

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
**КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ**  
**УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. АСТАФЬЕВА**  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Факультет начальных классов  
Кафедра естествознания и математики

**ТУПИКОВ ДМИТРИЙ СЕРГЕЕВИЧ**

**ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА**

**ИЗУЧЕНИЕ АКТУАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЗНАНИЙ МЛАДШИХ**  
**ШКОЛЬНИКОВ О ПРАВИЛАХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО**  
**ПОВЕДЕНИЯ В ПРИРОДНОЙ СРЕДЕ**

Направление подготовки 44.03.01 Педагогическое образование  
Направленность (профиль) образовательной программы Начальное образование

ДОПУСКАЮ К ЗАЩИТЕ

Зав. кафедрой естествознания, математики  
и частных методик: доцент Панкова Е.С.

Руководитель : кандидат биологических  
наук, доцент Панкова Е.С.

\_\_\_\_\_

(дата)

(подпись)

Дата защиты

Обучающийся

Тупиков Д.С.

\_\_\_\_\_

(дата)

(подпись)

Оценка

## Содержание

Введение.....	3
Глава I. Теоретические основы подготовки младших школьников к здоровьесберегающему поведению в природных условиях.....	7
1.1 Соблюдение правил здоровьесберегающего поведения младших школьников, как психолого-педагогическая проблема.....	7
1.2 Возрастные особенности формирования навыков здоровьесберегающего поведения младших школьников.....	13
1.3 Специфика организации учебно-воспитательного процесса по формированию здоровьесберегающего поведения в природной среде. Экскурсионная работа как форма внеурочной деятельности .....	18
Выводы по 1 главе.....	23
Глава II. Экспериментальная работа по изучению актуального состояния знаний младших школьников о правилах здоровьесберегающего поведения в природной среде (в лесу и на водоёме).....	24
2.1. Актуальное состояние знаний младших школьников о правилах здоровьесберегающего поведения в природной среде. Диагностическая программа исследования.....	25
2.2. Результаты констатирующего эксперимента и их анализ.....	33
2.3. Методические рекомендации по расширению знаний младших школьников о здоровьесберегающем поведении в природной среде в процессе экскурсионной работы.....	35
Выводы по 2 главе.....	50
Заключение.....	52
Библиографический список.....	55

## **Введение**

В современном мире все более сложно становится предостеречь ребенка от подстерегающих его опасностей. В настоящее время безопасное поведение является одним из важнейших условий обеспечения личной безопасности каждого человека и общества в целом.

Учащиеся и их родители не всегда имеют полное представление о правилах здоровьесберегающего поведения.

Формирование знаний о здоровьесберегающем поведении – процесс непрерывный, продолжающийся на протяжении всей жизни человека. Особое значение в этом процессе принадлежит периоду обучения в школе, поскольку именно в этом возрасте закладываются основы здоровья и личности человека. Значит, на общеобразовательную школу ложится ответственность не только за обучение детей и подростков, но и за формирование у них культуры здоровьесберегающего поведения.

Непосредственными целями любого школьного учебного предмета являются усвоение учащимися системы знаний, овладение определенными умениями и навыками. При этом под умением понимается способность к действию, не достигшему наивысшего уровня сформированности и совершаемому сознательно, а навык рассматривается как автоматизированное умение (способность к действию, достигшему наивысшего уровня сформированности). Формирование у учащихся знаний о здоровьесберегающем поведении – одна из важных задач школы.

Важнейшим условием решения сложных и многоплановых задач, связанных с защитой населения от опасностей различного характера, успешной реализацией этих задач в нашем обществе и государстве, является формирование личности человека, готового и способного предвидеть и избежать опасности повседневной жизни, а при необходимости грамотно действовать в условиях опасностей. Бесспорно, что за безопасность жизни ребенка отвечает, прежде всего, семья. Однако продолжительную часть

времени ученик находится в школе, поэтому возрастает роль и ответственность системы образования за подготовку обучающихся по вопросам, относящимся к области безопасности жизнедеятельности, а именно за формирование у них навыков безопасного поведения.

Между тем, целевые установки общего образования не актуализируют формирование готовности учащихся к безопасной деятельности. Единая методологическая основа обучения в школьном образовании не всегда соответствует особенностям чрезвычайных ситуаций различных регионов.

В концепции общественной безопасности утверждается, что современная деятельность людей во всех своих аспектах - социальном, политическом, техническом, экономическом, военном - не гарантирует выживание человека как биологического вида. В этих условиях вопросы обеспечения безопасности жизни становятся главной проблемой наступающей новой эпохи развития общества и, в первую очередь, XXI века. В связи с этим возрастает необходимость формирования у человека качеств, обеспечивающих как его собственную, так и общественную безопасность. [21;с.56]

Согласно определению С.Л. Рубинштейна, поведение – это особая форма деятельности, возникающая, когда мотивация действий из предметного плана переходит в план личностно-общественных отношений.

Немаловажен тот факт, что из-за дуализма (человек – существо биологическое и социальное) поведение имеет природные предпосылки, но в основе его – социально обусловленная деятельность (социальная обусловленность поведения).

Таким образом, здоровьесберегающее поведение – это результат не только полученных знаний и усвоенных навыков, но и воспитание личностных характеристик, обеспечивающих человеку безопасную жизнедеятельность [12].

**Цель исследования:** изучить актуальное состояние знаний младших школьников о здоровьесберегающем поведении в природной среде, разработать комплекс занятий и методические рекомендации по расширению его объема.

**Задачи:**

1. Определить суть здоровьесберегающего поведения и основы его формирования.
2. Изучить возрастные особенности формирования навыков здоровьесберегающего поведения младших школьников.
3. Рассмотреть специфику организации учебно-воспитательного процесса по формированию здоровьесберегающего поведения в природе.
4. Провести экспериментальное изучение актуального состояния знаний младших школьников о правилах здоровьесберегающего поведения на природе.
5. Разработать содержание экскурсионных занятий, направленных на изучение ядовитых растений, грибов; чрезвычайных ситуаций в природной среде; а также - правил поведения в лесу и на водоеме в разные времена года.

**Объект исследования:** здоровьесберегающее поведение младших школьников.

**Предмет исследования:** актуальное состояние знаний младших школьников о здоровьесберегающем поведении в природной среде.

Актуальность исследования. Период младшего школьного возраста — один из главных этапов становления здоровья и формирования навыков безопасности, на базе которого закладываются основы здоровьесберегающего образа жизни. Исследование данной темы особенно актуально для определения уровня знаний у учащихся, проживающих в сельской местности, так как они непосредственно контактируют с природой и условиями, которые могут встретиться в ней.

Методы исследования.

Для решения поставленных задач применялись следующие методы исследования:

1. Изучение и анализ литературных источников.
2. Метод констатирующего эксперимента - тестирование.
3. Математическая обработка данных.

**Гипотеза:** актуальное состояние знаний младших школьников о безопасном поведении в природной среде характеризуется различным уровнем в отношении:

- лесных опасностей: ядовитых растений и грибов, агрессивного поведения диких животных;
- правил безопасного поведения в чрезвычайной ситуации в лесу и на водоеме в разное время года.

# **Глава I. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ПОДГОТОВКИ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ К ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕМУ ПОВЕДЕНИЮ В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ**

## **1.1 Соблюдение правил здоровьесберегающего поведения младших школьников как психолого-педагогическая проблема**

Безопасности детства и здоровьесберегающему поведению ребенка в настоящее время уделяется большое внимание со стороны государства, общества и системы образования. Задачи сохранения безопасности детей, ответственного поведения в отношении своей жизни и, в современных условиях рассматриваются как неотъемлемая часть стратегии развития системы образования.[8;с.14]

Главная роль в обеспечении безопасности жизнедеятельности отдельной личности, в частности ребёнка, принадлежит образованию.

Новыми Федеральными государственными образовательными стандартами (ФГОС) общего образования был введен термин «безопасный образ жизни», а также представлено полное описание интеграции здоровьесберегающего образа жизни в процессе обучения – от выполнения правил до формирования установок и ценностей. [33;с.101]

Здоровьесберегающему образу жизни также отводится внимание в Федеральном законе «Об образовании в Российской Федерации», где указывается на необходимость формировать у обучающихся культуру здоровьесберегающего образа жизни.[19;с.64]

Культура здоровьесберегающего поведения не дается человеку изначально, а является результатом его обучения, воспитания и саморазвития. Чтобы жить в современной, порой агрессивной по отношению к человеку социоприродной среде, и сохранить здоровье, нужно иметь сформированную систему навыков поведения. [28;с.16]

Для этого в процессе образования следует сосредоточиться на решении проблемы поиска педагогических условий и средств, которые помогут сделать ответственное отношение к своему здоровью и здоровью окружающих осмысленным и привлекательным, а потребность в здоровьесберегающем поведении – насущной и актуальной для каждого ребенка. [33;с.64]

Для формирования культуры здоровьесберегающего поведения перед системой образования в настоящее время стоят следующие задачи:

- сформировать представление о позитивных факторах, влияющих на здоровьесберегающее поведение;
- научить обучающихся осознанно выбирать поступки, поведение, позволяющие избежать опасности;
- сформировать представление об основных компонентах культуры здоровьесберегающего образа жизни;

Формирование знаний о здоровьесберегающем поведении во многом является результатом изучения опасных ситуаций школьником (на этом основана система преподавания Окружающего мира). Кроме того, важный акцент в таком обучении стоит на адекватном построении системы ценностей и мотивов ребенка. [19;с.11]

Безопасность следует рассматривать не столько как отсутствие реальной опасности, но, как результат адекватной когнитивной оценки среды, способность занять наиболее благоприятную для себя позицию и гибко реагировать на изменения среды. [8;с.17]

В формировании безопасного поведения необходимо не только сосредоточиться на предотвращении неприятностей, но и на развитии личностных характеристик, определяющих благополучие личности: оптимизм, честность, навыки партнерства, надежность, настойчивость, храбрость, способность вникать в суть происходящего. Для воспитания у

ребенка таких характеристик не нужно нагружать его избыточной информацией, как и не следует чрезмерно оберегать его от нового опыта. Необходимо научить ребенка понимать себя, вникать в суть происходящих явлений и гибко реагировать на вызовы среды.

Обобщая вышесказанное, можно описать модель здоровьесберегающего поведения, которая включает в себя:

1. идентификацию опасности;
2. анализ своих действий;
3. реактивность в определенной ситуации. [35;с.66]

Формирование здоровьесберегающего поведения включает следующие аспекты: - общую теоретическую подготовку к безопасной жизнедеятельности (осмысление общих проблем риска, безопасности, опасности и т.д.);

- формирование предметных умений и навыков (видов деятельности, которые осуществляются не только в безопасных условиях, но и в условиях риска);

- психологическую подготовку к безопасной жизнедеятельности (формирование смелости, решительности, готовности к разумному риску и т.д.);

- развитие качеств личности, необходимых для безопасной жизнедеятельности (проницательности, дальновидности, гуманности, оптимистичности и т.д. как основы безопасности человека и общества) [35;с.89]

Таким образом, здоровьесберегающее поведение – это результат не только полученных знаний и усвоенных навыков, но и воспитание личностных характеристик, обеспечивающих человеку безопасную жизнедеятельность.

Целью школьного курса «Окружающий мир» является формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной

безопасности и безопасности окружающих, приобретение ими способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных, угрожающих жизни условиях, оказание помощи пострадавшим. Содержание курса включает теорию и практику безопасного поведения и защиты человека в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях. [39;с.11]

В своей работе мы остановимся именно на изучении теоретической базы знаний учеников начальной школы, потому что в начальной школе у школьников наряду с развитием представлений о научной картине мира идет формирование умения рационально организовывать свою жизнь и деятельность, опираясь на полученные знания. Дети учатся адекватному и здоровьесберегающему поведению в окружающем их мире, учатся понимать причины возникновения опасных ситуаций и способы их предупреждения. [35;с.91]

В четвертом классе проводится изучение опасных ситуаций в природной среде (на воде, в лесу и т.д.), задачей учителя на данном этапе является формирование знаний у учащихся относительно способов защиты от таких чрезвычайных ситуаций. [11;с.20]

Нужно помнить, что для ребенка данного возраста более важным является процесс обучения, а не его результат. Ему интереснее изучать, а не знать и уметь. Поэтому предоставлять информацию о здоровьесберегающем поведении следует вокруг яркого, интересного процесса получения знаний, а не вокруг последствий разных опасностей. Хотя формирование абстрактно-логических форм мышления позволяет уже фантазировать и размышлять о разных ситуациях, и их последствиях[16;с.27].

Сложности могут возникать при необходимости реализовать эти правила на практике, особенно в нетипичных, сложных, критических ситуациях.

В сложных ситуациях ребенок может по-разному отреагировать на опасность:

- ступор, т.е. резкое торможение деятельности человека, его неспособность реагировать на факторы риска;

- дезорганизация деятельности в опасной ситуации, проявляющаяся в неадекватности и неэффективности действий;

- активизация действий, т.е. возрастание точности, эффективности действий в опасной ситуации. [19;с.51]

Таким образом, формирование безопасного поведения младшего школьника усложняется в связи с развитием и усложнением его психики. В формировании соответствующих навыков педагогом может быть активно задействована игровая и учебная деятельность.[9;с.24]

Созревающий организм представляет собой наиболее благодатную почву для воспитания. Известно, какое впечатление производят на нас события, совершающиеся в детстве, какое влияние они подчас оказывают на всю дальнейшую жизнь. Обучение, проводимое в детстве, имеет большее значение для развития психических качеств, чем обучение взрослого.

Таким образом, ребенок должен уметь оценивать создавшуюся ситуацию, быстро и адекватно реагировать на возникшую опасность, действовать в соответствии с обстановкой. Важны также умения наблюдать, предвидеть опасность, преодолевать волнение, спешку, переключать внимание, контролировать свои действия. Учить детей всему этому нужно на занятиях «Окружающий мир», максимально используя учебный материал. [37;с.24]

Вопросами здоровья и правилами поведения для его сбережения занимались такие учёные как: Н.М. Амосов, Г.И. Царегородцев, Д.Д. Венедиктов, и изучая их труды можно сформулировать следующие определения:

Понятия «здоровье» и «здоровьесберегающее поведение» являются сложными: первое из них отражает смысл сохранения и развития биологических, социальных, духовных функций человека и общества и определяется уровнем освоенности общечеловеческих, государственных и национально-региональных ценностей культуры. Второе характеризует стиль жизнедеятельности, обусловленный особенностями организма человека, условиями его существования и ориентированный на сохранение, укрепление и восстановление здоровья, необходимого для выполнения человеком лично и общественно значимых функций.

Цели экскурсий в природу, выражаются в необходимости заложить в ребенка основы экологического воспитания, что невозможно без наглядной демонстрации природных объектов. «Экологическое воспитание» – это многостороннее взаимодействие детей как активных субъектов деятельности с окружающей природно – социальной средой, в процессе которого они созревают, как личности – представители особой экосистемы человек – природа – общество, приспособляются к условиям не только социальной жизни, но и к новым экологическим условиям природной и социальной среды» (Н.Г. Куклина)

Экскурсия – особый вид учебных занятий, который проводится чаще всего за пределами классной комнаты для непосредственного восприятия и наблюдения учениками объектов и явлений, связанных с изучением программного материала.

Данный вид работы направлен на удовлетворение познавательных потребностей учащихся, их физическое и интеллектуальное развитие, укрепление здоровья, умение замечать интересное, необычное. Экскурсии также имеют большое воспитательное значение, так как способствуют воспитанию таких качеств личности, как вдумчивость, интерес и любовь к природе, сообразительность, умение видеть прекрасное в окружающем мире, исполнительность, самостоятельность и т.д. Они расширяют кругозор детей,

развивают наблюдательность, умение видеть то, что раньше происходило вне их внимания, проявлять практические навыки и умения - ориентироваться в пространстве, определять видов почв, растений, животных, формируют представление об их жизни, питании, значении и т.п.

Во время экскурсии ученики воспринимают природу непосредственно различными органами чувств. Экскурсии способствуют: развитию познавательных способностей учащихся, внимания, наблюдательности, мышления, моторики, творческого воображения; воспитанию таких качеств личности, как внимательность, наблюдательность, сообразительность, интерес и любовь к природе, умение видеть и понимать прекрасное; выработке навыков самостоятельной работы и т.п..

## **1.2 Возрастные особенности формирования навыков здоровьесберегающего поведения младших школьников**

Вводное занятие по этому разделу необходимо посвятить взаимодействию человека с природной средой. Вся история развития человечества - это постоянное использование природного окружения в процессе жизнедеятельности, поэтому связь человека с природой всегда была самой тесной. В дальнейшем благодаря техническому прогрессу человек создал искусственную среду обитания, гарантирующую ему более безопасное и комфортное существование. Но стоит отметить, каким бы совершенным, автоматизированным ни был комфортный мир, человек в нем всегда существует за счет природы, не может избежать взаимодействия с ней. В результате такого взаимодействия могут возникнуть ситуации, представляющие угрозу жизни и здоровью личности, попавшей в определенную ситуацию. [27;с.52]

Источниками опасности в природной среде могут быть ядовитые растения и животные, холод, жара, ситуация вынужденной автономии. Для

детей младшего школьного возраста особую опасность представляют водоемы.

Хотелось бы подробнее остановиться на классификации природных опасностей в природной среде. Определить какие ситуации могут встретиться и как этого избежать.

Съедобные дикорастущие растения. Ядовитые растения.

Этот раздел тесно связан с курсом природоведения. Используя наглядные пособия, гербарный материал можно познакомить детей со съедобными и ядовитыми растениями данной местности. Наиболее распространенные ядовитые растения - белена, дурман, волчье лыко, вороний глаз. Отравления могут быть вызваны и грибами (бледная поганка, мухомор). По ходу показывать картинки и муляжи грибов. Затем рассказывать о симптомах отравления (понос, жажда, рвота), мерах первой помощи: вызвать рвоту, пить по - больше воды, вызвать врача. Во время занятий желательно организовать экскурсию для сбора лекарственных и съедобных трав и ягод и знакомства с ядовитыми.

Клещи в лесу. Развитию природного очага способствует создание водохранилищ и сведение лесов в результате пожаров, т. к. тайга сокращается, и на ее месте вырастают осина, береза, кустарник - излюбленное место клещей.

В целях безопасности для передвижения предпочтительнее выбирать светлые рощи без подлеска и кустарника, сухие сосновые боры, открытые поляны и другие места, где ветрено и солнечно. Здесь клещей мало или нет совсем.

Кроме того надо помнить, что наиболее активны клещи утром и вечером. В жару или во время сильного дождя клещи малоактивны, что снижает опасность их нападения.

Укус клеща практически незаметен: насекомое вводит в ранку обезболивающее вещество. Поэтому обнаруживается клещ, как правило, не сразу.

Водоемы.

Кроме таких значительных рек как Енисей, Чулым, Ангара, Пясины по территории края протекает большое количество так называемых «малых рек». Водоемы представляют опасность, как во время стихийного бедствия - наводнения, так и в обычное время, в том случае, если люди не соблюдают правил поведения на водоемах. Люди тонут летом, попадают под лед зимой, погибают в открытом море на оторвавшейся от берега льдине. По данным Правительства Российской Федерации в последнее время складывается тревожная обстановка с обеспечением безопасности людей на водоемах.

Наблюдения показывают, что тонут в основном те, кто умеет плавать. Основная причина гибели при этом - сначала самоуверенность, неумение правильно оценить свои возможности, а затем страх, очень часто гибнут малыши, оставленные без присмотра старшими.

Правила поведения на водоемах в летний период.

В эти дни надо быть очень внимательным, точно выполнять правила поведения на воде: · нельзя купаться в неизвестных местах или в местах, где купание запрещено, купаться только на отведенных местах;

- не заплывать за знаки ограждения мест купания;
- не подплывать к идущим близко судам, лодкам, катерам;
- не плавать на надувных матрацах и камерах;
- не нырять в незнакомых местах;
- не допускать шалостей на воде, не устраивать игр, связанных с захватами.

Нужно помнить, что одновременно с умением плавать, совершенно необходимо научиться и отдыхать на воде т.к. можно неожиданно оказаться в воде далеко от берега (например, если перевернулась лодка).

Необходимо также знать простейшие приемы ориентации под водой. Во время ныряния или даже при неглубоком погружении (например, с маской) пловец нередко теряет правильное ощущение «верх-низ», причем

часто об этом даже не догадывается. Чтобы идти точно вверх, надо выпустить несколько пузырьков воздуха, и они покажут правильное направление.

Правила поведения на водоемах и меры безопасности в осенний, зимний и весенний периоды.

Нужно помнить, что структура, толщина и прочность льда изменяются на протяжении поздней осени, зимы и ранней весны. Осенний лед становится прочным только после того, как установятся непрерывные морозные дни, но даже при кратковременной оттепели лед может потерять прочность, стать рыхлым. Зимний лед прочен, обладает большой грузоподъемностью. Весной ледяной покров и под воздействием солнца и талой воды становится пористым и очень слабым, хотя и сохраняет еще достаточную толщину. Прочность льда можно определить по внешнему виду. Наиболее прочен лед прозрачный с синеватым или зеленоватым оттенком, без воздушных пузырьков. Белый, матовый, желтоватый лед - ненадежен; пористый, ноздреватый - опасен. Лед может быть непрочным около стока вод (например, с фермы или фабрики), вблизи кустов, камыша, под сугробами.

Тоньше лед и там, где бьют ключи, где быстрое течение или впадает в реку ручей, возле скал, обрывистых берегов, замороженных в лед коряг, камней.

Основные правила поведения у водоемов зимой.

- нельзя выходить на ненадежный лед!
- на льду нельзя играть, не стоит этого делать и на покатоном берегу, откуда легко упасть, скатиться на лед. Даже прочный лед может неплотно соединяться с сушей, возможны трещины, подо льдом может быть воздух;
- переходить реку, озеро по льду можно только в устойчивую погоду, когда дорога отмечена вешками и надежно протоптана взрослыми.

Если же возникла крайняя необходимость пройти по льду, нужно принять меры предосторожности: заранее посмотрите, нет ли подозрительных мест, спускайтесь на лед там, где нет промоин и вмерзших

кустов, если вы на лыжах - расстегните крепления, если у вас сумка или рюкзак - перевесьте его на одно плечо, чтобы легко было освободиться. Идите осторожно, пробуя лед перед собой слегой или лыжной палкой. [21;с.109]

Практика показывает, что лед довольно редко проламывается мгновенно. Обычно пролому предшествует треск, проседание льда, может выступить вода. Поэтому при характерном треске или проседании льда лучше сразу же вернуться назад. Возвращаться в подобных случаях допустимо только по собственным следам, не отрывая ног от поверхности льда.

При проламывании льда необходимо быстро освободиться от рюкзака или лыжных палок, лечь на живот, широко раскинув руки, и попытаться выползти из опасной зоны.

Если вы провалились на льду реки или озера, прежде всего, нужно сохранять хладнокровие. Человек, оказавшийся в воде, должен избавиться от всех тяжелых вещей и, удерживаясь на поверхности, постараться выползти на крепкий лед. В большой полынье взбираться на лед надо в том месте, где произошло падение. [17;с.14]

Основные правила, если вы заблудились.

Прежде всего, надо немедленно остановиться и присесть.

И больше не делать ни одного шага, не подумав. Недопустимо продолжать движение, надеясь на то, что через минуту-другую или за следующим поворотом картина сама собой прояснится. [17;с.26]

Может случиться так, что каждый новый шаг будет лишь усугублять положение, окончательно запутывать заблудившегося человека. Очень важно преодолеть страх. При встрече с опасностью человек часто испытывает чувство полной растерянности. Ясно осознавая опасность, он, тем не менее, не знает, что предпринять в данный момент. Человек совершает беспорядочные, бессмысленные движения, вдруг начинает бежать, но тут же останавливается, в сознании мелькают варианты действий, но ни один не

кажется достаточно верным. Нужно успокоиться, оценить ситуацию, принять решение, а затем начинать действовать.

Подумайте, можете ли вы вернуться к тому месту, откуда начинается знакомый путь. Возвращаться надо по следам, не срезая. Вспомните последнюю приметку на знакомой части пути и постарайтесь проследить к ней дорогу. Выйти к людям помогают звуки - работает трактор, лает собака.

Если вы не можете определить правильное направление, лучше всего оставайтесь на месте, потому что вас обязательно будут искать.

Найдите поблизости дерево или развесистый куст, под которым можно укрыться в случае непогоды, и сделайте заметный знак, по которому вас могут увидеть издали.

Всему этому необходимо учить школьников на уроках, во время внеурочной и внеклассной работы, а также показывать последствия халатного поведения в природной среде.

### **1.3 Специфика организации учебно-воспитательного процесса по формированию здоровьесберегающего поведения в природной среде. Экскурсионная работа как форма внеурочной деятельности**

Основу здоровья человека составляет здоровьесберегающее поведение. Обучение здоровьесберегающему поведению должно начинаться в раннем возрасте, формироваться в дошкольном и раннем школьном возрасте, стойко закрепляться в подростковом и юношеском периоде. [3;с.8]

Актуальность формирования культуры здоровьесберегающего поведения в природных условиях обусловлена тем, что младшие школьники не могут реально оценить степень угрозы возникающей опасности и тем более своевременно предотвратить причины ее возникновения. Исходя из этого, задача взрослых — подготовить ребенка к встрече с различными жизненными обстоятельствами, обучению адекватным, осознанным действиям в разных ситуациях.

Несмотря на имеющиеся научные разработки и исследования, методического обеспечения для формирования культуры здоровьесберегающего поведения у детей недостаточно, соответствующие разделы образовательных программ, используемых в образовательных учреждениях, носят общий характер и не соотносятся с конкретными периодами школьного детства. [21;с.11]

Формирование знаний о здоровьесберегающем поведении у младших школьников в процессе внеурочной работы представляет собой длительный, непрерывный, сложный и напряженный процесс, имеющий комплексный характер, основывающийся на единстве цели, этапов, содержательных направлений, форм, методов и педагогических условий, реализуемых во взаимодействии со всеми участниками этого процесса. Главными участниками выступают: учащиеся младшего школьного возраста, педагоги начальных классов и родители учащихся.[11;с.40]

На основе теоретико-методологических предпосылок формирования знаний о здоровьесберегающем поведении у младших школьников нами разработана модель обучения здоровьесберегающему поведению младших школьников в процессе внеурочной работы на экскурсиях «Юный натуралист». Основанием для структурирования данной модели является функциональный аспект, т.е. выделение важнейших звеньев, характеризующих этот процесс.

Ее основополагающим компонентом является цель: сформировать навыки здоровьесберегающего поведения младших школьников в процессе внеурочной работы, то есть оказать помощь семье и педагогу, осуществляющему обучение младших школьников на уроках «Окружающий мир», где изучаются только некоторые вопросы по основам безопасности жизнедеятельности, в обеспечении сохранения жизни и здоровья ребенка. Такое толкование цели опирается на бесспорный факт взаимодействия семьи и школы, урочной и внеурочной работы. Учитывая, что процесс формирования любого навыка происходит постепенно и заключается в

приобретении знаний об опасностях, их преодолении и предотвращении, в формировании мотивов здоровьесберегающего поведения, а также в упражнениях по использованию способов преодоления и предотвращения опасностей, в модели определили этапы формирования навыков безопасного поведения младших школьников в процессе внеурочной работы:

1 этап - информационный, когда младшие школьники получают знания об опасностях, их преодолении и предотвращении;

2 этап — мотивационный, когда вырабатывается мотивация навыков здоровьесберегающего поведения;

3 этап - тренировочный, предполагающий углубленные занятия. Проводится непосредственно на экскурсиях «Юный натуралист».

Эти этапы выделены условно, так как для младших школьников невозможно отделить друг от друга получение соответствующих знаний, формирование мотивов здоровьесберегающего поведения и упражнение в их самостоятельном использовании.

Главным компонентом модели являются основные содержательные направления, формы и методы формирования знаний о здоровьесберегающем поведении у младших школьников в процессе внеурочной работы.

Для изучения теоретического материала нами была организована внеурочная деятельность в виде экскурсий «Юный натуралист» объемом 20 часов. Занятия проводились во второй половине дня, то есть после основных уроков. Частотность занятий была следующая: два раза в неделю в течение трёх месяцев. На каждом занятии учащимся давался теоретический материал сопровождающийся экскурсией. Контролем уровня знаний стало тестирование по четырем блокам для определения уровня знаний после получения теоретического материала.

Содержание экскурсионной программы выстроено по направлению: «Опасности в природе» (экстремальные ситуации, лесные опасности, безопасность на водоёме, растения и грибы.).

Человека окружает масса опасностей. Для нашего исследования в программу внеурочной работы были включены только вышеперечисленные содержательные направления. Аналогичное содержание изучается младшими школьниками и на уроках по предмету «Окружающий мир» но в отличие от экскурсий, не так углубленно. В своей работе нам необходимо было узнать достаточно ли только теоретических знаний для формирования знаний о здоровьесберегающем поведении, либо следует еще и практически применить знания. Таким образом, мы обеспечили работу во внеурочной деятельности со всем классом, где ребятам предоставлялись не только теоретические, но и практические знания по курсу.

Программа внеурочной работы рассчитана на три месяца обучения. Содержание программы распределено в направлении «Опасности в природе». В программе учтены возрастные особенности младших школьников, т.е. отобрано такое содержание, которое доступно пониманию детей этого возраста; такие формы и методы работы с детьми, которые соответствуют наглядно-образному характеру мышления, слабо развитой речи учащихся, отсутствию произвольного внимания и памяти и пр.

Далее представлено календарно-тематическое планирование по внеурочной деятельности на три месяца обучения на экскурсиях «Юный натуралист». Программа создана в соответствии с требованиями Федеральных законов России «Об образовании», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «Об охране окружающей природной среды» и др. для учащихся 4 классов образовательных учреждений. [11;с.16]

Таблица №1.

Календарно-тематическое планирование разделов внеурочной деятельности по курсу «Юный натуралист».

№ п/п	Наименование разделов	УУД	Форма организации занятий
I	Безопасное поведение в природе	Регулятивные УУД: - формулировать и удерживать учебную задачу,	
1.1	Поведение в лесу.	- преобразовывать практическую задачу в познавательную познавательные	Презентация Экскурсия на остров отдыха
1.2	Безопасное поведение на водоемах в летний период.	УУД : - использовать общие приёмы решения задач;	Просмотр тематического видеосюжета. Беседа.
1.3	Безопасное поведение на водоемах зимой и в межсезонье.	- выбирать наиболее эффективные способы решения задач; - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности;	Просмотр тематического видеосюжета. Экскурсия на остров отдыха к водоёму
1.4	Растения и грибы.	- ставить и формулировать проблемы; - самостоятельно создавать алгоритмы	Беседа. Показ гербариев и наглядного материала.

1.5	Безопасное поведение с животными и насекомыми.	деятельности при решении проблем различного характера. коммуникативные УУД : - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач,- ставить вопросы, - обращаться за помощью, - формулировать свои затруднения; - предлагать помощь и сотрудничество;	Экскурсия в “Роев ручей”
-----	--	---	--------------------------

Конспекты занятий к некоторым разделам приведены в приложении А.

Для контроля знаний и обработки данных, полученных в ходе работы, нами была выбрана методика тестирования.

### **Выводы по главе I**

Основываясь на вышеизложенных данных, можно говорить о том, что основными направлениями по развитию у учащихся здоровьесберегающего поведения должны стать в формировании:

1. Безопасность жизни и жизнедеятельности - насущная потребность человека. В содержании общеобразовательных программ Российской Федерации есть разделы, касающиеся здоровья и безопасности. Основными задачами данных разделов являются подготовка детей к действиям в экстремальных ситуациях.

2. Неумение адекватно действовать в жизнеопасных (экстремальных) ситуациях, отсутствие навыков правильного поведения в окружающей среде стало недопустимым. Это, в свою очередь, настоятельно требует разработки методов, технологий, приемов, направленных на развитие и совершенствование прикладных умений и навыков, психической сферы как основных компонентов формирования готовности к действиям в природных условиях и экстремальных ситуациях.

В настоящее время необходим новый подход к формированию готовности к действиям в экстремальных ситуациях на основе единства психики и деятельности.

3. В природной среде ребенок может встретиться с различными ситуациями, которые могут негативно отразиться на жизни и здоровье. Для того чтобы уметь дать отпор необходимы знания о том как себя вести в той или иной ситуации. Дети, проживающие в сельской местности более подвержены влиянию природных факторов и им как никому другому необходимы эти знания о поведении в природной среде, дабы не стать жертвой природных опасностей.

4. Для нормального функционирования в природной среде детям нужно давать такую информацию, которая действительно будет полезной и сможет пригодиться им в жизни, не стоит нагружать их лишней информацией. Достаточно будет знаний о том как вести себя в лесу, об обитателях леса, животных, растениях и грибах, о том как опасно безответственное поведение у водоемов в различные сезоны года, а также о погодных явлениях.

## **Глава II. ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНАЯ РАБОТА ПО ИЗУЧЕНИЮ АКТУАЛЬНОГО СОСТОЯНИЯ ЗНАНИЙ МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ О ПРАВИЛАХ ЗДОРОВЬЕСБЕРЕГАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ В ЛЕСУ И НА ВОДОЁМЕ**

### **2.1 Актуальное состояние знаний младших школьников о правилах здоровьесберегающего поведения в природной среде. Диагностическая программа исследования**

Исследование проходило на базе Красноярской общеобразовательной школы №98. В диагностике принимали участие 14 учеников 4 класса.

Сведения о программе обучения "Средняя школа № 98" г. Красноярск. :  
Рабочая программа курса «Окружающий мир» разработана для учащихся 4  
класса

«Окружающий мир» (авторы А.А. Вахрушев, А.С. Раутиан и др.),  
являющейся составной частью Образовательной системы «Школа 2100».

Учебный предмет «Окружающий мир» входит в состав образовательной  
области «Обществознание и естествознание».

Специфика курса состоит в формировании целостной картины мира и  
создании фундамента для значительной части предметов основной школы:  
физики, химии, биологии, географии, обществознания, истории.

Цель курса окружающего мира - осмысление личного опыта и приучение  
детей к рациональному постижению мира.

Задачи:

- формирование в сознании учащихся единого, ценностно-окрашенного  
образа окружающего мира как дома, своего собственного и общего для всех  
людей, для всего живого;
- уважения к своему природному и социальному окружению.

**Данная программа отличается от нашей менее углубленным изучением  
природных опасностей.**

Целью нашего исследования являлось определение актуального уровня  
знаний о правилах здоровьесберегающего поведения в природной среде у

младших школьников. Для их определения была использована комплексная методика из четырёх блоков:

1 блок 1 «Безопасность человека в экстремальных ситуациях» ;

2 блок 2 «Лесные опасности»;

3 блок 3 «Безопасность на воде»;

4 блок 4 «Растения и грибы».

Все вышеперечисленные методики представлены в приложении В.

Выбор конкретной методики осуществлен в соответствии с рядом требований:

1. Методика должна соответствовать их возрастным особенностям и отвечать возможностям и потребностям.

2. Используемая методика должны быть стандартизирована.

3. Методика должна предполагать не только количественный, но и качественный анализ результатов.

Методики проводилась на учениках 4 класса. Всего в классе 14 детей.

Результаты предоставлены в Таблице №2.

Таблица №2.

Критерии и уровни знаний о здоровьесберегающем поведении в природной среде

Параметр	Критерии	Уровни сформированности, балл		
		Низкий	Средний	Высокий
Методика 1. «Безопасность человека в экстремальных ситуациях»  10 баллов	Количество элементов знания	Отвечает правильно на 0-4 вопроса (0-4 балла)	Отвечает правильно на 5-7 вопросов.  (5-7 баллов)	Отвечает правильно на 8-10 вопросов (8-10 баллов)
Методика 2. «Лесные опасности».	Количество элементов знания	Отвечает правильно на 0-4 вопроса (0-4 балла)	Отвечает правильно на 5-7 вопросов.	Отвечает правильно на 8-10 вопросов (8-10 баллов)

10 баллов			(5-7 баллов)	
Методика 3. «Безопасность на воде». 9 баллов	Количество элементов знания	Отвечает правильно на 0-3 вопроса (0-3 балла)	Отвечает правильно на 4-6 вопросов. (4-6 баллов)	Отвечает правильно на 8-9 вопросов (8-9 баллов)
Методика 4. «Растения и грибы» 7 баллов	Количество элементов знания	Отвечает правильно на 0-2 вопроса (0-2 балла)	Отвечает правильно на 3-5 вопросов. (3-5 баллов)	Отвечает правильно на 6-7 вопросов (6-7 баллов)
Уровень знаний о правилах здоровьесберегающего поведения в природной среде.		0-12	13-25	26-36

Успешность выполнения каждой из методик оценивалась в баллах, общий показатель успешности работы ребенка по программе оценивался суммарным баллом по всем методикам. Так, было выделено три уровня знаний:

Высокий уровень – от 26 до 36 баллов;

Средний уровень - от 13 до 25 баллов;

Низкий уровень – от 0 до 12 баллов.

Для того чтобы был положительный результат необходимо, чтобы учащиеся могли ответить на вопросы связанные с общим пониманием что такое опасная ситуация, какие ситуации называют чрезвычайными, что делать в той или иной природной ситуации, знать опасности которые могут встретиться в лесу, как себя вести если заблудился, какие приметы могут помочь в лесу, определять ядовитые и полезные растения и грибы, а также уметь грамотно себя вести у водоемов зимой, летом и в межсезонье. Все эти

знания сложившись в одну картину позволяют определить какой уровень знаний у каждого ученика, в какой области знаний возникли пробелы, и что необходимо еще усиленно изучить.

В начале исследования школьники ответили на вопросы методики «Безопасность человека в экстремальных ситуациях». Целью блока методики является оценка учащимся своей готовности к экстремальным ситуациям в природе. По результатам тестирования были получены следующие данные, они проиллюстрированы рисунком 1:

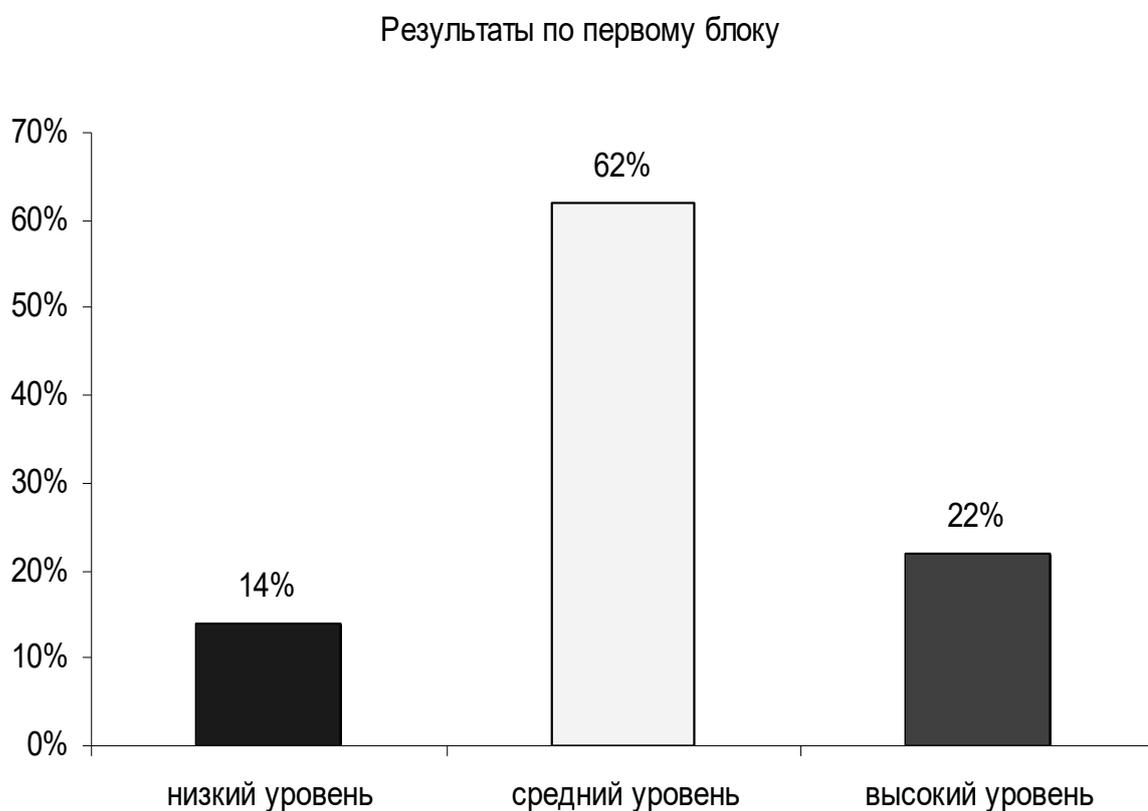


Рисунок №1. Распределение учащихся по уровням знаний по результатам блока №1 «Безопасность человека в экстремальных условиях»

Мы выявили, что по этой методике преобладает средний уровень знаний. То есть, в большинстве случаев ребята не могут объяснить, что такое экстремальная ситуация, затрудняются при ответе на вопросы о поведении в экстремальной ситуации, а некоторые признались, что ставили ответы наугад.

Далее был проведен второй метод «Лесные опасности». Цель данного блока определить, насколько сформированы знания о поведении в лесу.

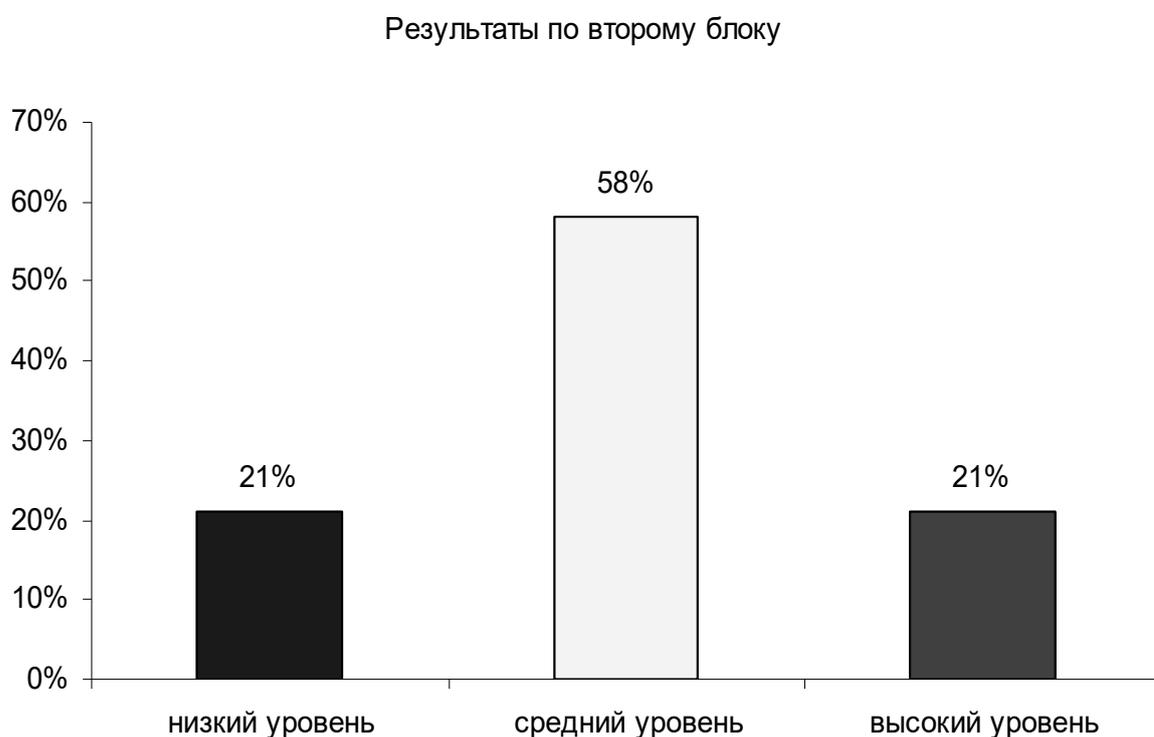


Рисунок №2. Результаты распределения уровней в соответствии с блоком №2 «Лесные опасности»

В рамках данного блока методики так же преобладает средний уровень знаний, но и увеличился процент детей с низким уровнем, по сравнению с предыдущим блоком. Мы выявили, что затруднения у детей вызвали вопросы связанные с названиями растений, то есть ребята не знают что эти растения

ядовиты, либо где-то слышали, но не смогут определить на вид. Так же возникла проблема с тем, как необходимо вести себя в лесу во время грозы. Следующий был блок «Безопасность на воде». Цель данного блока методики выявить, как сформированы знания учащихся о том, как необходимо вести себя у водоемов.



Рисунок №3. Результаты распределения уровней в соответствии с блоком №3 «Безопасность на воде»

По результатам данного блока так же выявлен средний уровень знаний о поведении у водоемов. Затруднения возникли в том, что дети не знают, что такое буйки, поскольку в местах, где они отдыхают их просто нет. Многие ответили, что могут сами посетить водоем без сопровождения взрослых, когда им это пожелается.

Заключительным стал блок методики «Растения и грибы», цель которого выявить могут ли дети отличить ядовитые растения и грибы от полезных.



Рисунок №4. Распределение уровней знаний в соответствии с результатами блока №4 «Растения и грибы»

Как мы видим, здесь тоже преобладает средний уровень знаний. Затруднения так же были связаны с тем, что учащиеся не знают опасные растения и грибы в своей местности, а некоторые растения путают и отмечают полезные растения как ядовитые.

Результаты актуального уровня знаний о безопасном поведении в природных условиях учащихся отражены в диаграмме, которая наглядно показывает, что у детей преобладает средний уровень.

Общие результаты по всем 4 блокам

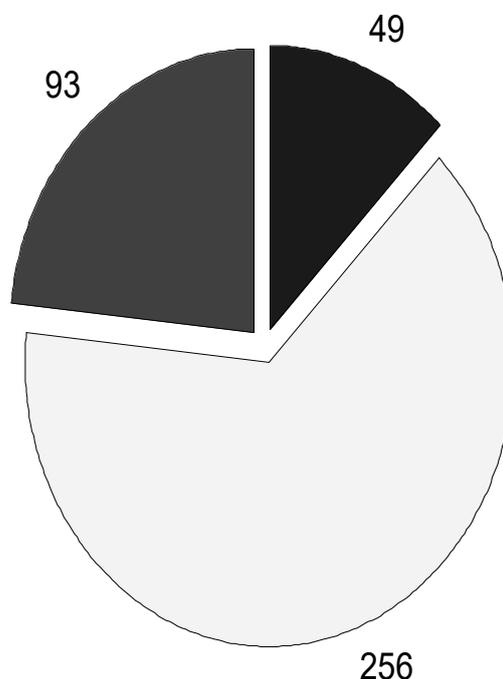


Рисунок №5. Уровень знаний (в баллах) младших школьников о здоровьесберегающем поведении в природной среде.

Анализ полученных данных методики по четырём блокам позволяет сделать вывод, что младшим школьникам необходимо повысить уровень знаний о здоровьесберегающем поведении в природе. Необходимо разработать такую программу, которая повлияет на уровень формирования знаний о здоровьесберегающем поведении в лучшую сторону.

Все фактические данные приведены в приложении В.

## 2.2. Результаты констатирующего эксперимента и их анализ

В эксперименте принимали участие учащиеся 4 класса

Красноярской МБОУ СОШ №98.

Общие показатели по всем методикам на этапе констатирующего эксперимента представлены в таблице №3

Таблица №3

Результаты констатирующего эксперимента

	Блок №1 «Безопасность человека в экстремальных ситуациях»			Блок №2 «Лесные опасности»			Блок №3 «Безопасность на воде»			Блок №4 «Растения и грибы»		
	Н	С	В	Н	С	В	Н	С	В	Н	С	В
Количество баллов	14	62	22	21	58	21	7	57	36	7	79	14
Уровень знаний	Н	С	В	Н	С	В	Н	С	В	Н	С	В

Результаты констатирующего эксперимента указаны на рисунке №6:

Уровень знаний о здоровьесберегающем поведении в природной среде (в лесу и на водоёме)



Рисунок №6. Результаты уровня знаний о здоровьесберегающем поведении в природной среде (в лесу и на водоёме).

Обработывая результаты методики, мы отметили, что у детей отмечается недостаток знаний в следующих темах:

О правилах поведения человека в лесу, учащиеся не знают, как себя вести, если их настигнет гроза;

Отвечают:

-Спрячусь под деревом, чтобы не промокнуть.

что следует, а чего не следует делать во время погодных явлений;

Затрудняются с ответами как себя вести у водоёмов, не знают основные правила купальщика;

Отвечают:

-Можно купаться без взрослых если пришли впятером.

О способах ориентирования на местности и элементарных правилах выживания в природе, затрудняются с ответами на вопросы о приметах, которые могут помочь при чрезвычайной ситуации в лесу и на местности;

Отвечают:

-Мох растёт на южной стороне дерева, там теплее.

Путают названия грибов и растений.

### **2.3. Методические рекомендации по расширению знаний младших школьников о здоровьесберегающем поведении в природной среде в процессе экскурсионной работы**

По результатам констатирующего эксперимента возникла необходимость расширения знаний младших школьников о здоровьесберегающем поведении в природе по следующим направлениям:

- 1) общие правила поведения в лесу, на водоеме в разные времена года;
- 2) правила безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях в природе;
- 3) особенности безопасного поведения с дикими животными в естественных условиях;

4) особенности безопасного поведения с ядовитыми растениями и грибами.

Работу с младшими школьниками по данным направлениям целесообразно проводить в форме экскурсионных занятий в естественных природных условиях.

Такие формы работы будут способствовать более эффективному обучению и усвоению теоретического и практического материала детьми о действиях в условиях чрезвычайных ситуаций, при столкновении с дикими животными или ядовитыми растениями. В первую очередь с младшими школьниками необходимо рассмотреть общие правила здоровьесберегающего поведения в естественной среде – в лесу и на водоеме в разные времена года.

### **Экскурсия 1. Общие правила безопасного поведения в лесу.**

**Цель: Сформировать навыки здоровьесберегающего поведения в природе**

#### **Задачи:**

- обобщить знания детей о правилах **поведения в лесу**;
- воспитывать нравственные качества: любовь и бережное отношение к природе.

Подробный ход экскурсии представлен в Приложении С.

На основе проведения данного занятия были разработаны краткие рекомендации относительно общих правил здоровьесберегающего поведения в естественной природной среде:

- 1) Не разоряйте птичьи гнезда

- 2) Не забирайте из леса домой животных.
- 3) Не разоряйте муравейники.
- 4) Не причиняйте какого-либо вреда лесным насекомым.
- 5) Не рвите полевые цветы.
- 6) Не шумите в лесу.
- 7) Не разжигайте костер в лесу без взрослых.
- 8) Не оставляйте мусор в лесу.
- 9) Не вырезайте надписи на деревьях
- 10) Не портите не съедобные грибы, ядовитые растения.
- 11) Не вырывайте растения с корнем.
- 12) Правильно одевайтесь для прогулки в лес.
- 13) Не ешьте незнакомые ягоды и не собирайте незнакомые грибы.
- 14) После прогулки в лес внимательно осмотри себя.

По итогам проведения данной экскурсии у детей сформировались представления о лесе, его растительности и обитателях, младшие школьники познакомились с основными общими правилами поведения в лесу.

По итогам проведения экскурсии, детям рекомендуется предложить следующие контрольные вопросы и задания:

1. Какие основные правила безопасного поведения в лесу, перечислите их.
2. Сколько ярусов растений имеет лес? Перечислите их.
3. Какую роль играет лес в жизни человека?

**Экскурсия 2. Общие правила здоровьесберегающего поведения на водоемах в разное время года**

**Цель: формировать навыки здоровьесберегающего поведения в природе**

Задачи:

- познакомить обучающихся с наиболее часто встречающимися опасными ситуациями при отдыхе на водоёмах.

- развивать у обучающихся способность распознавать возможные опасности и избегать их

Подробное описание занятия представлено в Приложении С.

На основе проведения данного занятия были разработаны краткие рекомендации относительно общих правил здоровьесберегающего поведения на водоемах в разное время года.

**Рекомендации относительно здоровьесберегающего поведения на водоемах в летний период:**

1) Купайтесь только в специально отведенных для этого местах, и не заходите в воду, там где имеется табличка «купаться запрещено».

2) Когда заходите в воду, следите, чтобы на берегу всегда оставался кто-то из взрослых, умеющих плавать.

3) Не ныряйте в незнакомых местах, поскольку под водой могут быть опасности.

4) Не заплывайте за буйки.

5) Играя в воде, будьте аккуратны, не играйте в игры «утопления» других людей, даже в шутку.

6) Если Вы заметили, что кто-то в воде нуждается в помощи, срочно обратитесь за помощью к опытному взрослому или спасателю, который присутствует в специально организованных для купания местах.

**Рекомендации относительно безопасного поведения на водоемах в зимний период:**

1) Нельзя выходить на ненадежный лед!

2) На льду нельзя играть, не стоит этого делать и на покатам берегу, откуда легко упасть, скатиться на лед. Даже прочный лед может неплотно

соединяться с сушей, возможны трещины, подо льдом может быть воздух;

3) Переходить реку, озеро по льду можно только в устойчивую погоду, когда дорога отмечена вешками и надежно протоптана взрослыми.

4) Если возникла крайняя необходимость пройти по льду, нужно принять меры предосторожности:

- заранее посмотрите, нет ли подозрительных мест;

- спускайтесь на лед там, где нет промоин и вмерзших кустов, если вы на лыжах - расстегните крепления, если у вас сумка или рюкзак - перевесьте его на одно плечо, чтобы легко было освободиться;

- идите осторожно, пробуя лед перед собой слегой или лыжной палкой;

5) Если вы провалились на льду реки или озера:

- сохраняйте хладнокровие, не поддавайтесь панике;

- избегайте от всех тяжелых вещей;

- удерживаясь на поверхности, постарайтесь вылезти на крепкий лед.

В большой полынье взбираться на лед надо в том месте, где произошло падение.

- выбравшись из пролома, откатитесь, а затем ползите в ту сторону, откуда шли (и где прочность льда, таким образом, проверена).

6) Правила и порядок оказания помощи провалившемуся под лед человеку:

- помощь следует оказывать только одному, в крайнем случае, двум участникам группы.

- помощь человеку, попавшему в воду, надо оказывать очень быстро, так как даже 10-15 минутное пребывание в ледяной воде может быть опасно для жизни.

- оказывающий помощь человек должен лечь на живот, подползти к пролому во льду и подать пострадавшему конец веревки, длинную палку, лыжу, ремень и т. д.

- спасатель должен быть крепко привязан или его кто-то должен страховать с берега.

- вытаскивать человека всегда нужно с той стороны, откуда он шел;
- при отсутствии всяких средств спасения допустимо нескольким людям лечь на лед цепочкой, удерживая друг друга за ноги, и так, ползком, подвинувшись к полынье, помочь пострадавшему;

- человека, вытаскленного из воды, надо немедленно переодеть в сухую одежду и обувь, дать съесть несколько кусков сахара и заставить активно двигаться до тех пор, пока он окончательно не согреется.

- пока несколько человек оказывают непосредственную помощь потерпевшему, другим в это время нужно развести костер, подготовить сухую одежду.

По итогам проведения занятия, детям рекомендуется предложить следующие контрольные вопросы и задания:

1. Каковы основные правила безопасного поведения на водоемах в летний период? Перечислите их.

2. Перечислите основные правила поведения на водоемах в весенне-зимний период.

3. Опишите основные правила и действия при оказании помощи человеку, провалившемуся под лед.

### **Занятие 3. «Правила безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях в природе»**

**Цель:** Ознакомление учащихся с наиболее распространенными ЧС природного характера, привитие навыков правильной оценки обстановки и действия при различных ЧС.

В рамках данного занятия были рассмотрены наиболее распространенные чрезвычайные ситуации природного характера (ураганы, смерчи, грозы, лесные пожары) и составлены рекомендации относительно поведения в данных ситуациях. Подробное описание хода занятия представлено в Приложении С.

**Рекомендации относительно правил поведения при бурях, смерчах и ураганах:**

- 1) укрыться в канаве, яме, кювете, прижавшись плотно к земле;
- 2) глаза, рот и нос защитите от песка и земли.
- 3) нельзя залезать на крышу и прятаться на чердаке.
- 4) остерегайтесь оборванных электропроводов, они могут оказаться под напряжением;
- 5) если вы едете на машине по равнине, остановитесь, но не покидайте автомобиль; плотнее закройте его двери и окна.

**Рекомендации относительно правил поведения при грозе, если человек находится на открытой местности:**

- 1) держаться подальше от одиноких валунов;
- 2) лучше присесть в сухую яму или на что-то сухое, тело по возможности должно иметь меньшую площадь соприкосновения с землей;
- 3) не прятаться под отдельно стоящие, особенно высокие деревья. Наиболее опасны бук, дуб, ель, сосна;
- 4) не бежать, не передвигаться пешком или на велосипеде, не находиться на вершине холма, не купаться в водоеме и не плавать на лодке;
- 5) почувствовав покалывание кожи, ощущение, что волосы встают дыбом, немедленно падайте на землю, причем сначала опуститесь на колени и упритесь в землю руками. В этом случае молния пройдет через руки, минуя торс. Немедленно ложитесь на землю и вытягивайтесь во весь рост;
- 6) помните, что близость к большим металлическим объектам опасна даже в том случае, когда нет непосредственного контакта с ними, так как ударная волна раскаленного воздуха, порожденного молнией, может обжечь легкие.

**Рекомендации относительно правил поведения при лесном пожаре:**

1. Собираясь в лес на отдых или в турпоход, возьмите с собой топор, складную лопату и ведро или большой пластиковый пакет. Почувствовав запах дыма, подойдите ближе и выясните, что горит, в какую сторону дует ветер, какова опасность распространения пожара, есть ли дети в зоне движения огня. Оцените ситуацию - стоит ли пытаться потушить пожар

своими силами или лучше поспешить за помощью, чтобы не потерять даром времени и не дать огню набрать силу. Сообщите о случившемся по ближайшему телефону или через посыльного в пожарную охрану.

2. Заливайте огонь водой из ближайшего водоема, засыпайте землей. Используйте для тушения пучки веток от деревьев лиственных пород или деревца длиной 1,5-2 м, мокрую одежду, плотную ткань. Наносите скользящие удары по кромке огня сбоку в сторону очага пожара, как бы сметая пламя; ветви, ткань после каждого удара переворачивайте, чтобы они таким образом охлаждались и не загорелись. Затапывайте небольшой огонь ногами, не давайте ему перекинуться на стволы и кроны деревьев. Если огонь перекинулся на кроны, валите не тронутые пожаром деревья на его пути (кроной от места пожара).

3. Потушив небольшой пожар, не уходите до тех пор, пока не убедитесь, что огонь не разгорится снова. Сообщите в лесничество или пожарную охрану о месте и времени пожара, а также о возможных его причинах. Если именно ваши неосторожные действия привели к возникновению пожара, не пытайтесь скрыть этот факт и убежать, - рано или поздно виновник будет установлен, но сумма возмещения ущерба от несвоевременно потушенного пожара будет неизмеримо больше той, которую вы заплатите, вовремя остановив огонь.

4. Если горит торфяное болото, не пытайтесь сами тушить пожар, обойдите его стороной. Двигайтесь против ветра так, чтобы он не догонял вас с огнем и дымом, не затруднял ориентирование, внимательно осматривайте перед собой дорогу, ощупывайте ее шестом или палкой. Запомните: при горении торфяников горячая земля и идущий из-под нее дым показывают, что пожар ушел под землю, торф выгорает изнутри, образуя пустоты, в которые можно провалиться и сгореть.

По итогам проведения занятия, детям рекомендуется предложить следующие контрольные вопросы и задания:

1. Каковы основные правила безопасного поведения при смерче или урагане?

2. Перечислите основные правила поведения при грозе, если человек находится на открытой местности.

3. Каким основным правилам поведения необходимо следовать, оказавшись вблизи зоны лесного пожара?

#### **Экскурсия 4. «Особенности здоровьесберегающего поведения с дикими животными в естественных условиях»**

**Цель:** сформировать представления об опасных животных местности и правилах здоровьесберегающего поведения при столкновении с ними.

В ходе занятия рассматривались ситуации столкновения с такими опасными дикими животными, как медведь, ядовитые змеи, клещи. Подробное описание занятия представлено в Приложении С. В ходе занятия были разработаны рекомендации по безопасному поведению при столкновении с данными видами диких животных.

#### **Рекомендации по безопасному поведению при встрече с медведем в лесу:**

1) При обнаружении даже на большом расстоянии самого медведя не стоит организовывать в этом месте привал, и уж тем более, разбивать палаточный лагерь. Лучше немного отойти, скорректировать маршрут и выбрать другой участок.

2) Не приближаться к медведю и его месту обитания. Не стоит подкрадываться к медведю чтобы лучше рассмотреть, сфотографировать, просто полюбоваться, понаблюдать. У медведя отличное чутье, к тому же он в «своей стихии» (на природе), поэтому любая попытка его обмануть заранее обречена на провал. Он расценит это как подготовку к возможной атаке, и ответит тем же, причем с упреждением.

3) Не стоит залазить на деревья вблизи медведя, в надежде тем самым спастись. В этом случае шансы на спасение практически сводятся к нулю, поскольку медведи отличаются не только силой, но и ловкостью и умением лазать по деревьям. В крайнем случае залазить можно на дерево только с высоким и тонким стволом.

4) Избегайте ходить по лесу в темноте. Даже от палатки далеко удаляться не стоит. Медведь – охотник преимущественно ночной, а человек в это время практически не ориентируется.

5) Не приближайтесь к медвежатам. Медведица никогда их одних не бросит. Если мать и не видно, это не означает, что она ушла, оставив малышей без присмотра.

#### **Рекомендации по безопасному поведению при встрече в лесу со змеей:**

1) Заметив змею или услышав предупреждающее шипение, надо замереть, дать ей возможность уйти.

2) От змеи, принявшей позу угрозы надо уходить, медленно отступая назад, избегая резких движений. Очень важно сохранять спокойствие в действиях и жестах.

3) Если змея укусила, нужно хотя бы часть яда постараться выдавить с кровью или отсосать ртом.

3) Ранку от укуса змеи необходимо продезинфицировать, наложить стерильную повязку, которую по мере развития отека периодически ослаблять, чтобы она не врезалась в мягкие ткани.

4) Пострадавшему от укуса змеи надо давать больше пить.

#### **Рекомендации относительно профилактических мероприятий во избежание нападения клеща:**

1) Проведите своевременную вакцинацию против клещевого энцефалита. Вакцинацию необходимо проводить заблаговременно, за несколько месяцев до начала клещевого сезона.

2) Если вы отправляетесь в зону, где вероятность присутствия клещей особенно высока, используйте отпугивающие аэрозоли. Опрыскайте одежду (особенно места вокруг щиколоток, коленей, бедер, талии, а также манжеты и воротник) средствами, отпугивающими или убивающими клещей. Первые – репелленты – можно наносить и на одежду, и на любые участки тела, вторые – акарицидные средства – не должны попадать на кожу. Такие

аэрозоли необходимо применять с осторожностью, поскольку они токсичны, обладают коротким сроком действия, теряют эффективность при влажной и ветреной погоде, могут вызывать аллергические реакции.

3) Используйте специальную традиционную противоклещевую одежду. Такая одежда затрудняет проникновение клеща к телу, но не обезвреживает паразита, поэтому вероятность укуса остается высокой.

4) Для предотвращения укуса насекомого используйте противоклещевую костюм нового поколения. В костюме применена уникальная технология ловушек: тканевые складки особого края задерживают клещей на участках костюма, обработанных особым препаратом, безопасным для человека, но быстро отравляющим паразита.

5) Не лежите в траве, обходите участки с высокой травой и кустарники;

6) Надевайте одежду с длинными рукавами, плотно прилегающими к запястью, и лучше – светлую, на которой легче заметить клеща; брюки заправляйте в сапоги, на голову – платок или шапку.

#### **Правила безопасности и меры при обнаружении укуса клеща:**

1) Если вы обнаружили присосавшегося клеща, самое первое и главное – сразу сказать об укусе взрослым!

2) нельзя выдергивать присосавшегося клеща, его тело может просто порваться, а челюсти остаться в коже, и вынуть их будет очень трудно.

3) важно быстро извлечь клеща из кожи, т.к. через некоторое время в кровь начнут проникать и вирусы, которые живут у клеща в желудочно-кишечном тракте (например, баррелиоз (болезнь Лайма), а они не менее опасны для здоровья и жизни человека.

4) При возможности необходимо поехать в ближайшую больницу, поскольку лучше, чтобы клеща удалял врач;

5) В случае, когда нет возможности быстро добраться до ближайшей больницы, нужно организовать самостоятельное удаление клеща. Первый способ - удаление клеща нитью: 1) Завязать петлю на границе кожи и тела

паразита и осторожно затянуть ее; 2) вращательными, покачивающими и потягивающими движениями против часовой стрелки медленно извлечь клеща. Второй способ - извлечение клеща при помощи пинцета. Пинцет лучше использовать с плоскими краями, захватив им паразита у самого основания. Затем осторожными вращательными движениями извлечь клеща и продезинфицировать ранку.

Контрольные вопросы и задания:

1. Каковы основные правила здоровьесберегающего поведения при встрече медведя в лесу?
2. Если вы вдруг встретили в лесу змею, как следует себя вести?
3. Перечислите основные профилактические мероприятия, позволяющие избежать укуса клеща.
4. Перечислите основные действия и необходимые меры, в случае обнаружения укуса клеща.

По итогам проведения занятия, детям рекомендуется предложить следующие контрольные вопросы и задания:

1. Каковы основные правила здоровьесберегающего поведения при встрече медведя в лесу?
2. Если вы вдруг встретили в лесу змею, как следует себя вести?
3. Перечислите основные профилактические мероприятия, позволяющие избежать укуса клеща.
4. Перечислите основные действия и необходимые меры, в случае обнаружения укуса клеща.

### **Занятие 5 «Особенности безопасного поведения с ядовитыми растениями и грибами»**

**Цель:** информирование детей о профилактике отравления грибами и растениями.

**Задачи:**

- 1) Закрепить и расширить знание детей о грибах и растениях

2) Развивать практические навыки детей по оказанию медицинской помощи при отравлении грибами и растениями.

В ходе занятия были рассмотрены основные виды ядовитых грибов и растений местности, описаны их особенности, раскрыт характер опасности. В ходе занятия были сформулированы рекомендации по оказанию первой помощи при отравлении ядовитыми грибами и растениями.

**Рекомендации по оказанию первой помощи при отравлении ядовитыми грибами:**

1) При всяком грибном отравлении, даже лёгком, необходимо немедленно вызвать «скорую помощь» по телефону 03;

2) Промыть желудок и дать больному выпить подряд 5-6 стаканов воды. Затем вызвать рвоту 3-5 раз, для этого можно дать больному соленой воды;

3) уложить больного в постель и приложить теплые грелки к рукам и ногам;

4) непрерывно давать ему теплое питье, а при резкой слабости – крепкий чай;

5) остатки грибов, вызвавшие отравление, сохранить до прихода врача для исследования в лаборатории.

**Рекомендации по оказанию первой помощи при отравлении ядовитыми растениями:**

1) Вызвать скорую помощь,

2) Выпить 4-5 стаканов тёплой воды (вместо воды хорошо использовать 1% раствор перманганата калия (марганцовки), детям из расчёта полстакана на каждый год жизни.

3) Вызвать рвоту (надавить на корень языка чайной ложкой или пальцем, если человек находится в бессознательном состоянии, рвоту вызывать нельзя).

4) Принять вещества, препятствующие всасыванию яда в кровь: несколько таблеток активированного угля, два-три яичных белка, размешанных в стакане воды, молоко.

5) После контакта с растениями, вызывающими ожоги, поражённые участки кожи надо обмывать водой с мылом, образовавшиеся пузыри протереть одеколоном или спиртом, наложить чистую повязку.

По итогам проведения занятия, детям рекомендуется предложить следующие контрольные вопросы и задания:

1. Перечислите основные виды ядовитых грибов и растений, встречающихся в лесах нашего региона.

2. Какие основные меры необходимо предпринять при отравлении человека грибами и ядовитыми растениями?

Таким образом, представленные рекомендации позволят провести полноценную работу по расширению знаний младших школьников о безопасном поведении в природе. Реализация представленных рекомендаций позволит сформировать у детей младшего школьного возраста представления об общих правилах поведения в лесу, на водоеме в разные времена года; о правилах безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях в природе. Также проведенная представленным образом работа сформировать у учеников навыки безопасного поведения при встрече с дикими животными, с ядовитыми растениями и грибами в естественных природных условиях.

## **Выводы по главе 2**

1. Безопасность жизни и жизнедеятельности – насущная потребность человека. В содержании общеобразовательных программ Российской Федерации есть разделы, касающиеся здоровья и безопасности. Основными задачами данных разделов являются подготовка детей к действиям в чрезвычайных ситуациях.

2. Неумение адекватно действовать в жизнеопасных (чрезвычайных) ситуациях, отсутствие навыков правильного поведения в окружающей среде стало недопустимым. Результаты методики показали: низкий уровень-14%, средний уровень-62% и высокий уровень-22%. Это, в свою очередь, настоятельно требует разработки методов, приемов, технологий, направленных на развитие и совершенствование прикладных умений и навыков, психической сферы как основных компонентов формирования готовности к действиям в природных условиях и экстремальных ситуациях. В настоящее время необходим новый подход к формированию готовности к действиям в экстремальных ситуациях.

3. Учащиеся не знают элементарных правил поведения в природе, а конкретно: как вести себя в лесу, если заблудился, как реагировать при чрезвычайной ситуации, что необходимо знать о растениях и грибах, как оказать первую медицинскую помощь при отравлении или солнечном ударе. Результаты методики показали: Низкий уровень-21%, средний уровень-58% и высокий уровень-21%. Это чревато тем, что столкнувшись с опасной ситуацией в реальной жизни ребенок не сможет адекватно отреагировать и грамотно действовать.

4. В целом Результаты методики показали средний уровень знаний природных опасностей-65%

5. Нами были разработаны методические рекомендации, которые позволят сформировать у детей младшего школьного возраста представления об общих правилах поведения в лесу, на водоеме в разные времена года; о

правилах здоровьесберегающего поведения при чрезвычайных ситуациях в природе.

## Заключение

Теоретические основы здоровьесберегающего поведения младших школьников в психолого-педагогической литературе позволили сделать нам следующие выводы:

Личность младшего школьника – это гибкая, подвижная, значит, неустойчивая система. Именно поэтому она остро нуждается в обеспечении защищенности, ведь в отсутствие безопасности невозможно полноценное формирование личности.

Безопасность часто рассматривается в контексте понятия здоровьесберегающего поведения. Здоровьесберегающее поведение – это поведение, обеспечивающее безопасность существования личности, а также не наносящее вред окружающему. Здоровьесберегающее поведение – это результат не только полученных знаний и усвоенных навыков, но и воспитание личностных характеристик, обеспечивающих человеку безопасную жизнедеятельность.

Безопасность надо рассматривать не столько как отсутствие реальной опасности, но как результат адекватной когнитивной оценки среды, способность занять наиболее благоприятную для себя позицию и гибко реагировать на изменения среды.

Младший школьный возраст характеризуется достаточно активным развитием потребности в двигательной активности, а также в исследовании имеющихся вокруг в доступе запретных зон. При этом безопасное поведение в этот возрастной период еще мало освоено. Более того, зачастую опасность ребенком может расцениваться как возможность для проявления смелости. Обучение навыкам безопасного поведения дошкольников и младших школьников во многом опирается на формирование и закрепление ассоциативных связей между потенциальной опасностью и навыками безопасного поведения. Для воспитания у ребенка таких характеристик, не

нужно нагружать его избыточной информацией (о рисках, опасностях, мерах по их предотвращению), как и не следует чрезмерно оберегать его от нового опыта. Работа по формированию здоровьесберегающего поведения у детей младшего школьного возраста является педагогическим условием включения их в жизнь, становления и развития у них готовности эффективно действовать в непредсказуемых, опасных, критических условиях.

При изучении окружающего мира большое познавательное и воспитательное значение имеют кружковые занятия. Кружковые занятия объединяют учебный процесс в школе с жизнью, знакомят учащихся с реальными объектами в их целостности, во взаимосвязи с другими явлениями. Они конкретизируют, углубляют и расширяют знания учащихся. На занятиях учащиеся проверяют многие теоретические знания и переводят их в умения и навыки. Исследовательский подход к изучению конкретных объектов, явлений, процессов, используемый при проведении кружковых занятий, позволяет формировать здоровьесберегающее поведение у детей младшего школьного возраста.

Здоровьесберегающее поведение – насущная потребность человека. В содержании общеобразовательных программ Российской Федерации есть разделы, касающиеся здоровья и безопасности. Основными задачами данных разделов являются подготовка детей к действиям в чрезвычайных ситуациях. Неумение адекватно действовать в жизнеопасных (чрезвычайных) ситуациях, отсутствие навыков правильного поведения в окружающей среде стало недопустимым. Это, в свою очередь, настоятельно требует разработки методов, приемов, технологий, направленных на развитие и совершенствование прикладных умений и навыков, психической сферы как основных компонентов формирования готовности к действиям в природных условиях и экстремальных ситуациях.

В настоящее время необходим новый подход к формированию готовности к действиям в экстремальных ситуациях на основе единства психики и деятельности. Мы выявили, что дети не знают элементарные

правила поведения в природе, а конкретно как вести себя в лесу, если заблудился, как реагировать при чрезвычайной ситуации, что необходимо знать о растениях и грибах, как оказать первую медицинскую помощь при отравлении или солнечном ударе. Это чревато тем, что столкнувшись с опасной ситуацией в реальной жизни ребенок не сможет адекватно отреагировать и грамотно действовать.

- Проанализированы литературные источники

- Проведено тестирование

- Проведена математическая обработка данных по результатам тестов

- Разработаны методические рекомендации по расширению знаний младших школьников о здоровьесберегающем поведении в природной среде в процессе экскурсионной работы

Как мы выяснили, у детей преобладает средний уровень сформированности здоровьесберегающего поведения, что позволяет судить о возможной неготовности детей оперативно действовать в чрезвычайной и опасной ситуации. Сталкиваясь ежедневно с природной средой, ребенок должен уметь избежать или предвидеть опасную ситуацию, что позволить сохранить ему не только здоровье, но и жизнь.

Разработанные рекомендации позволят провести с полноценную работу по расширению знаний младших школьников о безопасном поведении в природе. Также проведенная представленным образом работа позволит сформировать у учеников навыки безопасного поведения при встрече с дикими животными, с ядовитыми растениями и грибами в естественных природных условиях.

## Библиографический список.

- 1 Авдеева, Н.Н. Безопасность. Учебно-методическое пособие по основам безопасности жизнедеятельности детей младшего школьного возраста / Н.Н. Авдеева, О.Л. Князева, Р.Б. Стеркина. – М.: Детство-Пресс, 2007. – 148с.
- 2 Арустамов, Э.А. Безопасность жизнедеятельности. Учебник. / Э.А. Арустамов. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2001. –254 с.
- 3 Ахмадуллина, Х. Подготовка преподавателей ОБЖ в БГПУ. Программа учебной дисциплины «Чрезвычайные ситуации социального характера и защита от них» / Х. Ахмадуллина // ОБЖ. Основы безопасности жизни. 2004. № 4. С. 47-48.
- 4 Бабанский, Ю.К. Проблема повышения эффективности педагогических исследований / Ю.К. Бабанский. – М., 1992. – 190 с.
- 5 Баева, И.А. Психологическая безопасность в образовании: Монография / И.А. Баева. – СПб. : СОЮЗ, 2002. – 271с.
- 6 Белова, В.В. Воспитание и развитие личности в системе дополнительного образования / В.В. Белова // Сб. науч. тр.: Гос. НИИ семьи и воспитания. М., 1999. С. 52-63.
- 7 Белов, С.В. Примерная лекция по дисциплине «Введение в специальность на тему «Основные понятия, термины и определения в безопасности жизнедеятельности» / С.В. Белов // Безопасность жизнедеятельности. 2002. № 3. С. 37-43.
- 8 Берсенева, Т., Инновационные технологии в преподавании курса «Основы безопасности жизнедеятельности» / Т. Берсенева, Т. Мельникова, А. Осокин // ОБЖ. Основы безопасности жизни. 2004. № 10. С. 11-16.
- 9 Бикмаев, И.А. Профессиональная психофизическая подготовка студентов специальности «Безопасность жизнедеятельности» в физкультурных вузах / И.А. Бикмаев. – Омск, 2004. – 196с.
- 10 Блонский, П.П. Психология младшего школьника / П.П.

- Блонский. – М. : Московский психолого-социальный институт, 2006. – 120с.
- 11 Васильева, Т.П. Воспитание здорового образа жизни у младших школьников Текст. : дис. . канд. пед. наук / Т.П. Васильева. М., 1998. – 185с.
  - 12 Виноградова, Н.Ф. Ознакомление с окружающим миром / Н.Ф. Виноградова. – М.: Вентана-Граф, 2002. – 112с.
  - 13 Вульф, Б.З. Организатор внеклассной и внешкольной воспитательной работы / Б.З. Вульф, М.М. Поташник. – М., 1978. – 188с.
  - 14 Газизулин, Т.Г. О методическом подходе формирования практических занятий для студентов направления подготовки 050100.62 Педагогическое образование» (профиль Безопасность жизнедеятельности) / Т.Г. Газизулин, М.Р. Максинаева // Молодой ученый №18 (77.1), 2014. – 89с.
  - 15 Головачев, М.В. Дидактические основы конструирования и реализации курса «Безопасность жизнедеятельности» в системе профессиональной подготовки учителя подростков / Головачева М.В. – Н.Новгород, 2004. – 24с.
  - 16 Гостюшин, А.В. Основы безопасности жизнедеятельности : Учебник для учащихся 1-4 классов общеобразовательных учреждений / А.В. Гостюшин. – М.: Просвещение, 1997. – 256с.
  - 17 Давыдова, Т.Ю. Педагогические основы управления процессом формирования знаний и умений по безопасности жизнедеятельности : дис. . канд. пед.наук / Т.Ю. Давыдова. – Тула, 1999. – 204с.
  - 18 Дубровина, И.В. Возрастная и педагогическая психология / И.В. Дубровина, А.М. Прихожан. – М., 1999. – 320с.
  - 19 Евлахов, В. Человек в природных условиях / В. Евлахов, В. Сяньков // ОБЖ. Основы безопасности жизни. 2004. № 3. С. 8-11; № 1. С. 20-22.
  - 20 Егорова, Э.Я. Педагогические условия формирования у школьников позитивного отношения к здоровью и безопасному поведению Текст. : дис. . канд. пед. наук / Егорова Э.Я. – Йошкар-Ола, 2004. – 201с.

- 21 Зимонин, В.П. Формула безопасности для России / В.П. Зимонин // Безопасность. 1999. № 5-6. С. 37-41.
- 22 Ильин, А.А. Большая энциклопедия выживания / А.А. Ильин. – М. : Эксмо, 2005. – 248с.
- 23 Ишухина, Е.В. Формирование здорового образа жизни младших школьников Текст.: дис. . канд. пед наук / Е.В. Ишухина. – Шуя, 2000. – 186с.
- 24 Киселева, Э.М. Практическая направленность подготовки студентов к обучению школьников безопасному поведению на уроках ОБЖ / Э.М. Киселева. // Молодой ученый 2014 №12 (71). С.277-280.
- 25 Колесников, А.Н. Проблемы концептуальной безопасности / А.Н. Колесников, Ю.В. Щировский // Безопасность.1998. №7. С. 29-32.
- 26 Концепция формирования культуры безопасности жизнедеятельности // Вестник образования России. 2005. № 23. С. 61-77; № 24. С. 43-66.
- 27 Люблинская, А.А. Учителю о психологии младшего школьника / А.А. Люблинская. – Москва, 2000. – 165с.
- 28 Михайлов, Л.А. Безопасность жизнедеятельности. Учебник для вузов / Л.А. Михайлов. – СПб. : Питер, 2007. – 301с.
- 29 Марчук, Н.Ю. Психолого-педагогические особенности дистанционного обучения / Н.Ю. Марчук // Психолого-педагогические технологии создания виртуальной образовательной среды для межкультурного взаимодействия: мат. международной научно-практической конференции / Екатеринбург, 21-23 мая 2013 г. / УрГПУ, 2013. С.289-295.
- 30 Марчук, Н.Ю. Методические материалы по вопросам формирования навыков безопасного поведения у детей и подростков / Н.Ю. Марчук, И.В. Пестова, Т.Р. Дильмиева. – Екатеринбург: ГБОУ СО ЦППРиК «Ладо», 2014. – 52с.
- 31 Михайленко, Д.А. Развитие умений и навыков безопасного поведения в городской среде при изучении курса основ безопасности

жизнедеятельности / Д.А. Михайленко // Молодой ученый. 2015. №6.4. С. 36-38.

32 Антропова, М.В. Морфофункциональное созревание основных физиологических систем организма детей школьного возраста/, М. В.

Антропова, М.М. Кольцова. – М.: Педагогика, 1983. – 128с.

33 Мошкин, В.Н. Воспитание культуры безопасности школьников / В.Н. Мошкин // Монография. – Барнаул: Издательство БГПУ, 2002. – 201с.

34 Мошкин, В.Н. Воспитание культуры личной безопасности / В.Н. Мошкин // Основы безопасности жизнедеятельности. 2000. № 8. С.65-69.

35 Мухина, В.С. Возрастная психология / В.С. Мухина. – Москва, 2005. – 247с.

36 Люблинская, А.А. Учителю о психологии младшего школьника / А.А. Люблинская. – Москва, 2000. – 301с.

37 Тимошин, Т. Новейшая энциклопедия выживания / Т. Тимошин, Ю. Барышев. – М. : АСТ- Астрель, 2014 – 278с.

38 Попова, Г.П. ОБЖ: школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками / Г.П. Попова. – Волгоград : Учитель, 2005. – 147с.

39 Обухова, Л.Ф. Возрастная психология / Л.Ф. Обухова. – М., 1999. – 442с.

40 Плющ, И.В. Основные направления формирования безопасного образовательного пространства / И.В. Плющ, Н.А. Склянова, Н.Н. Шелегин. – М.: Сибирский учитель, 2001. №1. С.74-79.

41 Приказ Министерства образования и науки РФ от 09.03.2004 г. №1312 «Об утверждении Федерального базисного учебного плана и примерных учебных планов для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования» // СПС ГАРАНТ.

42 Плешаков, А.А. Программа факультативного курса «Экология для младших школьников»/ А.А. Плешаков // Вестник образования. 1993. № 6. С. 72-80.

- 43 Плешаков, А.А. Программа "Природа и мы" (4 класс) / А.А. Плешкова. – М. : Просвещение, 2013 – 74с.
- 44 Столяренко, ЛД. Основы психологии. Изд. 3-е./ Л.Д. Столяренко. – Ростов н/Д., 1999. – 287с.
- 45 Симонова, Л.П. Ключи от природы. Учебно-методическое пособие / Л.П. Симонова. – М. : Агар, 1997. – 144с.
- 46 Патраков, Э.В. Управление рисками, влияющими на уровень социальной безопасности детства: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции с международным участием, 13-14 ноября 2014 г., г. Екатеринбург / Э.В. Патраков. – Е. : УрФУ., 2014. – 487с.
- 47 Эльконин, Д.Б. Психология младшего школьника. Избранные психологические труды / Д.Б. Эльконин. – М.: Академия, 2009. – 372с.

## **Приложение А.**

«Безопасное поведение в лесу».

Цель: выяснить, какую опасность представляют ядовитые грибы, ягоды и некоторые насекомые; разработать правила безопасного поведения.

Задачи:

1. систематизировать и закрепить знания о грибах, ягодах и жалящих насекомых;
2. развивать самостоятельность и умение работать в парах и группах;
3. воспитывать ответственность за своё здоровье, бережное отношение к природе, грамотное поведение в лесу.

- Ребята, у вас на партах лежат картинки, которые необходимо собрать. Приступим к работе.

- Что у вас получилось?

- Где мы их можем встретить?

- Определите название растения или животного по атласу – определителю.

- Как вы думаете, представляют ли они какую-нибудь опасность или они безопасны?

Сообщение темы и целей

- Попробуйте сформулировать тему.

Тема: «Безопасное поведение в лесу».

- Какие учебные задачи мы поставим перед собой.

- Сегодня мы отправимся в путешествие в лес, чтобы научиться различать съедобные и несъедобные грибы, опасные растения, жалящих насекомых. Узнаем правила безопасного поведения в лесу. Вы готовы к открытиям? Отправляемся в лес.

Учащиеся.

Учащиеся собирают изображения грибов, растений, насекомых.

В лесу.

Слайд 1

Узнать основные правила безопасного поведения в лесу. Научиться различать грибы, растения и насекомых.

Работа по теме.

Остановка «Грибная поляна»

- Закройте глаза. Представьте. Вокруг шумит лес. Поют птички. Журчит река. Вот прошел тёплый дождик.

- Что появилось после дождика?
- На нашей полянке вырос богатый урожай грибов.
- Все ли грибы вы положили в свою корзину?
- Какие грибы вы не возьмёте?
- Почему?
- А какие ещё несъедобные грибы вы знаете?
- Если человек съест ядовитый гриб, у него наступит тяжёлое отравление или смерть.

Остановка «Лесные растения».

- В лесу много вкусных и полезных ягод. Какие ягоды вы знаете?
- А все ли растения в лесу безопасны?
- Да, в лесу не все растения безопасны. Есть много ядовитых. У этих растений ядовиты не только ягоды, но и листья, стебли.
- Давайте узнаем, чем опасны растения, изображение которых мы собрали. Откройте атлас – определитель.

Продолжение работы по теме

Остановка «Насекомые».

- Мы отправляемся дальше, а за нами летит целый рой.
- Смотрите, это труженица – пчела по цветам летает, нектар собирает. Это толстый увалень шмель. Гудит, жужжит.

Вот модница оса в полосатом платье. А это грозный шершень.

- Их называют жалящими насекомыми. Почему?
- Обычно эти насекомые просто так не нападают на человека. Они жалят для самозащиты.
- Как можно защитить себя от укуса насекомого?

Разработка правил безопасного поведения в лесу. Работа в группах.

- Теперь работать будем по группам. Выберем правила безопасного поведения в лесу, они лежат в конвертах, и ознакомим с ними остальные группы.

1 группа – «Правила обращения с грибами».

2 группа – «Правила обращения с растениями».

3 группа – «Правила поведения с насекомыми».

- Прежде чем начать работать вспомним правила дружной работы.
- перед работой нужно договориться кто, что будет делать;
- не спорить зря, а доказывать, объяснять;

Релаксация. Слайд 2.

«Правила поведения на воде весной»

Цель: систематизация знаний о правилах поведения вблизи водоёмов ранней весной.

Задачи: закреплять представления об изменениях в природе, происходящие ранней весной;

способствовать развитию у учащихся общей культуры в области безопасности жизнедеятельности;

учить заботиться о своём здоровье;

Ход занятия:

Организационный момент.

Приветствие детей.

. Определение темы, целей и задач занятия:

Учитель: « Какое время года наступило? Какие изменения в природе произошли с наступлением ранней весны?»

-Ребята подумайте и скажите, о чем мы будем говорить на занятии и чему мы должны научиться?»

Учитель: « Весна вступает в свои права. День ото дня она набирает силу. Реки, ручьи и озёра наливаются талыми водами. Они точат лёд, который становится рыхлым и слабым.»

Работа по теме занятия

-К нам в гости пришла тетушка Сова и хочет нас познакомить с правилами здоровьесберегающего поведения весной. Тётушка Сова приготовила для вас одну историю, которая произошла ранней весной.

Фрагмент из мультфильма «Верните Рекса»

- Что случилось с мальчиком?

- Почему лёд треснул?

- Как вы думаете, какое правило безопасности нарушил мальчик?

#### Слайд 1

Внешне лед по-прежнему кажется крепким, если не учитывать эту обманчивость поверхности льда, то в этот период могут быть несчастные случаи с людьми на водоёмах.

Поэтому ходить и играть весной на льду нельзя!

Быстрее всего процесс распада льда происходит у берегов.

Выходить на весенний лед можно только в крайнем случае. Например, для оказания помощи, терпящему бедствие. Но и тут надо знать меры предосторожности, чтобы самому не оказаться в критической ситуации.

#### Слайд 2

Перед тем, как ступить на лед, надо позаботиться о палке. При движении по льду палкой ударяют впереди и по обе стороны от себя по несколько раз в одно и то же место. Если после двух-трех ударов вода не показалась, значит лед надежен.

При появлении воды следует немедленно возвратиться к берегу, стараясь не отрывать ног ото льда (скользящим шагом).

Во время ледохода разрешается пользоваться только дорогами и переходом, по которым разрешено движение.

#### Слайд 3

Нельзя подходить близко к реке и спускаться с набережной. Одно неловкое движение и можно стать жертвой несчастного случая.

Не стойте на обрывистых и подмытых берегах – они могут обвалиться.

Когда вы наблюдаете за ледоходом с моста, набережной причала, нельзя перегибаться через перила и другие ограждения.

#### Слайды 4 - 8

Запрещено:

кататься на санках, лыжах, коньках и просто находиться на рыхлом льду.

выходить на водоемы;

переправляться через реку в период ледохода;

подходить близко к реке в местах затора льда;  
стоять на обрывистом берегу, подвергающемуся разливу и обвалу;

собираться на мостиках, плотинах и запрудах;  
приближаться к ледяным заторам, отталкивать льдины от берегов;  
измерять глубину реки или любого водоема;

Не заходите на лед во время весеннего паводка, не катайтесь на льдинах и не прыгайте с одной на другую.

Слайд 9

А если все же произошёл несчастный случай ? Что же делать?

Разбор ситуаций

Что делать, если вы провалились в воду: слайды 10- 15 - не паникуйте, не делайте резких движений, стабилизируйте дыхание; - раскиньте руки в стороны и постарайтесь зацепиться за кромку льда; - попытайтесь осторожно налечь грудью на край льда и забросить одну, а потом и другую ноги на лед; - если лед выдержал, перекатываясь, медленно ползите к берегу; - ползите в ту сторону, откуда пришли, поскольку там лед уже проверен на прочность. Если нужна ваша помощь: - вооружитесь любой длинной палкой, доскою, шестом или веревкою (можно связать воедино шарфы, ремни или одежду); - следует ползком, широко расставляя при этом руки и ноги, толкая перед собою спасательные средства, осторожно двигаться по направлению к полынье; - остановитесь от находящегося в воде человека в нескольких метрах, бросьте ему веревку (или другое спасательное средство); - осторожно вытащите пострадавшего на лед, и вместе ползком выбирайтесь из опасной зоны; - ползите в ту сторону, откуда пришли, поскольку там лед уже проверен на прочность; - доставьте пострадавшего в теплое помещение и окажите ему помощь, отправьте в медицинское учреждение

Повторение правил поведения на весеннем льду

Составление памятки о мерах безопасности на тонком льду и в период весеннего паводка

## ПАМЯТКА

о мерах безопасности на тонком льду и в период весеннего паводка

Приближается время весеннего паводка. Лед на реках становится рыхлым, «съедается» сверху солнцем, талой водой, а снизу подтачивается течением. Очень опасно по нему ходить: в любой момент может рассыпаться под ногами и сомкнуться над головой.

Помните:

На весеннем льду легко провалиться;

Быстрее всего процесс распада льда происходит у берегов;

Весенний лед, покрытый снегом, быстро превращается в рыхлую массу.

Ребята!

Не выходите на лед во время весеннего паводка.

Не стойте на обрывистых и подмытых берегах – они могут обвалиться.

Когда вы наблюдаете за ледоходом с моста, набережной причала, нельзя перегибаться через перила и другие ограждения.

Если вы оказались свидетелем несчастного случая на реке или озере, не теряйтесь, не убегайте домой, а громко зовите на помощь, взрослые услышат и смогут выручить из беды.

Будьте осторожны!

Не подвергайте свою жизнь опасности!

В период весеннего паводка и ледохода ЗАПРЕЩАЕТСЯ:

выходить на водоемы;

переправляться через реку в период ледохода;

подходить близко к реке в местах затора льда;

стоять на обрывистом берегу, подвергающемуся разливу и обвалу;

собираться на мостиках, плотинах и запрудах;

приближаться к ледяным заторам, отталкивать льдины от берегов;

измерять глубину реки или любого водоема;

ходить по льдинам и кататься на них.

**БУДЬТЕ ВНИМАТЕЛЬНЫ И ОСТОРОЖНЫ!**

**ЛЕД ВЕСНОЙ ОПАСЕН!**

Беседа по плакатам «Опасные места весеннего водоема»

Рисование запрещающих знаков

## **Приложение В.**

Таблица №4  
Результаты по блоку №1  
«Безопасность человека в экстремальных ситуациях».

Уровень знаний	Количество баллов в %
Низкий	14%
Средний	62%

Высокий	22%

Таблица №5  
Результаты по блоку №2  
«Лесные опасности».

Уровень знаний	Количество баллов в %
Низкий	21%
Средний	52%
Высокий	21%

Таблица №6  
Результаты по блоку №3  
«Безопасность на воде».

Уровень знаний	Количество баллов в %
Низкий	7%
Средний	57%
Высокий	36%

Таблица №7  
Результаты по блоку №4  
«Растения и грибы»

Уровень знаний	Количество баллов в %
Низкий	7%
Средний	79%
Высокий	14%

Таблица №8

Уровень знаний младших школьников о здоровьесберегающем поведении в природной среде.

Уровень знаний	Количество баллов в %
Низкий	12%
Средний	65%
Высокий	23%

**Приложение С.**

Комплекс мероприятий по повышению уровня знаний младших школьников о здоровьесберегающем поведении в природе

**Экскурсия 1. Общие правила безопасного поведения в естественной природной среде.**

**Цель:** формировать навыки безопасного поведения в природе

**Задачи:**

- обобщить знания детей о правилах **поведения в лесу**;
- воспитывать нравственные качества: любовь и бережное отношение к

**природе.**

Итак, прежде чем мы начнем наше путешествие, давайте вспомним основные правила поведения в лесу.

Если мы видим вдруг птичьи гнезда, как правильно себя вести? (не разорять птичьи гнезда). Важно не беспокоить птиц и их гнезда, поскольку это их дом, лучше аккуратно обходить стороной, не нанося никакого вреда.

Если вы вдруг увидели маленького птенца, выпавшего из гнезда, или другое животное (белки, ежики и др.), которое вам удалось поймать, ни в коем случае не забирайте их домой. Дикие животные привыкли жить в естественных условиях, и попытки их приручить в 90% случаев обернутся гибелью животного. Нельзя разрывать связь животного с его естественной средой обитания.

Когда мы гуляем по лесу, нередко нам на пути попадаются муравейники. Как мы должны вести себя в этом случае? (не разорять муравейники). Относительно муравейников необходимо точно также, аккуратно обходить их, не нанося никакого вреда муравьям, их дому и осуществляемому ими труду. Муравьи являются лесными санитарами, они контролируют популяцию вредоносных насекомых, разрушающих растения (короедов, например), поэтому очень важно заботливо и бережно относиться к этим жителям леса.

Любые насекомые в лесу являются неотъемлемой частью биогеоценоза, именно поэтому нужно бережно относиться ко всем насекомым без исключения: не наносить им никакого вреда и уж тем более не уничтожать. Любое необдуманно убитое насекомое может повлиять на дальнейшее состояние экологической обстановки в лесу, поскольку каждое насекомое выполняет свою функцию, свою задачу, что позволяет поддерживать полноценную жизнь в лесу. Не нужно ловить бабочек и стрекоз, потому что они красивые. Учитесь наслаждаться красотой природы в естественных условиях, рассматривать всю красоту в моменты жизни насекомых в естественных условиях.

То же самое важно сказать про полевые цветы. Так хочется иногда их нарвать для красоты и принести домой. Но красота цветов по настоящему длительна лишь в естественных условиях, в лесу. Помимо этого, цветы

важны для жизнедеятельности насекомых – из них бабочки и пчелы собирают нектар, что позволяет опылять растения, для дальнейшего их размножения, а пчелам заготавливать мед.

В лесу постоянно течет и происходит своя жизнь. Растения, насекомые, животные издают естественные звуки, присущие природной среде. Не нужно нарушать течение этой естественной жизни шумом, криками и громкими звуками. Всем обитателям леса становится тревожно и беспокойно, когда нарушается их привычная звуковая среда, именно поэтому важно разговаривать в лесу по возможности как можно тише, и если есть возможность помолчать, то важно просто слушать звуки природы, не нарушая их разговорами, возгласами и криками.

Отправляться в лес необходимо всегда в сопровождении взрослого. И только взрослый может разжигать костер на природе, соблюдая все правила безопасности и следуя инструкциям по обращению с огнем. Разжечь костер – не такое простое дело, тем более, разжечь его безопасно для себя и для природы. Именно поэтому таким серьезным вопросом всегда должен заниматься только взрослый.

Очень важным правилом поведения в природе является соблюдение чистоты. Это подразумевает, что нельзя оставлять мусор на природе. Отправляясь в поход, на экскурсию, мы разжигаем костер, готовим еду, и после нас конечно, остается какой-то мусор. Очень важно весь этот мусор собирать в отдельный пакет и уносить с собой, а вернувшись в город, выкинуть в мусоропровод.

Некоторые туристы и люди, находящиеся в лесу, в естественных природных условиях иногда оставляют надписи ножом на деревьях. Этого делать совершенно нельзя, поскольку это действие – прямое причинение вреда живой природе. Это нарушает здоровье и красоту дерева, мешает в дальнейшем ему полноценно расти и развиваться. Иными словами, такие действия – тоже нарушение естественного состояния природы.

Когда вы уже умеете отличать съедобные и несъедобные грибы, ядовитые и полезные виды растений. очень важно понимать, что нельзя наносить вред несъедобным грибам и ядовитым растениям. Так, что для нас является ядовитым, для других жителей леса может являться лекарством в тех или иных случаях. Именно поэтому важно одинаково бережно относиться ко всем видам растений и грибов, независимо от того, могут ли они нам принести пользу.

Если вы собираете в лесу грибы, ягоды или другие растения, очень важно не вырывать растение с корнем. Возьмите ту часть растения, которая вам необходима, и оставьте ему возможность расти дальше и приносить плоды в будущем. Не завершайте жизнь растения, продлевайте ее.

Все растения леса имеют разную высоту. Землю устилают мягкие, бархатистые ковры мхов. Они располагаются на самом нижнем, первом этаже.

Вот над мхами поднимаются лесные травы. Трава сочная, густая, высокая. Среди трав ярко горят разноцветные венчики цветов. В прохладной, чистой росе летнего утра весело купаются розовый клевер, красный луговой василек, белые ромашки, лиловые колокольчики – пестрое лесное разнотравье.

Кустарники – бересклет, лесной орешник, калина – располагаются выше трав. Калина красива, цветущая весной, плодоносящая осенью и полезными плодами.

Самый последний этаж - высокие деревья. Тихо шелестят ветки берез, вот могучие дубы, гордые сосны. Здесь прохладно, влажно и свежо. Сквозь густые зеленые кроны деревьев солнечные лучи пронизывают лес, будто золотые стрелы. Деревья в лесу растут близко друг к другу, их ветки тесно переплетаются.

В природе все между собой взаимосвязано, и существует подвижное равновесие между численностью животных и растений. На земле растет много травы, кустарников и деревьев. Этой растительностью питаются

травоядные животные, например, зайцы, а ими в свою очередь питаются хищники – волки. Хищники – это животные, у которых острые зубы, хорошее чутье, острое зрение, чуткие уши. Все это помогает им охотиться на других животных. Травоядные – это животные. Которые поедают растительную пищу.

Лес еще кормит не только животных, но и людей. Лес богат своими дарами. Посмотрите сколько грибов, они любят тенистые, сырые места. А еще есть ядовитые грибы. Трогать их нельзя! Можно отравиться. Если не знаешь, что это за гриб, нужно спросить у родителей. А сколько ягод... Вот черника, ягоды черники улучшают зрение. А в землянике ценно все – и плоды и листья.

Как видите, лес людей и кормит, и поит, и лечит, и обогревает. Для диких животных – родной дом. А еще он радуется своей красотой: летом – пышной зеленью, щебетанием птиц; ранней осенью – золотой листвой, шуршанием листьев; зимой он необыкновенно красив в белом наряде. Поэтому эту красоту надо беречь!

Правила поведения в лесу:

- 1) Не разоряйте птичьи гнезда
- 2) Не забирайте из леса домой животных.
- 3) Не разоряйте муравейники.
- 4) Не причиняйте какого-либо вреда лесным насекомым.
- 5) Не рвите полевые цветы.
- 6) Не шумите в лесу.
- 7) Не разжигайте костер в лесу без взрослых.
- 8) Не оставляйте мусор в лесу.
- 9) Не вырезайте надписи на деревьях
- 10) Не портите не съедобные грибы, ядовитые растения.
- 11) Не вырывайте растения с корнем.
- 12) Правильно одевайтесь для прогулки в лес.
- 13) Не ешьте незнакомые ягоды и не собирайте незнакомые грибы.

14) После прогулки в лес внимательно осмотри себя.

*Контрольные вопросы и задания:*

1. Какие основные правила безопасного поведения в лесу, перечислите их.
2. Сколько ярусов растений имеет лес? Перечислите их.
3. Какую роль играет лес в жизни человека?

## **Экскурсия 2. Безопасность на водоемах**

*Цель:*

- познакомить обучающихся с наиболее часто встречающимися опасными ситуациями при отдыхе на водоёмах.
- развивать у обучающихся способность распознавать возможные опасности и избегать их

*Ход экскурсии*

*Организационный момент*

*Вводное слово:*

Вода – одно из самых важных для живых организмов веществ. При недостатке воды жизнь организмов нарушается. Растения увядают и могут погибнуть. Животные, лишенные воды, быстро погибают. Потеря воды опаснее для организма, чем голодание: без пищи человек может прожить больше месяца, без воды – несколько дней. Вода – добрый друг и помощник человека. Но бывают ситуации, когда вода может стать для человека врагом.

В каких случаях это может быть? Ребята как вы думаете ? (ответ детей)

Д. Если произошло наводнение.

– Когда нас заливают соседи сверху.

– Если мы купались и начали тонуть.

У. Молодцы!

### *Знакомство с новым материалом*

У. Трудно вообразить, что было бы на Земле без рек, прудов, озер, морей. Наверное, планета была бы похожа на пустыню или каменистую местность. К счастью, на Земле достаточно большие водные пространства, и человек издавна селился на их берегах, потому что где вода, там и жизнь.

Сегодня мы подробно поговорим о поведении на воде летом. Чтобы не испортить себе отдых, надо соблюдать определенные правила безопасного поведения.

У. Какие правила вы можете сформулировать?

Д. Самое главное правило: когда мы купаемся, рядом должны быть взрослые.

- Нельзя нырять в незнакомых местах.
- Нельзя заплывать за буйки.
- Играя в воде, даже в шутку нельзя «топить» своих друзей.

У. Молодцы! В ваших ответах прозвучало слово «бук». Что оно обозначает?

Д. Бук – поплавок, выставляемый для обозначения места постановки сетей, указание чего-либо на воде.

заплывать за буйки; выплывать на судовой ход и приближаться к судам;



У. Правильно. Вы можете запутаться в рыболовной сети и утонуть. Дно за буйками может представлять опасность – можно пораниться, а также, заплывая за буйки, вы можете попасть под проплывающее мимо морское или речное судно, капитан которого никак не ожидает встретить вас в этом месте.

Кто такие *спасатели*?

Д. Летом мы часто видим их у реки. Они наблюдают за поведением людей и оказывают помощь, если кому-то вдруг стало плохо, человек начал тонуть.

**Рекомендации относительно безопасного поведения на водоемах в летний период:**

1) Купайтесь только в специально отведенных для этого местах, и не заходите в воду, там где имеется табличка «купаться запрещено».

2) Когда заходите в воду, следите, чтобы на берегу всегда оставался кто-то из взрослых, умеющих плавать.

3) Не ныряйте в незнакомых местах, поскольку под водой могут быть опасности.

4) Не заплывайте за буйки.

5) Играя в воде, будьте аккуратны, не играйте в игры «утопления» других людей, даже в шутку.

6) Если Вы заметили, что кто-то в воде нуждается в помощи, срочно обратитесь за помощью к опытному взрослому или спасателю, который присутствует в специально организованных для купания местах.

Поговорим о безопасности на водоемах весенне-зимние периоды.

Итак, чем отличается наступающее время года от предыдущего? Учащиеся отвечают, что осенью, зимой, весной водоем чаще покрыт льдом.





-Чем похожи картинки и чем отличаются?

- Какое время года изображено на картинках?

Учитель объясняет, что водоемы представляют особую опасность, когда покрываются льдом. Нужно помнить, что структура, толщина и прочность льда изменяются на протяжении поздней осени, зимы и ранней весны. Осенний лед становится прочным только после того, как установятся непрерывные морозные дни, но даже при кратковременной оттепели лед может потерять прочность, стать рыхлым. Зимний лед прочен, обладает большой грузоподъемностью. Весной ледяной покров и под воздействием солнца и талой воды становится пористым и очень слабым, хотя и сохраняет еще достаточную толщину. Прочность льда можно определить по внешнему виду. Наиболее прочен лед прозрачный с синеватым или зеленоватым оттенком, безвоздушных пузырьков. Белый, матовый, желтоватый лед - ненадежен; пористый, ноздреватый - опасен. Лед может быть непрочным около стока вод (например, с фермы или фабрики), вблизи кустов, камыша, под сугробами. Тоньше лед и там, где бьют ключи, где быстрое течение или впадает в реку ручей, возле скал, обрывистых берегов, замороженных в лед коряг, камней.

Помните, как надо вести себя у водоемов зимой:

- нельзя выходить на ненадежный лед!
- на льду нельзя играть, не стоит этого делать и на покатам берегу, откуда легко упасть, скатиться на лед. Даже прочный лед может неплотно соединяться с сушей, возможны трещины, подо льдом может быть воздух;
- переходить реку, озеро по льду можно только в устойчивую погоду, когда дорога отмечена вешками и надежно протоптана взрослыми.

Если же возникла крайняя необходимость пройти по льду, нужно принять меры предосторожности: заранее посмотрите, нет ли подозрительных мест, спускайтесь на лед там, где нет промоин и вмерзших кустов, если вы на лыжах - расстегните крепления, если у вас сумка или рюкзак - перевесьте его на одно плечо, чтобы легко было освободиться. Идите осторожно, пробуя лед перед собой слегой или лыжной палкой.

Если вы провалились на льду реки или озера, прежде всего нужно сохранять хладнокровие. Человек, оказавшийся в воде, должен избавиться от всех тяжелых вещей и, удерживаясь на поверхности, постараться вылезти на крепкий лед. В большой полынье взбираться на лед надо в том месте, где произошло падение. Главное в такой момент - сохранять спокойствие и хладнокровие. Даже плохо плавающий человек, вовремя избавившись от рюкзака и лыж, довольно продолжительное время может удерживаться на поверхности за счет воздушной подушки, образовавшейся под одеждой. И лишь по мере намокания одежды человек теряет дополнительную плавучесть. Этого времени обычно хватает, чтобы выбраться из полыньи.

Выбравшись из пролома, нужно откатиться, а затем ползти в ту сторону, откуда шел (и где прочность льда, таким образом, проверена).



Оказывать помощь провалившемуся под лед человеку следует только одному, в крайнем случае, двум участникам группы. Оказывающий помощь человек должен лечь на живот, подползти к пролому во льду и подать пострадавшему конец веревки, длинную палку, лыжу, ремень и т. д. Спасатель должен быть крепко привязан или его кто-то должен страховать с

берега. Вытаскивать человека всегда нужно с той стороны, откуда он шел. При отсутствии всяких средств спасения допустимо нескольким людям лечь на лед цепочкой, удерживая друг друга за ноги, и так, ползком, подвинувшись к полынье, помочь пострадавшему.

Человека, вытасченного из воды, надо немедленно переодеть в сухую одежду и обувь, дать съесть несколько кусков сахара и заставить активно двигаться до тех пор, пока он окончательно не согреется.

Помощь человеку, попавшему в воду, надо оказывать очень быстро, так как даже 10-15 минутное пребывание в ледяной воде может быть опасно для жизни. Поэтому, пока несколько человек оказывают непосредственную помощь потерпевшему, вытаскивая его из полыньи, другим в это время нужно развести костер, подготовить сухую одежду.

*Контрольные вопросы и задания:*

1. Каковы основные правила безопасного поведения на водоемах в летний период? Перечислите их.
2. Перечислите основные правила поведения на водоемах в весенне-зимний период.
3. Опишите основные правила и действия при оказании помощи человеку, провалившемуся под лед.

**Занятие 3. «Чрезвычайные ситуации природного характера»**

**Цель:** Ознакомление учащихся с наиболее распространенными ЧС природного характера, привитие навыков правильной оценки обстановки и действия при различных ЧС.

На земле происходит множество сложнейших физических, биохимических, и других процессов, которые лежат в основе эволюции нашей планеты и являются источниками постоянных преобразований. Человек не в состоянии приостановить или изменить ход этих событий, он может только прогнозировать и в некоторых случаях оказывать влияние на

их развитие. Часто эти процессы настолько масштабны и разрушительны, что приводят к чрезвычайным ситуациям природного характера.

Каждая чрезвычайная ситуация природного характера имеет свою физическую сущность, причины возникновения и характер развития, а так же свои особенности воздействия на человека и окружающую среду обитания. Источником чрезвычайной ситуации служит опасное природное явление.

Мы с вами будем говорить о ситуациях, произошедших из-за природных изменений. Какие это могут быть ситуации?

*Дети.* Землетрясение, наводнение, ураган, гроза, пожар.

Своими силами с чрезвычайной ситуацией справиться нельзя. При землетрясениях, наводнениях и других бедах на помощь приходят *спасатели*. Например, наводнения можно предвидеть, но избежать их все равно нельзя.

Так, учитывая специфику природных явлений данной местности мы можем сказать, что наводнения и землетрясения здесь практически не происходят, но подробнее остановимся на таких чрезвычайных ситуациях природного характера, как ураганы, грозы, пожары, столкновение с которыми возможно в естественных природных условиях.

Познакомимся с различными ветрами, способными вызвать разрушения и нанести вред человеку.

*Дети читают текст о ветрах.*

– Какие воздушные стихийные бедствия вы можете назвать?

*Дети.* Ураганы, бури, смерчи, тайфуны.

*Учитель.* Что такое ураган?



*Дети.* Очень сильный ветер, скорость которого больше, чем у мчащегося автомобиля.

*Учитель.* Такой ветер сметает постройки, переносит с места на место автомобили, ломает крупные деревья, опрокидывает корабли. Ураганы наносят огромный ущерб людям, из-за них гибнут люди.

– Что такое *смерч*?



*Дети.* Разновидность урагана, имеет вид вращающегося столба.

*Учитель.* Смерч – это сильный вихрь, обладающий чудовищной силой. В Америке его называют *торнадо*, в Европе – *тромб*. Подобно гигантскому хоботу опускается он из грозового облака, касаясь поверхности земли. Как в воронку, смерч засасывает в себя все, что встречается на пути. Сила вихря так велика, что он может поднять в воздух автомобиль, крышу дома, вырвать с корнем дерево, покорежить мост. Для человека, попавшего в такой смерч в жизни, дела заканчиваются, как правило, плачевно. Как же надо вести себя при смерче или урагане?

*Как вести себя при смерче или урагане:*

- 1) укрыться в канаве, яме, кювете, прижавшись плотно к земле;
- 2) глаза, рот и нос защитите от песка и земли.
- 3) нельзя залезать на крышу и прятаться на чердаке.
- 4) остерегайтесь оборванных электропроводов, они могут оказаться под напряжением;
- 5) если вы едете на машине по равнине, остановитесь, но не покидайте автомобиль; плотнее закройте его двери и окна.

Рассмотрим также такое довольно распространенную чрезвычайную ситуацию природного характера, как гроза. Если вы находитесь на открытом пространстве или в лесу во время грозы, необходимо следовать определенным правилам безопасного поведения.

Рекомендации относительно правил поведения при грозе, если человек находится на открытой местности:

- 1) держаться подальше от одиноких валунов;
- 2) лучше присесть в сухую яму или на что-то сухое, тело по возможности должно иметь меньшую площадь соприкосновения с землей;
- 3) не прятаться под отдельно стоящие, особенно высокие деревья. Наиболее опасны бук, дуб, ель, сосна;
- 4) не бежать, не передвигаться пешком или на велосипеде, не находиться на вершине холма, не купаться в водоеме и не плавать на лодке;
- 5) почувствовав покалывание кожи, ощущение что волосы встают дыбом немедленно падайте на землю, причем сначала опуститесь на колени и упритесь в землю руками. В этом случае молния пройдет через руки минуя торс. Немедленно ложитесь на землю и вытягивайтесь во весь рост;
- 6) помните, что близость к большим металлическим объектам опасна даже в том случае, когда нет непосредственного контакта с ними, так как ударная волна раскаленного воздуха, порожденного молнией, может обжечь легкие.

Еще одной наиболее распространенной чрезвычайной ситуацией природного характера являются лесные пожары. Если во время экскурсии или отдыха на природе вы оказались в зоне действия пожара, также необходимо придерживаться основным правилам поведения в такой ситуации.

1. Собираясь в лес на отдых или в турпоход, возьмите с собой топор, складную лопату и ведро или большой пластиковый пакет. Почувствовав запах дыма, подойдите ближе и выясните, что горит, в какую сторону дует ветер, какова опасность распространения пожара, есть ли дети в зоне

движения огня. Оцените ситуацию - стоит ли пытаться потушить пожар своими силами или лучше поспешить за помощью, чтобы не потерять даром времени и не дать огню набрать силу. Сообщите о случившемся по ближайшему телефону или через посыльного в пожарную охрану.

2. Заливайте огонь водой из ближайшего водоема, засыпайте землей. Используйте для тушения пучки веток от деревьев лиственных пород или деревца длиной 1,5-2 м, мокрую одежду, плотную ткань. Наносите скользящие удары по кромке огня сбоку в сторону очага пожара, как бы сметая пламя; ветви, ткань после каждого удара переворачивайте, чтобы они таким образом охлаждались и не загорелись. Затапывайте небольшой огонь ногами, не давайте ему перекинуться на стволы и кроны деревьев. Если огонь перекинулся на кроны, валите не тронутые пожаром деревья на его пути (кроной от места пожара).

3. Потушив небольшой пожар, не уходите до тех пор, пока не убедитесь, что огонь не разгорится снова. Сообщите в лесничество или пожарную охрану о месте и времени пожара, а также о возможных его причинах. Если именно ваши неосторожные действия привели к возникновению пожара, не пытайтесь скрыть этот факт и убежать, - рано или поздно виновник будет установлен, но сумма возмещения ущерба от несвоевременно потушенного пожара будет неизмеримо больше той, которую вы заплатите, вовремя остановив огонь.

4. Если горит торфяное болото, не пытайтесь сами тушить пожар, обойдите его стороной. Двигайтесь против ветра так, чтобы он не догонял вас с огнем и дымом, не затруднял ориентирование, внимательно осматривайте перед собой дорогу, ощупывайте ее шестом или палкой. Запомните: при горении торфяников горячая земля и идущий из-под нее дым показывают, что пожар ушел под землю, торф выгорает изнутри, образуя пустоты, в которые можно провалиться и сгореть.

*Контрольные вопросы и задания:*

1. Каковы основные правила безопасного поведения при смерче или урагане?

2. Перечислите основные правила поведения при грозе, если человек находится на открытой местности.

3. Каким основным правилам поведения необходимо следовать, оказавшись вблизи зоны лесного пожара?

#### **Экскурсия 4. «Особенности безопасного поведения с дикими животными в естественных условиях»**

**Цель:** сформировать представления об опасных животных и правилах безопасности.

##### *Ход занятия*

*Учитель:* Одним из самых опасных животных, с которым можно повстречаться в наших лесах является медведь.

Бурый медведь – самый крупный хищник тайги, его вес достигает 300 кг. **Медведь** – всеядное животное, питается растительной и животной пищей (плодами, орехами, ягодами, муравьями, животными (охотится даже за лосями)). За лето медведь накапливает толстый слой жира, зиму проводит в берлоге, находясь в спячке, облизывая шпоры на ногах, наросшие за лето. Поэтому и говорят, что зимой медведь лапу сосет. Медведь является объектом любительской охоты. Численность медведя составляет 9,9 тыс. особей.

Что делать, если встретил медведя в лесу, и чего делать нельзя?

Любая прогулка вдали от населенных пунктов – не что иное, как вторжение на чужую (в данном случае, для человека) территорию. Следует всегда помнить, что на ней истинные хозяева – дикие животные, так как она является их ареалом обитания. Медведь – самый опасный и сильный зверь в наших лесах. И уж если он встретился на пути, нужно четко представлять, что можно делать, а чего нельзя, чтобы не спровоцировать его нападение.

Основные правила поведения при обнаружении медведя в лесу

При обнаружении даже на большом расстоянии самого медведя не стоит организовывать в этом месте привал, и уж тем более, разбивать палаточный лагерь. Лучше немного отойти, скорректировать маршрут и выбрать другой участок. То же касается и его многочисленных следов. Не имея опыта, сложно определить, зверь просто прошел или он тут привык охотиться, лакомиться дарами природы и так далее. Возможно, это его тропа или где-то рядом находятся медвежата. Пытаться устроиться по соседству ни к чему хорошему не приведет.

Не приближаться .

Лес – это не собственная квартира. Он полон неожиданностей, поэтому об элементарной предосторожности забывать не следует. Что делать в экстремальных ситуациях Они могут быть самыми разными. Наиболее типичные случаи при встрече с медведем в лесу: зверь заметил человека, смотрит в его сторону, но не меняет своего местоположения; медведь приближается; встреча произошла неожиданно, как для зверя, так и для человека.

Подкрадываться к медведю

Есть такие любители – лучше рассмотреть, сфотографировать, просто полюбоваться, понаблюдать. У косилапого отличное чутье, к тому же он в «своей стихии» (на природе), поэтому любая попытка его обмануть заранее обречена на провал. Он расценит это как подготовку к возможной атаке, и ответит тем же, причем с упреждением.

Спасаться на дереве

В этом случае шансы на спасение практически сводятся к нулю. Несмотря на внешнюю неповоротливость, медведи отличаются не только силой, но и ловкостью и умением лазать по деревьям. Единственный вариант – если ствол достаточно толстый и высокий. В силу своего веса зверь может и не достать до верхних веток. Но сколько в таком положении продержится человек? А медведь выжидать умеет. Поэтому этот способ спасения – крайний случай.

Ходить по лесу в темноте

Даже от палатки далеко удаляться не стоит. Объяснение простое. Медведь – охотник преимущественно ночной, а человек в это время практически не ориентируется. Уж – явное превосходство косолапого. Приближаться к медвежатам Медведица никогда их одних не бросит. Если мать и не видно, это не означает, что она ушла, оставив малышей без присмотра. Ну а чем закончатся любые попытки поиграть с медвежатами, понятно без дополнительных объяснений.

Учитель:

Итак, медведи – большие и опасные. От них лучше держаться подальше. Но есть не менее опасные существа. Это змеи. *Рисунок 2*

Зоологи говорят, что ядовитую змею легко отличить от безвредной по форме головы – у ядовитой она напоминает наконечник копья, а у ужа или полоза голова более круглая.

Но лучше не проверять точность этих наблюдений, а встречая змею, стараться отойти в сторону. Змея обычно делает то же самое. Впрочем, надо знать, что обоняние и зрение у змеи слабое, так что, слишком быстро двигаясь по тропе, на нее можно и наступить.

Наиболее распространенные ядовитые змеи щитомордник восточный и гадюка обыкновенная. Щитомордник предпочитает опушки лесов, поляны, кустарник, каменистые склоны гор, россыпи скал, отдельные разбросанные валуны. Гадюка обыкновенная встречается в смешанных лесах с высоким травостоем, кустарником, полянами, в не топких болотах, зарастающих гарях, возле заросших озер, по берегам рек, ручьев. Живет под валунами и стволами деревьев, в пустотах между камнями, гнилых пнях, копнах сена. Весной гадюки предпочитают хорошо прогреваемые места – упавшие деревья, кучи хвороста, южные склоны оврагов.

Чтобы реже встречаться со змеями, нужно знать их любимые места.

Укусить она может только когда на нее наступили или задела рукой. Но змея нападает, если преградить ей дорогу. Змеи редко нападают без

предупреждения. Щитомордник, угрожая, мелко трясет кончиком хвоста. Гадюка в угрозе броска свертывается «тарелочкой», зигзагообразно выгибает переднюю часть тела, сильно шипит.

Заметив змею или услышав предупреждающее шипение, надо замереть, дать ей возможность уйти. От змеи, принявшей позу угрозы надо уходить, медленно отступая назад, избегая резких движений. Очень важно сохранять спокойствие в действиях и жестах.

Если змея укусила, нужно хотя бы часть яда постараться выдавить с кровью или отсосать ртом. Ранку необходимо продезинфицировать, наложить стерильную повязку, которую по мере развития отека периодически ослаблять, чтобы она не врезалась в мягкие ткани. Пострадавшему надо давать больше пить.

Кроме этого, в лесу также высока вероятность столкновения с кровососущими насекомыми, наиболее опасными среди которых являются клещи. Эти насекомые не умеют передвигаться на большие расстояния и, как правило, селятся ближе к земле – на нижних ветках кустарника или в высокой траве. Как только мимо проходит человек, они цепляются за кожу или одежду и, быстро перемещаясь по телу, ищут подходящее место для укуса. Обычно клещи избирают нежные участки: локтевые и коленные сгибы, шею, область за ушами, затылок.

Каждый клещ – потенциальный переносчик сразу нескольких инфекций. Среди них такие опасные, как: клещевой энцефалит, боррелиоз, Крымская геморрагическая лихорадка.

Симптомы клещевого энцефалита: резкий подъем температуры, озноб, головная боль, тошнота и рвота. Затем развиваются поражения нервной системы – параличи, атрофия мышц – и нарушения дыхания и работы сердца. Существует опасность летального исхода. Первые симптомы обычно проявляются через 7–14 дней после укуса, но иногда инкубационный период бывает более коротким или длинным.

Симптомы боррелиоза (болезнь Лайма): покраснение, которое появляется на месте укуса, обычно спустя неделю после встречи с инфицированным паразитом. Иногда кожные проявления болезни сопровождаются лихорадкой, ломотой в теле, тошнотой, головной болью. Часто спустя 3–4 недели эти симптомы проходят без всякого лечения, однако это не значит, что наступило выздоровление. Боррелиоз переходит в хроническую форму и проявляет себя поражениями суставов, нервной системы и других органов.

Симптомы лихорадки начинаются спустя 1–14 дней после укуса клеща с резкого подъема температуры, рвоты, сильнейшего озноба. Через 2–4 дня появляются кровоизлияния на коже и слизистых оболочках в виде сыпи, пятен, гематом. Возможны внутренние кровотечения, боли в животе, нарушения работы печени, желтуха. Обычно болезнь длится 10–12 дней, но переболевшие геморрагической лихорадкой остаются истощенными в течение 1–2 месяцев. Вероятность летального исхода высокая.

Помимо этих инфекций, существуют и другие болезни, переносчиками которых служат клещи. Нередки случаи микст-инфицирования, когда клещ передает человеку сразу несколько заболеваний при одном укусе.

Существует несколько способов обезопасить себя от инфекций укуса клеща, однако эффективность этих средств неодинакова.

Прививка против клещевого энцефалита. Вакцинацию необходимо проводить заблаговременно, за несколько месяцев до начала клещевого сезона. Прививка имеет ряд противопоказаний, например, ее нельзя делать малышам до двух лет, а детей постарше можно прививать только в том случае, если в течение месяца до процедуры они были абсолютно здоровы. Вакцина защищает только от клещевого энцефалита, против других инфекций она бессильна.

Использование отпугивающих аэрозолей против клещей. Однако их применение не всегда является безопасным, поскольку отравляющие клещей аэрозоли токсичны, обладают коротким сроком действия, теряют

эффективность при влажной и ветреной погоде, могут вызывать аллергические реакции.

Используйте специальную традиционную противоклещевую одежду. Такая одежда затрудняет проникновение клеща к телу, но не обезвреживает паразита, поэтому вероятность укуса остается высокой.

Для предотвращения укуса насекомого используйте противоклещевой костюм нового поколения. В костюме применена уникальная технология ловушек: тканевые складки особого кроя задерживают клещей на участках костюма, обработанных особым препаратом, безопасным для человека, но быстро отравляющим паразита.

В среднем через 4 минуты после попадания в зону ловушки клещ теряет активность, отпадает от костюма и погибает. Таким образом, исключен риск принести паразита на одежду в машину или помещение.

При прогулке не лежите в траве, обходите участки с высокой травой и кустарники.

Надевайте одежду с длинными рукавами, плотно прилегающими к запястью, и лучше – светлую, на которой легче заметить клеща. Брюки заправляйте в сапоги, на голову – платок или шапку.

Давайте теперь все же рассмотрим ситуацию, когда все наши профилактические действия не помогли. Что же нужно сделать, если вы обнаружили на своей одежде, коже клеща? Или если вы обнаружили присосавшегося клеща? Если вы обнаружили присосавшегося клеща, самое первое и главное – сразу сказать об укусе взрослым.

Нельзя выдергивать присосавшегося клеща. Его тело просто порвется, а челюсти останутся в коже, и вынуть их будет очень трудно. Но все же важно быстро извлечь клеща из кожи, т.к. через некоторое время в кровь начнут проникать и вирусы, которые живут у клеща в желудочно-кишечном тракте (например, баррелиоз (болезнь Лайма)), а они не менее опасны для здоровья и жизни человека. При возможности необходимо поехать в ближайшую больницу, поскольку лучше, чтобы клеща удалял врач.

1 В случае, когда нет возможности быстро добраться до ближайшей больницы, нужно организовать самостоятельное удаление клеща. Первый способ - Удаление клеща нитью. Метод простой, но требующий немало ловкости и терпения. Будет полезен при извлечении крупных особей. Чтобы процедура прошла успешно, рекомендуется выполнить следующие действия:

1. Взять длинную и прочную нить
2. Завязать петлю на границе кожи и тела паразита и осторожно затянуть ее.
3. Вращательными, покачивающими и потягивающими движениями против часовой стрелки медленно извлечь клеща.

Второй способ - извлечение клеща при помощи пинцета. С помощью пинцета можно удалить кровососа любого размера. Основные манипуляции при этом сходны с вариантом вытягивания нитью. Пинцет лучше использовать с плоскими краями, захватив им паразита у самого основания. Затем осторожными вращательными движениями извлечь клеща и продезинфицировать ранку.

*Контрольные вопросы и задания:*

1. Каковы основные правила безопасного поведения при встрече медведя в лесу?
2. Если вы вдруг встретили в лесу змею, как следует себя вести?
3. Перечислите основные профилактические мероприятия, позволяющие избежать укуса клеща.
4. Перечислите основные действия и необходимые меры, в случае обнаружения укуса клеща.

*Подведение итогов занятий.* Опрос по способам безопасности при встрече с животными леса.

**Занятие 5. «Особенности безопасного поведения с ядовитыми растениями и грибами»**

**Цель:** информирование детей о профилактике отравление грибами и растениями.

Задачи:

- 1) Закрепить и расширить знание детей о грибах и растениях
- 2) Развивать практические навыки детей по оказанию медицинской помощи при отравлении грибами и растениями.

Около 25 видов ядовитых грибов растут в лесах нашей местности. Они опасны тем, что часто очень похожи на съедобные грибы. Не зная их отличительных признаков, можно сорвать ядовитый гриб.

**Мухомор красный.** Является самым ярким представителем рода шляпочных. Гриб мухомор красный очень ядовитый, обладает галлюциногенным действием. Растёт по всей территории России. Особенно любит хвойные, лиственные, смешанные леса и березняки. Произрастает как группами, так и одиночно. Шляпка мухомора красного у молодых грибов шаровидная, по мере созревания становится выпуклой, у зрелых плосковыпуклая с полосатым краем. В размерах может достигать от 10 до 20 см в диаметре. Окрас шляпки ярко-красный или оранжево – красный, вся её поверхность покрыта белыми или слегка желтоватыми бородавками. Мякоть белая, под кожицей немного желтоватая, мягкая и не имеет запаха. Пластинки белые, широкие и свободные, у совсем старых грибов желтоватые и частые. Споры бесцветные, имеют эллиптическую форму. Ножка молодых грибов белая и плотная, по мере созревания становится полой, голой, с белым или желтоватым кольцом. Форма ножки цилиндрическая. Мухомор красный знаком многим ещё с детства, его невозможно спутать ни с каким из съедобных грибов. Поэтому случаи отравления этим грибом очень редки. Чаще всего опасность подстерегает детей, которых привлекает необычный внешний вид грибов Мухомор красный. Является самым ярким представителем рода шляпочных.

**Мухомор красный.** Является самым ярким представителем рода шляпочных. Гриб мухомор красный очень ядовитый, обладает

галлюциногенным действием. Растёт по всей территории России. Особенно любит хвойные, лиственные, смешанные леса и березняки. Произрастает как группами, так и одиночно. Шляпка мухомора красного у молодых грибов шаровидная, по мере созревания становится выпуклой, у зрелых плосковыпуклая с полосатым краем. В размерах может достигать от 10 до 20 см в диаметре. Окрас шляпки ярко-красный или оранжево – красный, вся её поверхность покрыта белыми или слегка желтоватыми бородавками. Мякоть белая, под кожицей немного желтоватая, мягкая и не имеет запаха. Пластинки белые, широкие и свободные, у совсем старых грибов желтоватые и частые. Споры бесцветные, имеют эллиптическую форму. Ножка молодых грибов белая и плотная, по мере созревания становится полой, голой, с белым или желтоватым кольцом. Форма ножки цилиндрическая. Мухомор красный знаком многим ещё с детства, его невозможно спутать ни с каким из съедобных грибов. Поэтому случаи отравления этим грибом очень редки. Чаще всего опасность подстерегает детей, которых привлекает необычный внешний вид грибов.

### **Бледная поганка.**



Этот гриб считается самым опасным ядовитым грибом. Она относится к роду мухоморов. Никакой кулинарной обработкой нельзя удалить токсины бледной поганки. Опасность этих токсинов заключается в том, что они необратимо и незаметно для человека поражают внутренние органы в течение 2-х суток. Достаточно съесть  $\frac{1}{4}$  часть шляпки бледной поганки, чтобы отравление оказалось летальным. Самым распространённым местом произрастания бледной поганки является широколиственные леса – дубравы,

березняк. Но иногда её можно встретить и в хвойных лесах. Растёт всегда группами, очень редко поодиночке. Обильно растёт в южной стороне леса. Окрас шляпки белый, светло – зелёный, желтовато – буро – оливковый, в центре с шелковистым блеском и более тёмный. В диаметре достигает 7 – 11 см. У молодых грибов форма шляпки колокольчатая, у зрелых – плосковыпуклая. В сырую погоду шляпка слизистая, редко с белыми хлопьями. Ножка ровная, белая, иногда с жёлтым оттенком. Посредине ножки имеется белое, полосатое, плёнчатое кольцо. Пластинки имеют белый окрас, часто и свободно расположены.

**Лисичка ложная или говорушка оранжевая.** Некоторые исследователи относят лисичку ложную к слабо ядовитым грибам, некоторые к несъедобным. Но всё же из-за содержания в ней ядовитых токсинов её правильно считать ядовитой. Лисичка ложная любит расти по соседству с лисичкой настоящей. Имеет очень широкое распространение. Растёт в хвойных и лиственных лесах. Период плодоношения длится с июля по октябрь. Произрастает семьями, очень редко можно встретить одну. Шляпка лисички ложной округло – воронковидной формы с ровным краем. Цвет шляпки очень яркий – от красновато – оранжевого до медно – красного. Пластинки нисходящие по ножке, по форме извилистые, имеют ярко-красный цвет. Ножка к основанию сужается, вырастает до 10см в длину и до 10мм в ширину. Мякоть гриба упругая, твёрдая, деревянистая. Споры по цвету белые.

**Опёнок ложный серно- жёлтый.** Относительно опёнка ложного у исследователей – микологов нет однозначного мнения. Некоторые относят этот гриб к категории несъедобных, из-за присущего ему горького вкуса, некоторые считают его слабо ядовитыми, а некоторые причисляют его к группе ядовитых грибов, т.к. после его употребления в пищу наблюдаются все симптомы отравления. Растёт гриб во всех типах лесов на загнивающей древесине как хвойных, так и лиственных пород. Любимое место – пни и место рядом с ними. Встречаются большими группами. Форма шляпки по

мере созревания опёнка ложного серно – жёлтого меняется от выпуклой (в молодом возрасте) до распростёртой (в зрелом возрасте). По центру шляпка имеет более тёмные оттенки цветов – жёлто – бурые или красновато – бурые, по краю – светлые, желтоватые. Вырастает до размеров от 2 до 5 см в диаметре.

**Сатанинский гриб.** Сатанинский гриб встречается чаще всего в Забайкалье. Шляпка сероватая или зеленоватая. Мякоть белая, сладкая. При надломе сначала краснеет, а потом синееет. Ножка у гриба вздутая с красным сетчатым узором. Этот гриб похож на боровик и очень ядовит.

**Желчный гриб.** Растёт ложный белый гриб (желчный) в хвойных и иногда в лиственных лесах на песчаной почве, семьями и одиночно. Редко встречается на обросших мхом, гнилых пнях и на основании стволов деревьев. Период плодоношения длится с июля по сентябрь. Имеет другие названия, такие как: желчный гриб, горчак. Гриб относится к категории несъедобных грибов, т.к. имеет очень горький вкус. Шляпка подушковидной выпуклой формы, у молодых грибов немного опущенная, у зрелых – гладкая. По цвету жёлто – коричневая, серо – охряная или коричневая. Вырастает до 4 – 10см в диаметре. Ножка ложного белого гриба булавовидной формы, расширенная книзу. По цвету желтовато – охряная, внизу более тёмная. Вырастает до 3-7см в длину и до 1-3см в ширину.

*Продолжение работы. Работа в группах.*

- Немного отдохнули. А сейчас вам предстоит отправиться в научную лабораторию и стать учёными - исследователями.

- Внимательно прочитайте предложенные вам тексты, рассмотрите рисунки, работая в группах, найдите и отметьте отличия между похожими съедобными и ядовитыми грибами. Сделайте вывод.

Гриб	Шляпка снизу	Ножка	На срезе мякоть	Съедобность
<b>1 группа</b>				
Белый гриб				
Желчный гриб				

<b>2 группа</b>				
Белый гриб				
Сатанинский гриб				
<b>3 группа</b>				
Шампиньон				
Бледная поганка				

Проверка.

Грибы-двойники.

Гриб	Шляпка снизу	Ножка	На срезе мякоть	Съедобность
<b>1 группа</b>				
<i>Белый гриб</i>	Белая или желтоватая	Рисунок в виде белой сеточки.	Белая.	Съедобный
<i>Желчный гриб</i>	Розовая.	Рисунок в виде черной сеточки.	Розовеет	Несъедобный, очень горький!
<b>2 группа</b>				
<i>Белый гриб</i>	Белая или желтоватая	Рисунок в виде белой сеточки.	Белая.	Съедобный
<i>Сатанин- ский гриб</i>	Серовато- зеленоватая. Под шляпкой розоватая.	Клубневидная с красным сетчатым рисунком.	Краснеет и синееет.	Ядовитый.
<b>3 группа</b>				
<i>Шампин- ьон</i>	Пластинки розовые или фиолетовые	Нет мешочка у корня.		Съедобный
<i>Бледная поганка</i>	С зеленоватым оттенком. Пластинки	Пленочное кольцо под шляпкой «воротничок». Клубневидное	С неприятны м запахом.	Смертельно ядовитый.

	под шляпкой белые.	утолщение мешочком.	с		
--	-----------------------	------------------------	---	--	--

Вывод: многие съедобные грибы имеют несъедобных двойников.

Нужно уметь их различать!

- Ребята, ну, а если всё же случилась беда. Вы отравились грибами. Что делать?

Первая помощь при отравлениях грибами.

- Слушайте внимательно и запоминайте!

- При всяком грибном отравлении, даже лёгком, необходимо немедленно вызвать «скорую помощь» по телефону 03;

- Промыть желудок и дать больному выпить подряд 5-6 стаканов воды. Затем вызвать рвоту 3-5 раз, для этого можно дать больному соленой воды;

- уложить больного в постель и приложить теплые грелки к рукам и ногам;

- непрерывно давать ему теплое питье, а при резкой слабости – крепкий чай;

- Остатки грибов, вызвавшие отравление, сохранить до прихода врача для исследования в лаборатории.

Рассмотрим наиболее распространенные виды ядовитых растений, встречающихся в нашей местности.

### **Вороний глаз.**

*(крест трава)*

Это что за чёрный глаз

Смотрит из травы на нас?

Удивительное дело - Вот он, глаз, а где же тело?

**Вороний глаз** встречается поодиночке, иногда редкими группами во влажных тенистых лиственных лесах европейской части России, Сибири. Цветёт в мае-июне, плодоносит с конца июля.

Ядовиты все части растения, особенно опасны плоды. Ядовитые вещества оказывают сильное раздражающее действие на слизистую ткань желудка и кишечника.

**Признаки отравления:** головная боль, тошнота, рвота, боли в животе, понос, сильно расширенные зрачки.

Отравление приводит к нарушению ритма работы сердца вплоть до его остановки. Опасность отравления представляют яркие, очень необычные ягоды. К счастью растение не образует больших зарослей, поэтому пострадавшие не успевают съесть много ягод, и отравление в основном заканчивается выздоровлением.

#### **Волчье лыко.**

Ягоды бешеные

На кусту развешанные,

Зовут к себе, краснеют,

Да взять никто не смеет.

Такая красная,

Но очень опасная.

#### **Признаки отравления:**

Всё растение, особенно плоды и кора, очень ядовито. Для смертельного отравления взрослого человека достаточно 10-20 плодов. У пострадавшего возникает жжение во рту, ему становится трудно глотать, появляется сильная боль под ложечкой. Слюнотечение, рвота, понос, судороги, головокружение, общая слабость. Отравление даже при своевременно начатом лечении часто кончается смертью.

Последнее время опасность отравления плодами этого растения возросла из-за увлечения облепихой, на которое похоже волчье лыко. Надо знать, что плоды волчьего лыка всегда расположены только на безлистных частях веток и отличаются красным цветом.

Опасно срывать цветущие ветки волчьего лыка для букета, сок растения очень ядовит, оказывает сильное раздражающее действие на кожу,

особенно опасен при попадании в глаза и рот, так как вызывает образование язв на слизистой оболочке.

**Ландыш майский.**

Красотою, как магнит,

Манит всех прохожих.

Ландыш очень ядовит,

Будь с ним осторожен.



### **Признаки отравления.**

Всё растение ядовито. В нём содержатся вещества, оказывающие сильное влияние на деятельность сердца и органы пищеварения. При лёгком отравлении у пострадавшего пульс становится очень редким, с долгими паузами. При тяжёлом отравлении появляется боль под ложечкой. Тошнота, рвота. Понос, нарушение координации движений, замедленный пульс сменяется очень частым. Давление повышается, затем резко падает. Общая слабость сменяется полуобмороком. Смерть наступает от нарушения деятельности сердца.

### **Болиголов пятнистый.**

Болиголов **смертельно ядовит** и в то же время болиголов одно из уникальнейших лекарств нашего мира.

Вышли дети на поляну,  
Там высокий рос укроп.  
Ты не тронь его руками –  
Это страшный ... (болиголов)

### **Признаки отравления:**

При отравлении возникает тошнота, рвота, усиление слюнотечения. Человек теряет чувствительность и наступает паралич, начиная с ног.

Причина смерти – остановка дыхания.

Возможность отравления этим растением связано с тем, что корень похож на петрушку, хрен. Молодая зелень болиголова похожа на съедобную зелень. Иногда его плоды путают с плодами тмина.

*Первая помощь при отравлении ядовитыми растениями.*

При подозрении на случайное употребление ядовитого растения, надо немедленно, не дожидаясь признаков отравления:

1. Вызвать скорую помощь,
2. Выпить 4-5 стаканов тёплой воды (вместо воды хорошо использовать 1% раствор перманганата калия (марганцовки), детям из расчёта полстакана на каждый год жизни.

3. Вызвать рвоту (надавить на корень языка чайной ложкой или пальцем, если человек находится в бессознательном состоянии, рвоту вызывать нельзя).

4. Принять вещества, препятствующие всасыванию яда в кровь: несколько таблеток активированного угля, два-три яичных белка, размешанных в стакане воды, молоко.

5. После контакта с растениями, вызывающими ожоги, поражённые участки кожи надо обмывать водой с мылом, образовавшиеся пузыри протереть одеколоном или спиртом, наложить чистую повязку.

**Итог занятия:** не берите в руки или рот незнакомое растение.

Ядовитые растения приносят пользу. Нужно просто уметь их использовать.

*Подведение итогов.*

- Что узнали нового?

- Где пригодятся вам эти знания?

*Контрольные вопросы и задания:*

1. Перечислите основные виды ядовитых грибов и растений, встречающихся в лесах нашего региона.

2. Какие основные меры необходимо предпринять при отравлении человека грибами и ядовитыми растениями?