органы.

Задание для 3-й группы: Перечислите «положительные» кратковременные последствия курения.

Задание для 4-й группы: Перечислите «положительные» долгосрочные последствия курения.

Для работы отводится 10 мин. На доске учитель записывает ответы, подходящие под одну из трех выделенных ниже категорий. Выигрывает команда, давшая наибольшее количество правильных ответов, с которыми согласился весь класс. Учитель направляет работу класса, подсказывая некоторые формулировки.

Отрицательное влияние курения на внешность человека

- ✧ Снижение температуры кожных покровов;
- ✧ желтизна зубов и кожи пальцев;
- ✧ пропахшие дымом одежда и волосы;
- ✧ раздражение глаз;
- ✧ неприятный запах изо рта;
- ✧ прожженная одежда;
- ✧ преждевременное образование морщин на лице.

Отрицательное влияние курения на внутренние органы

- ✧ Рост артериального давления;
- ✧ раздражение слизистой оболочки горла;
- ✧ проникновение в кровь угарного газа;
- ✧ попадание в легкие канцерогенов;
- ✧ раздражение слизистой оболочки глаз;
- ✧ повреждение слизистой оболочки рта, губ, языка, неба, гортани, горла, что, в свою очередь, неблагоприятно сказывается на вкусовых ощущениях;

- ✧ появление сухого прерывистого кашля, неприятного запаха изо рта, инфекции полости рта;
- ✧ ухудшение обоняния;
- ✧ нарушение нормального дыхания и снижение выносливости;
- ✧ снижение сопротивляемости организма к различным заболеваниям.

Отрицательное влияние длительного курения на здоровье человека

- ✧ Рак легких, полости рта, пищевода, гортани, поджелудочной железы и мочевого пузыря;
- ✧ заболевания сердца;
- ✧ язвы желудка, пищевода;
- ✧ заболевания системы кровообращения, инсульты;
- ✧ эмфизема легких;
- ✧ хронический бронхит.

Среди положительных последствий курения учащиеся могут назвать, например, что оно помогает молодым людям выглядеть «как надо», более круто в понимаемом в кругу их сверстников смысле.

Задача учителя — помочь учащимся осознать, что так называемые плюсы курения в действительности являются мнимыми, поскольку всем очевидна их возрастная обусловленность, и что «весовые» соотношения отрицательных и положительных моментов от курения явно не в пользу последних.

В игре «Плюсы и минусы» выигрывает та команда, которая назвала больше признаков отрицательного воздействия курения. Обсудите с учащимися, чем это объясняется.

Урок 15 *Вредные привычки. Алкоголизм*

Задачи урока

1. Вспомнить аспекты здоровья человека: физический, интеллектуальный, эмоциональный, личностный, социальный, духовный.
2. Получить представление о том, как алкоголь может влиять на все аспекты здоровья человека.

Содержание урока

1. Повторение аспектов здоровья человека.
2. Обсуждение влияния алкоголя на физический и интеллектуальный аспекты здоровья.
3. Написание мини-сценариев или эссе, характеризующих неблагоприятное поведение человека в обществе, связанное с употреблением алкоголя.
4. Групповая работа по закреплению знаний об аспектах здоровья.

Информация для учителя

Урок начинается с повторения шести аспектов здоровья. Прежде всего, это *физический аспект* здоровья. Попросите учащихся подумать о влиянии алкоголя на организм человека. Зафиксируйте мнение ребят на плакате, чтобы затем сравнить и уточнить эти сведения.

Далее попытайтесь поговорить с классом об *интеллектуальном аспекте* здоровья. Поскольку с этим аспектом связано то, как мы получаем информацию, где ее находим, как извлекаем из памяти и пользуемся ею, то следующие упражнения должны помочь учащимся понять, какой способ получения информации для них наиболее приемлем и эффективен. Выясните, как учащимся легче получать информацию по данной теме: читая книги, журналы, статьи, слушая учителя, из рассказов одноклассников и т. д. Затем перейдите к обсуждению интеллектуального аспекта здоровья и влияния на него алкоголя.

Разделите детей на четыре группы, в каждой не менее шести человек, и попросите их придумать небольшой рассказ или сценарий поведения, связанного с употреблением алкоголя:

- ✧ 1-я группа — в семье;
- ✧ 2-я группа — в общественном месте;
- ✧ 3-я группа — на работе;
- ✧ 4-я группа — на улице.

В качестве подсказки можно предложить ключевые слова или фразы, которые помогут учащимся написать такие мини-сценарии: «чувство вины», «чувство одиночества», «гнев», «напряженные отношения с родными и коллегами», «денежные проблемы», «употребление алкоголя», «ссоры» и т. д.

В заключение занятия закрепите с учащимися изученные аспекты здоровья. С помощью жеребьевки предложите каждому

выбрать по одной карточке с названием одного из аспектов здоровья. Объедините детей в группы по названиям на карточках, чтобы в классе были равно представлены все шесть аспектов здоровья. Попросите учащихся выбранные карточки прикрепить себе на одежду. Дальнейший разговор следует вести от имени означенного аспекта. К примеру: «Я, социальный аспект, хочу сказать...»

Затем предложите для работы в группах модельные ситуации. Каждую ситуацию необходимо разобрать с позиции всех аспектов здоровья, чтобы доказать их взаимосвязь. Например, человек первый раз попробовал спиртной напиток. Каждая группа должна высказаться от лица своего аспекта.

Физический аспект: человек выпил слишком много спиртного, у него закружилась голова. Он упал и стукнулся головой о стену, потекла кровь.

Эмоциональный аспект: человеку на следующий день было неприятно вспоминать о том, что его стошнило на автобусной остановке на глазах у большого количества народа.

Интеллектуальный аспект: поскольку человек был пьян, он не смог качественно выполнить свою работу, нарушил технологию производства.

Социальный аспект: человек неловко себя почувствовал перед друзьями, которые случайно его, нетрезвого, встретили на улице и на следующий день стали пересказывать неприятные подробности его состояния.

Личностный аспект: в пьяном состоянии человек наговорил много грубостей соседке по лестничной клетке, которая раньше помогала его семье, и поэтому теперь он старается избегать встречи с ней.

Духовный аспект: человек на следующий день понял, что сиюминутное сомнительное удовольствие оказывается сопряженным с большим количеством последствий и не может принести счастья в жизни, что важнее сохранить взаимоотношения в семье, с друзьями, с окружающими людьми, а потому необходимо научиться контролировать себя в любой жизненной ситуации.

Примеры модельных ситуаций

1. Человек ни разу не пробовал спиртные напитки и находится в прекрасной физической форме.
2. Человек пьет от случая к случаю, но очень сильно напивается.

3. Человек семейный, постоянно пьет в течение 10 лет.
4. Беременная женщина регулярно употребляет спиртные напитки.

После разбора каждой модельной ситуации учащиеся должны указать на тесную взаимосвязь между всеми аспектами здоровья.

Урок 16

Вредные привычки. Наркомания

Задачи урока

1. Знать аспекты здоровья.
2. Понимать, что наркотики разрушают здоровье человека, в том числе его нравственные установки и ценности.
3. Уметь характеризовать духовный аспект здоровья.

Содержание урока

1. Повторение материала об аспектах здоровья.
2. Разговор о духовном аспекте здоровья.
3. Беседа о разрушении духовного аспекта здоровья при употреблении наркотиков.
4. Групповая работа по повторению аспектов здоровья и особенностей влияния на них употребления наркотиков.

Информация для учителя

Урок следует начать с краткого повторения аспектов здоровья. Затем проводится подробный анализ духовного аспекта здоровья.

Приступая к выполнению упражнений, учащимся разрешается свободно перемещаться в классе в зависимости от их отношения к предлагаемым утверждениям. Если они согласны с очередным из них, то перемещаются к окну, не согласны — к противоположной стене, не определились — остаются в середине класса.

Согласен ли ты с утверждением

- ✧ Человек должен сам уметь принимать решения и отвечать за свои поступки.
- ✧ Ложь во спасение бывает иногда полезной для поддержания мира в семье.

✧ Важно в первую очередь думать о себе, а потом об окружающих.

✧ Я легко поддаюсь влиянию других людей и друзей, мнение которых очень важно для меня.

✧ Друзья и семья для меня ценнее сиюминутных удовольствий.

Сделайте выводы о том, насколько важно и необходимо человеку быть честным перед собой в отношении своих убеждений, ценностей и нравственных принципов и стремиться жить в соответствии с ними.

Поясните ученикам, что употребление наркотиков приводит к нарушению нравственных принципов и ценностей. Наркотики разрушают личность человека, причиняют большую душевную боль не только употребляющему их человеку, но и его родственникам и окружающим его людям. Человеку становится безразлично то, ради чего он живет.

Употребление наркотиков ведет к преступлениям, среди которых — грабежи, кражи, мошенничество. Наркоман становится заложником одной страсти — как добыть наркотик, в его жизни не остается места ни для семьи, ни для друзей, ни для родных, у него нет никаких интересов и увлечений.

Затем попросите учеников, используя метод «мозгового штурма», придумать как можно больше ключевых слов или фраз, с которыми ассоциируется слово «наркотик». Запишите все ответы на доске. Необходимо, чтобы этот список был как можно более обширным.

Предложите детям подумать над каждым ключевым словом или фразой и о том, какой аспект здоровья они больше всего характеризуют. Поделите класс на шесть групп в соответствии с аспектами здоровья. Первая группа — физический аспект, вторая — интеллектуальный и т. д.

Каждая группа составляет небольшой рассказ о наркозависимых людях, используя ключевые слова и фразы, придуманные ранее всем классом, делая акцент на том аспекте здоровья, который ее объединяет.

В конце занятия учащиеся должны написать краткие эссе на тему «Как наркотики влияют на здоровье человека и окружающих его людей?». В заключение урока некоторые из них можно зачитать.

Урок 17

Поведение человека на улице. Терроризм

*Терроризм на авиа-, железнодорожном,
городском транспорте. Захват транспорта*

Задачи урока

1. Иметь представление о том, что такое терроризм, и об особенностях террористических актов, происходящих на транспорте.
2. Знать основные угрозы жизни во время террористического акта.
3. Знать основные правила поведения человека на улице, в транспорте.
4. Иметь представление о возможных путях спасения в случае террористического акта.

Содержание урока

1. Поведение человека на улице. Опасные ситуации для его жизни. Терроризм на транспорте. (*Общая беседа и рассказ учителя.*)
2. Опасности для жизни человека во время террористических актов и наиболее безопасные варианты спасения. (*Просмотр и обсуждение видеофильмов.*)
3. Критерии классификации современных видов террористических актов.
4. Работа в группах по составлению алгоритма поведения во время террористического акта на разных видах транспортных средств.

Информация для учителя

В начале урока учитель может предложить учащимся вспомнить особенности поведения человека на улице, сделав акцент на том, что именно здесь возникают ситуации, связанные с крайней формой насилия или угрозой насилия, совершаемого для устрашения.

Затем целесообразно в течение двух минут написать по пять слов-ассоциаций, которые возникают у учащихся при слове «терроризм». Это могут быть образы, понятия, а также любые слова, отражающие эмоции.

При дальнейшем обсуждении выясняется, что у всех учащихся-

ся слово «терроризм» вызывает одинаково отрицательные чувства. Такие же мысли возникают у всех людей в мире, которые сталкиваются с этим понятием.

Можно далее обсудить фрагменты статей из газет, фотографии или слайды, кинофрагменты о террористических актах. При обсуждении учитель акцентирует внимание учащихся на том, что любая террористическая акция рассчитана на определенный эффект: посеять страх, создавая угрозу широкому кругу лиц.

Учитель подводит итоги беседы и дает определение терроризму и его методам.

Терроризм (от латинского *terror* — страх, ужас) — насильственные действия преступных лиц с целью подрыва существующей власти, осложнения международных отношений, политических и экономических вымогательств у государств и корпораций.

Далее можно познакомить учеников с арсеналом террористических методов:

- ✧ взрывы различных объектов, в том числе жилых и административных зданий, транспорта, мостов;
- ✧ захват заложников;
- ✧ стрельба и убийство людей;
- ✧ поджоги;
- ✧ отравления;
- ✧ эпидемии;
- ✧ техногенные катастрофы;
- ✧ угрозы осуществления теракта, которые не влекут материальных и человеческих жертв, а служат массовому устрашению.

Таким образом, терроризм — это одна из форм организованного насилия, использование силы в политических целях, специфическая форма политического насилия.

Учащимся предлагается выделить три стороны конфликта в террористической акции:

- ✧ те, кто совершают теракт (террористы);
- ✧ непосредственные жертвы акции;
- ✧ те, на кого рассчитана акция, кого хотят запугать и заставить вести себя определенным образом.

Далее класс переходит к рассмотрению вопросов, связанных с обеспечением безопасности при захвате заложников на транспорте. В этой ситуации важно учитывать, что транспортное

средство чаще всего захватывают дважды: сначала террористы, затем спецподразделение. Такие действия опасны, и потому главное требование в подобных случаях — беспрекословное выполнение команды. Как правило, заложники больше всего страдают не от физического насилия, а от сильнейшего психологического шока, когда они не в силах управлять собой.

С учащимися проводится работа в группах и формулируются рекомендации по поведению в случаях, если транспортное средство захватили террористы.

Правила поведения при захвате транспортного средства террористами

✧ Прежде всего необходимо успокоиться самому и по возможности успокоить соседа.

✧ Внимательно осмотрите место, где вы находитесь, отметьте для себя места, где можно укрыться в случае перестрелки.

✧ Старайтесь не выделяться в группе заложников и ничем не раздражать бандитов.

✧ Не стоит громко кашлять, сморкаться, плакать или выражать свое недовольство.

✧ Если вы хотите встать, перейти на другое место и открыть сумочку, спросите разрешение.

✧ Старайтесь занять себя — читать, писать или рисовать.

✧ Беспрекословно отдайте личные вещи по первому требованию террористов.

✧ При стрельбе укройтесь за сиденьем и прикройте голову руками, но не бегите.

Захват транспортного средства может продолжаться несколько дней, в течение которых наблюдается улучшение отношения преступников к пассажирам. Поэтому не следует терять веры в благополучный исход. Часто в ходе переговоров бандиты освобождают детей, женщин и больных. Те, кто попали в это число, должны максимально помочь оставшимся пассажирам. Необходимо как можно больше собрать информации о захватчиках: их число, в какой части транспортного средства они находятся, как одеты, как ведут себя (агрессия, воздействие наркотиков, алкоголя), кто главный в группе и другие важные особенности положения, которые можно заметить.

Учитель акцентирует внимание учащихся на том, что если в

самолете, поезде или автобусе находятся только террористы и заложники, то лучше сидеть около прохода. При появлении группы захвата безопаснее находиться у стены или окна. В поездах во время экстренного торможения большинство травм люди получают в результате падения с полок. Чтобы избежать их или хотя бы смягчить удар, следует, кроме закрепления багажа, убрать со столиков небезопасные бутылки, стаканы, подстаканники с торчащими из них наподобие кинжалов ложки и другие подобные предметы; подогнуть, особенно на полках, на которых спят дети, матрасы с внешней стороны или подложить под них свернутое одеяло или ненужную одежду, чтобы образовался защитный валик, через который трудно перекатиться в случае легких толчков.

Домашнее задание: составить план действий заложников при захвате террористов спецподразделениями.

Урок 18

Терроризм: вооруженный захват, угон, вымогательство. Заложник

Поведение в ситуации захвата. Выход из критической ситуации

Задачи урока

1. Знать особенности поведения заложников в условиях захвата террористами.
2. Получить представление о правилах наиболее безопасного поведения заложника с целью сохранения собственной жизни и жизни окружающих.
3. Иметь представление об особенностях возможного спасения из критической ситуации.

Содержание урока

1. Совместное обсуждение домашнего задания.
2. Работа в группах с текстом «Терроризм».
3. Групповая работа по схеме «Четыре вида действий».
4. Работа в группах по методике «Поле проблем».
5. Знакомство с законодательной базой нашего государства в отношении терроризма.

Информация для учителя

В начале урока целесообразно повторить и закрепить сведения об особенностях терроризма. Учащиеся предлагают составленные ими планы действий заложников при захвате террористов спецподразделениями. Разбирая ответы учащихся, учитель обобщает их в виде общих правил.

- ✧ Не привлекайте к себе внимания преступников (не смотрите им в глаза, не задавайте вопросов).
- ✧ На любое свое действие спрашивайте разрешения.
- ✧ Беспрекословно выполняйте требования террористов.
- ✧ При проведении операции по освобождению ложитесь на пол и не поднимайтесь до команды.
- ✧ При применении слезоточивого газа дышите через влажную ткань и часто моргайте.
- ✧ Выходите из помещения (транспортного средства) после команды как можно быстрее.

На следующем этапе занятия учитель предлагает учащимся прочитать и обсудить в группах статью «Рекомендации по поведению в условиях терроризма» (Приложение, с. 124—125). При этом может быть использован метод ИНСЕРТ: отмечается галочкой (V) — то, что уже известно; знаком минус (–) — то, что противоречит представлениям учащихся; знаком плюс (+) — то, что явилось интересным и неожиданным; вопросительным знаком (?) — то, о чем хотелось бы узнать подробнее.

Затем класс делится на четыре группы для работы по схеме «Четыре вида действий заложников» и пояснения необходимости тех или иных действий заложника в ситуациях, связанных с разными этапами террористического захвата.

Виды действий заложников при захвате террористами

Действия по отношению к террористам	Действия при применении газа	Действия к другим заложникам	Действия при штурме спецназа
<ul style="list-style-type: none"> ✧ Беспрекословно выполнять команды. ✧ Не проявлять героизм. ✧ Отдать личные вещи, если этого требуют. 	<ul style="list-style-type: none"> ✧ Наклониться ниже, лечь. ✧ Закрывать глаза, задержать дыхание. ✧ Не тереть глаза. ✧ Дышать поверхностно, через 	<ul style="list-style-type: none"> ✧ Не терять веру в благополучный исход. ✧ Помочь больным. ✧ Общаться и успокаивать. ✧ Играть, читать, писать. 	<ul style="list-style-type: none"> ✧ Выполнять приказы. ✧ При стрельбе лечь на пол. ✧ Руками закрыть голову, локтями бока.

Окончание табл.

Действия по отношению к террористам	Действия при применении газа	Действия к другим заложникам	Действия при штурме спецназа
<ul style="list-style-type: none"> ✧ Оценить их психическое состояние. ✧ Присмотреться к их вооружению. ✧ Продумать пути отступления. ✧ Просить выпустить больных и детей 	плотную влажную ткань	✧ Делать упражнения и советовать их другим	<ul style="list-style-type: none"> ✧ Не мешать спецназу. ✧ Нельзя бежать и стоять. ✧ Выходить по приказу. ✧ Не искать свои вещи

На следующем этапе занятия учащимся предлагается составить «памятки-рекомендации» по поведению людей в случае их захвата в качестве заложников, взаимоотношению с похитителями при длительном нахождении в положении заложника (Приложение, с. 125—126).

Учитель предлагает классу обсудить глобальные вопросы: «Если это угроза человечеству, то как бороться с терроризмом? Можно ли в этой борьбе победить?». Учащиеся работают в группах по методике «Поле проблем». Предлагают свои мысли, идеи, которые отражаются в виде записей, рисунков или символов: 1-я группа — что зависит от нас; 2-я группа — что зависит от государства (Приложение, с. 127—129).

Учитель дополняет выступления учащихся сообщением о законодательной базе нашего государства, связанной с борьбой с терроризмом. Россия не в силах остановить его, но может противодействовать его распространению. Именно этими обстоятельствами была вызвана необходимость разработки особого федерального закона. «Федеральный закон Российской Федерации о борьбе с терроризмом» был принят Государственной Думой 3 июля 1998 года и одобрен Советом Федерации 9 июля 1998 года.

Закон определяет правовые и организационные основы борьбы с терроризмом в Российской Федерации, порядок координации деятельности осуществляющих борьбу с терроризмом федеральных органов исполнительной власти, органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации, общественных объединений и организаций независимо от форм

собственности, должностных лиц и отдельных граждан, а также права, обязанности и гарантии граждан в связи с осуществлением борьбы с терроризмом.

Домашнее задание: составить небольшое эссе «Мир без терроризма».

Урок 19

Поведение человека на улице. Дорожное движение. Правила дорожного движения

Задачи урока

1. Знать правила дорожного движения.
2. Уметь применять правила дорожного движения в жизненных ситуациях.

Содержание урока

1. Повторение и закрепление знаний о дорожном движении (*общая беседа и рассказ учителя*).
2. Дорожная разметка на трафаретах и объяснение рисунков «Основные сигналы регулировщика» (*работа в группах*).
3. Викторина по знакам дорожного движения (*работа в группах*).
4. Составление памятки «Это должен знать каждый!» (*продолжение работы в группах*).

Информация для учителя

Урок начинается с повторения и закрепления знаний о правилах дорожного движения, полученных учащимися на уроках «ОБЖ» в 5—6-м классах. Затем учитель предлагает учащимся обсудить статьи из газет, фотографии или слайды, кинофрагменты о разных случаях дорожных происшествий. Стоит напомнить детям, что ежедневно каждый из нас участвует в дорожном движении в качестве пассажира или водителя. И днем и ночью, в жару и в мороз по дорогам движутся легковые и грузовые автомобили, автобусы, трамваи и троллейбусы. Они перевозят людей, доставляют продукты питания, сырье для фабрик и заводов, различные товары для магазинов и населения. Автомобили в наше время — самый распространенный вид транспорта,

при этом их количество постоянно растет. Все мы участники дорожного движения; каждый, независимо от социального положения и возраста, может оказаться на дороге в качестве пешехода или пассажира маршрутного транспортного средства (автобус, троллейбус, трамвай). Поэтому мы должны знать обязанности пешехода и пассажира и постоянно их соблюдать. (Вспомнить, что в нашей стране самый высокий показатель погибших в ДТП.)

Учащиеся приводят примеры из собственной жизни, с какими ситуациями на транспорте они сталкивались и какие из них можно назвать опасными. Формулируется общий для всех ситуаций вывод: все участники дорожного движения в целях безопасности должны соблюдать единые для всех правила поведения.

Для обеспечения безопасности на улицах и дорогах осуществляется регулирование дорожного движения — управление потоком движения транспорта и пешеходов. Дорожное движение регулируют дорожная разметка, светофоры, регулировщики и дорожные знаки.

Учитель предлагает учащимся выполнить работу в группах: подписать части дорожной разметки на трафаретах и объяснить «Основные сигналы регулировщика» (Приложение, с. 129). Учащиеся должны прокомментировать рисунки (Приложение, с. 130) и дополнить их знаниями о регулировании очередности пропуска участников дорожного движения через определенный участок дороги светофорами, которые имеют сигналы зеленого, желтого и красного цвета.

Далее учитель напоминает учащимся, что имеется более 200 дорожных знаков. Для того чтобы облегчить их распознавание, они разделены на восемь групп.

Виды дорожных знаков

- ✧ Предупреждающие;
- ✧ приоритета;
- ✧ запрещающие;
- ✧ предписывающие;
- ✧ особых предписаний;
- ✧ информационные;
- ✧ сервиса;
- ✧ дополнительной информации (таблички).

В каждой группе объединены знаки, передающие информацию сходного значения.

Учитель предлагает учащимся поработать в группах и разобрать конкретные ситуации (Приложение, с. 130), которые приводятся в заданиях, с целью отработки действий человека в разных ситуациях на дороге. Далее в группах можно провести небольшую викторину по знакам дорожного движения (Приложение, с. 130—131).

В заключение урока учитель предлагает учащимся составить памятку «Это должен знать каждый!» по методу «Продолжи начатое высказывание» (см. Тестовое задание приложения, с. 131—133).

Урок 20

Дорожный травматизм. Оказание первой помощи пострадавшим

Задачи урока

1. Знать особенности дорожного травматизма.
2. Знать приемы оказания первой помощи пострадавшим.

Содержание урока

1. Повторение и закрепление знаний о безопасном поведении человека на дороге (*общая беседа и рассказ учителя*).
2. Работа со статьей «Первая помощь при повреждениях опорно-двигательного аппарата» (*работа в группах*).
3. Отчет групп, составление плана действий при оказании первой помощи при различных видах дорожных травм.

Информация для учителя

В начале урока проводится повторение и закрепление знаний о правилах безопасного поведения человека на дороге. Далее учитель может предложить учащимся обсудить статьи из газет, фотографии или слайды, кинофрагменты о дорожном травматизме и оказании первой помощи при травмах. Учащимся необходимо сформулировать вопросы, которые важно рассмотреть на занятии для того, чтобы быть готовым оказать первую помощь при различных несчастных случаях.

✧ Первичное обследование пострадавшего, оценка его состояния.

✧ Последовательность действий, необходимые медицинские средства при оказании первой медицинской помощи при различных несчастных случаях.

✧ Вызов «скорой помощи».

Следует иметь в виду, что большинство дорожных травм связано с повреждениями конечностей — переломы, вывихи, растяжения, ушибы, а также различными нарушениями целостности кожных покровов, кровотечениями. Необходимо познакомиться учащимся с видами травм, их признаками и первой помощью, которую может оказать учащийся (Приложение, с. 133—134).

Учитель предлагает детям прочитать и обсудить в группах с использованием метода ИНСЕРТ статью «Первая помощь при повреждениях» (Приложение, с. 134).

Далее проводится общее обсуждение результатов работы по маркировочным таблицам. Составляется план действий, применяемых при оказании первой помощи в случаях различных видов травм, связанных с нарушениями опорно-двигательного аппарата, с учетом подручных средств, которые можно использовать на месте происшествия для оказания первой помощи. Таблица составляется учащимися во время обсуждения поставленного вопроса (групповая работа).

Средства оказания первой помощи

Специальные средства	Подручные средства
Перевязочный пакет	
Бинты марлевые	
Медицинская вата	
Лейкопластырь	
Кровоостанавливающий жгут	
Раствор йода или зеленки	
Нашатырный спирт	
Перекись водорода	

Такую же работу можно выполнять при необходимости остановки кровотечения. Но главное — это успеть как можно быстрее вызвать «скорую помощь». Обсудите для этого порядок ее вызова, номера соответствующих телефонов.

Педагог акцентирует внимание учащихся на том, что следующий урок будет посвящен практике оказания первой помощи пострадавшим.

Урок 21

Дорожный травматизм.

Оказание первой помощи пострадавшим

Задача урока

Уметь применять приемы оказания первой помощи пострадавшим при дорожно-транспортных происшествиях.

Содержание урока

1. Повторение плана действий при оказании первой помощи при различных видах травм, связанных с повреждением конечностей.

2. Практическая работа «Оказание первой помощи пострадавшим».

Информация для учителя

Этот урок целесообразно провести как практическое занятие, на которое желательно пригласить родителей или старшеклассников-тьюторов, обладающих навыками оказания первой помощи. Урок начинается с повторения и закрепления знаний об оказании первой помощи при различных видах травм, связанных с повреждением конечностей, остановкой кровотечений. Затем выполняется практическая работа по заданиям-карточкам, связанным с различными травмоопасными ситуациями (Приложение, с. 136).

После завершения демонстрации оказания первой помощи пострадавшим педагог просит учащихся назвать разнообразные приемы, которыми они пользовались для разрешения критических ситуаций в ходе игры. Учащимся эти приемы известны из курса «Уроки здоровья и ОБЖ» в 6-м классе: «Обсуждали, спорили, решали, договаривались». Дети вспоминают, что эти слова обозначают взаимодействие друг с другом — общение, что они использовали информацию, обменивались ею — это знания, а также пытались предугадать, предсказать, просчитать будущие шаги — делали прогноз.

Основываясь на знаниях о критических ситуациях, учащиеся должны отчетливо понимать, что такие же виды деятельности человек использует и в других случаях для разрешения той или иной ситуации или проблемы.

Второй вариант практического занятия — игра-презентация «Юные спасатели». Вначале командам необходимо вспомнить

алгоритм принятия решений в критических ситуациях, чтобы настроиться на их активный поиск. Каждая из команд по очереди выбирает номинацию игры (оказание первой помощи при переломах, ушибах, растяжениях, кровотечениях и др.).

Команды отвечают на вопросы в презентации, используя специально подготовленные карточки, и передают свои ответы жюри, которое выставляет результаты команд в итоговую таблицу. Затем в презентации указывается правильный ответ.

В конце игры подводятся итоги и определяется команда победитель по результатам урока.

Урок 22

Активный образ жизни. Движение

Задачи урока

1. Знать, что такое «активный» и «пассивный» образ жизни.
2. Уметь выделять положительные и отрицательные последствия приверженности тому или иному образу жизни.
3. Уметь выполнять физические упражнения, направленные на поддержание двигательной активности.

Содержание урока

1. Чтение притчи о роли двигательной активности в жизни человека.
2. Игра «Моя активная жизнь».
3. Рассказ учителя о пользе движения.
4. Творческая групповая работа.

Информация для учителя

Урок начинается с актуализации личного опыта учащихся и их знаний об активном и пассивном образе жизни.

Учитель читает притчу на эту тему (см. Приложение, с. 137), затем предлагает детям подумать и ответить на вопрос: почему разговор на данном уроке был начат именно с нее? Ребята в ходе обсуждения приходят к выводу о том, что активный образ жизни, движение — это залог здоровья, а пассивный — болезни.

Далее можно провести опрос представлений учащихся о том, что они понимают под активным образом жизни, в виде игры «Моя активная жизнь». Передавая друг другу мяч, ребята по очереди называют свои представления об активном образе

жизни или приводят личные примеры. Учитель делает заключение о том, что принципы активного образа жизни реализуются в самых различных формах и сферах жизни. Например, в школе и дома, в семье, на улице, при занятии любимым делом и т. д.

Далее учитель рассказывает учащимся о пользе и важности движения в жизни человека.

«Кладовой жизни» назвал древнеримский писатель и историк Плутарх движение. Двигательная активность оказывает положительное влияние на здоровье и красоту, физические упражнения «шлифуют» фигуру, способствуют гармонии движений, создают запас сил. Дефицит двигательной активности оказывает пагубное влияние на здоровье и красоту. Ученые установили, что если человек не занимается активно физическими упражнениями, то после 25 лет он резко теряет физические качества — силу, быстроту, выносливость, ловкость, гибкость. В то же время у тех, кто постоянно тренирует себя, подобных изменений, как правило, не наблюдается до 60 лет и более.

Бег, лазание, раскачивание не только для маленьких детей, но и для школьников имеют важное учебно-психологическое значение: чем больше дети двигаются, исследуя и познавая окружающее их пространство, тем больше приобретают они уверенности и самостоятельности. Движение является основным условием сохранения здоровья человека. Современный человек вынужден проводить слишком много времени в сидячем положении. Так, например, нынешние школьники пребывают сидя в среднем до 9 часов в день. Статистика свидетельствует, что сидячий образ жизни — одна из 10 ведущих причин ранней смерти и инвалидизации людей во всем мире. Дефицит физической активности — это причина свыше 2 миллионов смертей в год. Доля взрослых, которые ведут сидячий или в основном сидячий образ жизни, колеблется от 60 до 85%.

После своего рассказа учитель предлагает провести творческую работу в группах, которым нужно сформулировать и записать основные примеры активного образа жизни, организуемого:

- ✧ 1-я группа — в стенах школы;
- ✧ 2-я группа — в домашних условиях;
- ✧ 3-я группа — во время досуга;
- ✧ 4-я группа — на улице.

После окончания групповой работы предлагается обсудить результаты каждой группы и на листе ватмана или на доске записать основные виды двигательной активности, которую

можно осуществлять в различных жизненных ситуациях. Затем учитель предлагает классу провести физкультминутку и отработать несколько упражнений, помогающих снять напряжение и усталость во время урока (см. Приложение, с. 137).

Домашнее задание: написать мини-сочинение на тему «Мой активный образ жизни. Какой он?»

Урок 23

Спорт и движение. Гимнастика. Утренняя зарядка

Задачи урока

1. Понимание важности значения занятий спортом для здоровья человека.
2. Знание основных видов спорта.
3. Выполнение простейших физических упражнений утренней зарядки.

Содержание урока

1. Групповая работа «Виды спорта».
2. Выступление спортсменов класса на тему «Почему я занимаюсь спортом?»
3. Продолжение работы в группах: «Аукцион видов спорта».
4. Мини-зарядка в классе.

Информация для учителя

В начале урока учитель актуализирует личный опыт и знания учащихся о спорте и видах двигательной активности. Затем он предлагает учащимся в ходе групповой работы ответить на вопросы: какой вид спорта им нравится особенно и почему? какие им известны выдающиеся имена и достижения в этом виде спорта? Выслушивается ответ представителя каждой группы.

Далее на уроке выступают спортсмены класса с заранее подготовленными небольшими сообщениями о том, как долго они занимаются в спортивной секции, почему им это нравится, какие личные достижения есть у них в этом виде спорта, чего они хотели бы достичь в будущем. Желательно, чтобы на уроке были заслушаны представители различных видов спорта. По ходу выступлений на доске выписываются общие устремления выступающих. Например:

— Я стремлюсь быть здоровым и реже болеть.

- Я хочу быть сильным.
- Я стараюсь развить свою волю.

После заслушанных выступлений и общего анализа значения спорта для сохранения и укрепления здоровья человека можно продолжить работу в группах в форме «Аукциона видов спорта».

Для этого в рабочие группы раздаются тексты, связанные с основными свойствами и качествами, которые развиваются у человека при занятии разными видами спорта. Предложите ученикам прочитать текст, выделить нужную информацию и подготовить краткое выступление. Выберите жюри из состава групп, которое сделает вывод о том, какой вид спорта предпочтительнее для занятий. Результатом работы жюри должно стать заключение, что все виды спорта важны, так как воспитывают в человеке волю, закаляют его характер, делают его выносливым, ловким, а главное — здоровым.

В заключительной части урока предложите уже выступавшим учащимся провести с классом утреннюю мини-зарядку, состоящую из простых и доступных для утренней разминки упражнений (Приложение, с 138—139).

Домашнее задание: составить простой комплекс упражнений для утренней зарядки на 10 мин.

Урок 24

Дискотека. Активный отдых

Задачи урока

1. Иметь представление о дискотеке как об одном из видов активного отдыха, знать историю возникновения дискотек.
2. Знать и уметь выполнять основные правила поведения на дискотеке.

Содержание урока

1. Беседа об активном отдыхе на дискотеке.
2. Работа в парах по карточкам.
3. Групповая работа по истории возникновения дискотек и составлению правил поведения на дискотеке.

Информация для учителя

*Н*ачиная урок, учитель предлагает учащимся вспомнить и привести примеры из личного опыта об активном отдыхе или о дискотеке. Затем можно провести работу в парах и составить

определение понятия *активный отдых*. Каждая пара получает конверт с набором слов на карточках, из которых следует сложить определение понятия *активный отдых* (см. Приложение, с. 139). Далее учитель предлагает детям зачитать их ответы, а кто-то из них фиксирует определение на доске.

Активный отдых — способ проведения свободного времени, разновидность хобби, в процессе которого отдыхающий занимается активными видами деятельности, требующими активной физической работы организма.

Затем учитель задает учащимся вопрос: можно ли дискотеку рассматривать как один из видов активного отдыха? После общего обсуждения, учитель зачитывает следующее определение.

Дискотека — культурно-развлекательное танцевальное мероприятие, проводимое в специально отведенном месте либо на открытом воздухе, в процессе которого люди танцуют, то есть активно двигаются. Участие в дискотеке — вид активного отдыха.

Затем класс переходит к групповой работе, в ходе которой учащиеся знакомятся с историей возникновения дискотек (Приложение, с. 140).

В ходе урока ученики составляют основные правила поведения на дискотеке. Работая в двух группах, они формулируют основные запрещающие правила. В конце урока предложения учеников фиксируются на доске или плакате, проводится сравнение их с реальными правилами и обсуждение расхождений. Текст правил выписывается в тетради.

Урок 25

Травматизм. Восстановление движения после травм

Задачи урока

1. Вспомнить определение понятий *травма* и *травматизм*.
2. Знать ситуации, чреватые опасностью получения травмы.
3. Иметь представление о процессе восстановления после полученных травм.
4. Уметь применить полученные знания в модельных практических ситуациях, связанных с получением травм.

Содержание урока

1. Беседа с учащимися по теме предыдущих занятий данного модуля.
2. Повторение в ходе беседы понятий *травма* и *травматизм*.
3. Совместное заполнение таблицы «Виды травматизма».
4. Рассказ учителя о процессе восстановления после травм.
5. Работа в группах по составлению комплекса мероприятий для восстановления в конкретной посттравматической ситуации.
6. Обсуждение и коррекция результатов работы.

Информация для учителя

На этапе общего повторения и обсуждения материала предыдущих занятий данного модуля в начале урока следует вспомнить понятия *активный образ жизни*, *активный отдых* и *спорт*. Учитель обращает внимание учащихся на важность сохранения здоровья при занятиях спортом и при активном отдыхе.

Отвечая на вопрос «Какие опасности могут подстергать вас при занятиях спортом, в походе и т. д.?», дети самостоятельно формулируют тему урока. Учащиеся вспоминают такие понятия, как *травма* и *травматизм*, известные им из курсов ОБЖ и «Уроков здоровья» 5–6-го классов.

Травма — это повреждение органа или ткани в результате внешнего воздействия.

Травматизм — получение и наличие травм различной тяжести.

Далее учитель предлагает ученикам ответить на вопросы: «В каких ситуациях человек может получить травму?», «Какие именно травмы можно получить в них?», «Как называется такой вид травматизма?» По ходу ответов учащихся учитель на доске, а учащиеся в тетрадях заполняют таблицу.

Основные виды травматизма

Виды травматизма	Тип травмы
Бытовой	Ожоги, поражения электрическим током, ушибы, переломы, порезы, отравления
Уличный	Укусы, ушибы, переломы, ДТП
Школьный	Ушибы, переломы
Спортивный	Ушибы, переломы, растяжения

Далее учитель проводит беседу о том, что человеческий организм не застрахован от получения травм. Поэтому каждый должен знать, как вести себя в таких случаях. Сразу после того как человек получил травму, его телу нужно дать возможность и время залечить ее. Однако это не всегда сводится только к необходимости соблюдать постельный режим. Особенность анатомии и физиологии человека такова, что органы и системы должны активно функционировать и их работа должна быть востребована в полном объеме. Иначе приток крови к неработающему органу уменьшается из-за неподвижности, и тогда запускаются процессы дегенерации (разрушения). Длительное пребывание после травм в гипсовых повязках или вынужденное статическое положение уже само по себе наносит вред выключенным из работы мышцам, связкам, суставам. Поэтому реабилитацию следует начинать как можно раньше — как только становятся возможными первые движения (после снятия гипса или других видов фиксации). Цель этого этапа — максимально полное восстановление утраченных двигательных функций. Главный инструмент при реабилитации — упражнения. Однако важно, чтобы упражнения были правильно подобраны (с учетом специфики больного), правильно организованы (с помощью технических средств, приспособлений, специального оборудования) и выполнены. Учитель обращает внимание учащихся на основные принципы восстановления после травмы.

✧ *Непрерывность* — восстановительное лечение проводится начиная с момента снятия гипса и до полного выздоровления.

✧ *Постепенность* — при увеличении нагрузок и амплитуды движений на поврежденном участке.

✧ *Комплексность* — использование различных средств и методов реабилитации.

Далее педагог организует работу в группах. Учащиеся должны совместно обсудить ответы на вопрос: «С какими проблемами может столкнуться человек, получивший ту или иную травму?», а также составить план мероприятий по устранению этих проблем (перелом, вывих сустава и т. п.). Перед началом групповой работы ученикам стоит предложить еще раз ознакомиться с основными правилами посттравматического восстановления (см. Приложение, с. 141).

В завершающей части урока работа каждой группы обсуждается и корректируется. Педагог обращает внимание учащихся на

то, что восстановление после тяжелой травмы желательно проводить под контролем врача-реабилитолога. Восстановление — это длительный процесс, который требует от пострадавшего больших моральных и физических усилий. Гораздо разумнее избегать травмоопасных ситуаций при нахождении на улице, за городом, в спортивном зале и быть внимательным к своему здоровью.

Урок 26 *Закаливание*

Задачи урока

1. Понимать значение закаливания для здоровья человека.
2. Знать основные средства и методы закаливания.
3. Знать и уметь применять правила закаливания.

Содержание урока

1. Фронтальная беседа на тему «Что такое закаливание организма».
2. Обсуждение вопроса «Значение закаливания для здоровья человека» (использование приема «плюс — минус — вопрос»).
3. Беседа о средствах и методах закаливания, которые известны учащимся, и составление кластера на эту тему.
4. Разработка мини-проекта: составление личной системы закаливания и ее обоснование.

Информация для учителя

Урок начинается с общего обсуждения вопроса «Что такое закаливание организма». После обсуждения необходимо сделать вывод и записать в тетрадь определение.

Закаливание организма — это комплекс мероприятий по повышению устойчивости организма к воздействию неблагоприятных погодных-климатических условий.

Затем учащимся предлагается обсудить вопрос «Значение закаливания для здоровья человека». В целях наглядности целесообразно при этом использовать методический прием «плюс — минус — вопрос» и заполнить таблицу (см. с. 75).

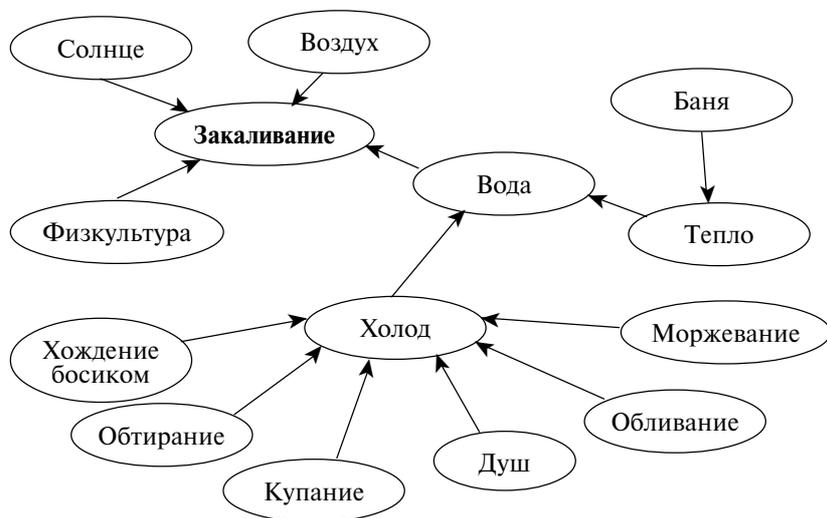
Далее учителю необходимо особо выделить, если это не прозвучит в ответах учащихся, что благодаря закаливанию человек не только реже болеет. Закаливающие процедуры оказывают благотворное влияние на весь его организм.

Закаливание организма

Положительные результаты закаливания («+»)	Отрицательные свойства закаливания («-»)	«?»
1. Человек реже болеет. 2. Укрепляется терморегулирующий аппарат, который помогает человеку безболезненно переносить значительные повышения или понижения температуры окружающей среды. 3. Улучшается кровоснабжение. 4. Повышается тонус центральной нервной системы. 5. Улучшается обмен веществ. 6. Укрепляется иммунитет	1. Закаливание — длительный процесс. 2. Закаливающий эффект достигается путем систематического воздействия того или иного фактора и постепенного повышения дозировки, так как только при этих условиях развиваются приспособительные изменения в организме	1. Как природа помогает закаливанию? 2. Какие существуют средства и методы закаливания? 3. Как правильно закаливаться?

Затем учитель предлагает учащимся рассказать об их личном опыте закаливания или опыте их знакомых. По ходу беседы учитель на доске, а учащиеся в тетрадях составляют кластер «Способы закаливания».

Способы закаливания



Далее учитель обращает внимание учащихся на то, что хотя средства и методы закаливания различные, существует ряд *общих правил* его, которые необходимо соблюдать всем. (Правила вывешиваются на обозрение в виде плаката).

Правила закаливания

- ✧ Избегать сильных раздражителей — долгого пребывания на солнце, продолжительного действия холодной воды, слишком низкой или слишком высокой температуры воздуха.
- ✧ Постепенное и равномерное усиление воздействия закаливающих факторов.
- ✧ Все закаливающие процедуры необходимо проводить систематически (постоянно).

Далее учащиеся работают в группах, подготавливая мини-проекты собственной системы закаливания. Урок заканчивается представлением и защитой составленных ими мини-проектов. Преподаватель должен отметить работу каждой группы, выделив сильные и слабые стороны мини-проектов.

Д о м а ш н е е з а д а н и е: обсудить с родителями способы и методы закаливания и составить календарный план, режим для проведения процедур закаливания в домашних условиях; продумать, какие ресурсы и средства необходимы для этого.

Урок 27

Гражданская оборона. Цели и задачи

Задачи урока

1. Иметь представление о системе защиты населения в условиях чрезвычайных ситуаций (ЧС) или в военное время.
2. Знать о способах оповещения, способах защиты и эвакуации в условиях ЧС.
3. Уметь принимать быстрые решения и действовать в условиях ЧС.

Содержание урока

1. Повторение изученного в курсе 5—6-го классов материала о видах различных экстремальных ситуаций.
2. Рассказ учителя о государственной поддержке населения при возникновении масштабных ЧС и гражданской обороне.

3. Работа с текстом в режиме читательской конференции.
4. Презентация каждой группой составленных ею правил поведения в условиях ЧС.
5. Составление общих правил поведения в условиях ЧС.
6. Анализ стратегии и составление схем поведения учащихся и учителей в различных чрезвычайных ситуациях локального и глобального характера.

Информация для учителя

Данный урок целесообразно провести в режиме повторения пройденного и обобщения уже изученного материала с новым.

Задайте учащимся вопрос о том, какие ЧС они изучали в этом курсе. Ученики в режиме ответов с места будут называть различные ЧС, о которых шла речь на уроках. Можно зафиксировать эти ответы на доске, а затем предложить желающим указать наиболее масштабные ЧС, выделив их, например, подчеркиванием. Обсудите затем вопрос о том, способно ли население, попадающее в такие ситуации, справиться с ними самостоятельно. Получив на него отрицательный ответ учащихся, можно переходить к теме урока: рассказу о том, что делает государство для быстрой помощи населению в условиях ЧС или при военных действиях. При этом можно воспользоваться специальным фильмом или другими наглядными пособиями, которые имеются в кабинете ОБЖ.

Следующим этапом урока может быть работа с текстами по различным проблемам ЧС: способам оповещения населения, его эвакуации, простым средствам и методам индивидуальной защиты. Эту часть урока возможно организовать в режиме «читательской конференции», когда каждая группа готовит и выступает с сообщением по розданным педагогом текстам, на изучение которых отводится строго определенное время.

На основе результатов выступлений каждой группы по основным темам раздела составляются общие правила поведения учащихся и учителя в случае сигнала о ЧС.

В конце урока проводится совместный анализ стратегии поведения для конкретных ситуаций локального характера (пожар, разрушение здания, ураган) и глобального (наводнение, землетрясение, военные действия). Составляются и зарисовываются в тетрадях схемы, которые будут использоваться на следующем уроке.

Урок 28

МЧС и гражданская оборона. Безопасное поведение в экстремальных ситуациях

Задачи урока

1. Формирование четких представлений о правилах поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера.
2. Приобретение знаний о выживании в условиях различных экстремальных ситуаций.
3. Подготовка к использованию этих знаний в практических ситуациях.

Содержание урока

1. Работа по анализу составленных схем поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера с рекомендуемыми МЧС правилами.
2. Фиксация правильных и ошибочных позиций в составленных на предыдущем уроке схемах.
3. Зарисовка рекомендуемых схем поведения в условиях различных ЧС.
4. Рассказ учителя о службах МЧС.

Информация для учителя

На предыдущем занятии учащимся были разработаны простые схемы предполагаемых действий в условиях некоторых наиболее возможных экстремальных ситуаций локального (пожар, разрушения здания, ураган) и глобального характера (наводнение, землетрясение, военные действия). На данном уроке проводится проверка правильности этих схем путем сравнения их с правилами, предписываемыми населению МЧС. Для этого рекомендуется воспользоваться соответствующими плакатами из кабинета ОБЖ.

Проведите общий разбор составленных схем, проанализируйте то, что в них оказалось правильным и неправильным. В тетрадях учащиеся делают соответствующие пометки знаками «+» и «-». Новые схемы поведения также фиксируются в тетрадях.

В конце урока подводятся итоги аналитической работы, а также рассказывается учащимся о службе МЧС России, истории ее создания и тех структурах, которые в нее входят. Обязательно указываются номера телефонов городской службы МЧС.

Модуль VI
Знаю, умею, делаю!
Практическая сессия



Уроки 29 – 30
*Основные средства и способы
транспортировки больных*

Задачи урока

1. Закрепление представлений о видах травматических повреждений (ушибы, разрывы, вывихи, переломы, сдавления).
2. Формирование умений оказания первой помощи при этих травмах.
3. Знание способов транспортировки пострадавших.

Содержание урока

1. Повторение материала практического модуля программы для 5-го класса.
2. «Мозговой штурм» и групповая работа на тему «Средства оказания первой помощи при травмах».
3. Практическая работа: оказание первой помощи при ушибах, растяжениях, разрывах, вывихах, переломах, сдавлениях.
4. Рассказ учителя о способах транспортировки пострадавших и практическая работа по теме.
5. Составление кластеров по теме урока.

Информация для учителя

В начале урока рекомендуется повторить с учащимися, что такое травма и какие виды травм существуют (данный материал ребята изучали по программе «Уроки здоровья и ОБЖ в 5-м классе»: уроки 34—35).

Далее проводится «мозговой штурм» на тему «Какие средства нужны для оказания первой помощи при травмах». Учащиеся перечисляют средства оказания первой помощи при травмах, а педагог фиксирует их названия на доске. Результаты обсуждают-

ся, и отбираются только те средства, которые необходимы для оказания первой помощи.

Основная часть урока отводится знакомству и отработке приемов оказания первой помощи при травмах. При этом обращается внимание на специфику каждой конкретной ситуации и особенности первой помощи при них. Учащиеся выполняют индивидуальные задания по группам в соответствии с инструкцией, в которой указаны виды травмы, ее признаки и порядок оказания первой помощи, а также необходимые для выполнения этих действий средства. Каждая группа, используя инструкцию, учится оказывать первую помощь при данной травме. Учитель контролирует, как учащиеся выполняют задания, и корректирует их действия. После того как все члены каждой группы освоили приемы оказания первой помощи при данной травме, их представители демонстрируют свои умения перед классом, а одноклассники повторяют за ними необходимые действия. Таким образом осваивается весь материал урока.

После окончания групповой работы педагог демонстрирует с помощью плакатов (или слайдов презентации) простейшие способы транспортировки пострадавших. Учащиеся повторяют способы переноски пострадавших и отвечают на вопросы:

✧ От каких факторов зависит способ транспортировки пострадавшего? (*От его общего состояния и характера повреждения*).

✧ Какие подручные средства могут быть использованы для переноски пострадавших? (*Пострадавшего можно переносить на руках, в рюкзаках, на импровизированных носилках, ремнях*).

Учащиеся тренируются в переноске пострадавшего на руках (двое ребят скрепляют руки так, чтобы получился квадрат, и сажают «пострадавшего» на руки).

Можно предложить учащимся таблицу с изображением способов транспортировки пострадавшего.

В конце урока учащимся предлагается по группам создать кластеры на тему «Как оказать первую помощь при ушибах, растяжениях, разрывах, вывихах, переломах, сдавлениях».

Главным выводом при подведении итогов урока должно быть утверждение о необходимости оказания скорейшей помощи пострадавшему. Именно такая помощь нередко способна спасти жизнь человека, а растерянность, суета, нерасторопность приводят к тяжелейшим последствиям.