

Капранов Роман Сергеевич

преподаватель-организатор

МАОУ «СОШ №102»

г. Краснодар, Краснодарский край

DOI 10.31483/r-74616

УРОК ОБЖ В 11 КЛАССЕ ПО ТЕМЕ: «ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОСТАНОВКЕ СЕРДЦА»

***Аннотация:** в статье представлена разработка урока, проводимого с использованием современных образовательных технологий (ИКТ, здоровьесберегающих, работы в группах). Урок имеет важное практическое значение, т. к. учащиеся приобретают навыки оказания первой помощи с использованием современных тренажеров. Ярким выражением является воспитательный аспект урока, в рамках которого поднимается важная социальная проблема безразличного отношения современных россиян к людям, нуждающимся в помощи.*

***Ключевые слова:** первая помощь, остановка сердца, социальная проблема, ИВЛ, массаж сердца, урок, ОБЖ, работа в группах, практическое занятие, тренажер, обучающиеся.*

***Цель урока:** создание условий для формирования знаний о правилах экстренной помощи при терминальных состояниях человека. **Задачи:** обучающие – получение новых знаний о терминальных состояниях организма, работе сердца, освоение практических навыков выполнения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца; развивающие – развивать умение ориентироваться в экстремальных ситуациях, применять полученные знания на практике; воспитательные – воспитывать понимание ценности жизни, бережного отношения к здоровью, чувства сопереживания, стремление оказывать помощь. На уроке осуществляются межпредметные связи с биологией, информатикой (используется презентация)*

Урок начинается с создания проблемной ситуации – просмотра видеосюжета о равнодушном отношении прохожих к человеку, потерявшему сознание на улице. После просмотра видео учитель задает проблемные вопросы:

– Является ли то, что мы увидели, социальной проблемой? Или это придуманная история?

– Как поступили бы вы в подобной ситуации?

– Почему создатели ролика поднимают проблему равнодушного отношения к людям?

– Что случилось с пострадавшим человеком?

– Чем можно помочь человеку, у которого случился сердечный приступ?

– Как вы думаете, какой проблеме посвятим мы наш сегодняшний урок?

Таким образом, учащиеся самостоятельно формулируют тему урока.



Рис. 1. Смертность в РФ. Доли по видам причин смерти от общего количества, %

На самом деле, ребята, как бы ни менялось время и наша жизнь, как бы ни развивался технический прогресс и медицина, но до сих пор смертность от сердечно-сосудистых заболеваний стоит на первом месте. Это важная социальная проблема. И каждый из нас, в случае необходимости, может внести свою лепту, чтобы эти страшные показатели изменились в лучшую сторону.

Тема нашего урока: «Первая помощь при остановке сердца». Я очень надеюсь, что после урока каждый из вас будет точно знать, чем и как можно помочь человеку, у которого внезапно остановилось сердце. Ведь порой от правильных действий одного человека может зависеть жизнь другого. И нет ничего более высокого в нашей жизни, чем спасти жизнь человеку.

Для того чтобы научиться оказывать помощь при остановке сердца, прежде всего, необходимо изучить правила проведения реанимационных мероприятий и научиться практически выполнять их. Для начала давайте разберемся с понятием реанимации, т. к. оно часто будет встречаться на нашем уроке. Думаю, вам это слово знакомо. Как вы его понимаете?

Реанимация – это восстановление или временное замещение резко нарушенных или утраченных жизненно важных функций организма. После прекращения работы сердца и легких клетки тела продолжают жить от 3 до 5 мин. Этот короткий период называется клинической смертью. Клиническая смерть является последней обратимой фазой умирания, при которой, несмотря на отсутствие кровообращения в организме и прекращение снабжения его тканей кислородом, в течение определенного времени еще сохраняется жизнеспособность всех органов, в том числе и высших отделов центральной нервной системы. Благодаря этому имеется возможность восстановления жизненных функций организма с помощью реанимационных мероприятий. В обычных температурных условиях клиническая смерть продолжается, как уже было сказано, 3–5 минут. После чего восстановить нормальную деятельность центральной нервной системы невозможно.

Признаками клинической смерти являются отсутствие сознания, дыхания и сердечной деятельности. Признаком отсутствия дыхания является состояние, когда в течение 10–15 сек. нет отчетливых координационных дыхательных движений; признаком прекращения сердечной деятельности является отсутствие пульса на сонных артериях.

К частым причинам клинической смерти можно отнести: инфаркт миокарда; тяжелую механическую травму жизненно важных органов; действие электрического тока; острые отравления; удушье или утопление; общее замерзание; различные виды шока. При клинической смерти необходимо немедленное проведение сердечно-легочной реанимации. Назовите, пожалуйста, какие вы знаете способы реанимации сердца.



Рис. 2. Сердечно-легочная реанимация

Это массаж сердца и искусственная вентиляция легких, или как по-другому называют – искусственное дыхание. Думаю, все вы в той или иной степени знакомы с этими понятиями. Предлагаю поработать в группах. У вас на столах лежат инструкции по оказанию первой помощи. Ваша задача разложить указанные в них действия в правильной последовательности. *Работа в группах.*

Таблица

1	Проверить наличие признаков жизни (сознание, дыхание, пульс)
2	При отсутствии признаков жизни приступить к проведению сердечно-легочной реанимации, т.е. выполнить:
3	ИВЛ (2 вдоха) предварительно обеспечив проходимость дыхательных путей
4	При проявлении признаков жизни перевести пострадавшего в устойчивое боковое положение
5	30 давлений на грудину пострадавшего (непрямой массаж сердца)
6	Оценить обстановку, обеспечить безопасные условия для оказания первой помощи
7	Контролировать признаки жизни до приезда скорой медицинской помощи
8	Попросить окружающих вызвать скорую медицинскую помощь

Ответ: 6 1 8 2 5 3 4 7. Дети находят ошибки, исправляют.

Практическая часть.

Непрямой массаж сердца. Для понимания принципа работы сердца учитель проводится опыт с губкой (с помощью губки и воды имитируем работу сердца). Затем учитель показывает правильность выполнения непрямого массажа сердца, используя специальный программированный тренажер.



Рис. 3

Искусственная вентиляция легких. Для понимания принципа работы легких учитель проводит опыт с воздушным шариком (наполненные воздухом легкие – надутый шарик, момент выдоха – спущенный шарик). Затем показывает с помощью тренажера правильность выполнения ИВЛ.



Рис. 4

Можно сочетать проведение непрямого массажа сердца и искусственную вентиляцию легких.



Рис. 5

Учащиеся отрабатывают навыки непрямого массажа сердца и ИВЛ на специальных тренажерах.

В жизни у каждого человека есть свои ценности: учеба, работа, семья, друзья, увлечения, бизнес... Для кого-то важнее одно, для кого-то другое... Но для всех, без исключения, самой главной ценностью всегда является жизнь... Она дается человеку один раз, дважды прожить никому не дано... Помните об этом. Цените свою жизнь и тех, кто с вами рядом. Помните, помощь может понадобиться кому угодно: и чужому человеку, и вашим родным и близким. Иногда от правильных действий зависит жизнь человека.

Список литературы

1. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности. 11 класс: учеб. для общеобразоват. организаций: базовый уровень / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2014. – 320 с.
2. Терещенко О.Л. Сердечно-легочная реанимация: когда, как и что нужно делать [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cardiograf.com/terapiya/neotlozhnaya-pomosch/pervaya-pomoshch-pri-ostanovke-serdca.html>