**Классные часы по программе «Безопасное поведение»**

**«Безопасность на природе»**

**для 5-7 классов**

Тема безопасности большая и важная тема, если мы готовим детей к длительному пребыванию на природе. Для безопасности детей нужно охватить большой круг тем, поэтому можно провести не одно, а несколько занятий по вопросу безопасном поведении на природе.

**Цель:** 1. Информировать об основных опасностях отдыха на природе, профилактике укусов и отравлений, тепловых и солнечных ударов, солнечных ожогов кожи.

2. Формирование убеждений в необходимости соблюдения мер безопасности при отдыхе в лесу.

3. Обучение распознанию опасных организмов и способов профилактики поражений.

4. Воспитание экологической культуры, культуры поведения на природе.

**Ход занятия:**

**Этап мотивации:**

Осуществляется путем формулировки вопроса по теме таким образом, чтобы участники беседы ответили на него утвердительно.

- Хотите ли вы знать правила безопасного поведения на природе?

- Хотите ли вы научиться безопасно отдыхать в лесу?

**Вводная беседа.**

Занятие начинаем с выяснения, а какие опасности отдыха на природе известны детям:

- Какие опасности могут подстерегать вас во время отдыха на природе, например, в лесу?

Дети высказывают свои предположения, учитель организует обсуждение вопроса и записывает результаты на доске.

*Виды опасностей:*

1. Ядовитые растения.
2. Укусы насекомых, в том числе клещей.
3. Укусы животных, в том числе змей.
4. Встречи с крупными млекопитающими, например, медведем, лосем.
5. Встречи с животными, зараженными бешенством.
6. Тепловой и солнечный удары.
7. Солнечные ожоги.

Исходя из выделенных опасностей, организуются три занятия.

**Занятие 1. Ядовитые растения.**

**Этап 1: Оценка информированности учащихся по обсуждаемой теме.**

Выясняем, что знают дети о ядовитых растениях своей природной зоны. Для этого разделяем детей на группы по 4-6 человек и даем всем группам одинаковое задание.

*Задание группам:*

Какие ядовитые растения края вам известны и какие части растения являются ядовитыми? Занесите ответы в таблицу.

Для четкой организации работы группам раздаются заготовленные таблицы из двух граф: «Название ядовитого растения» и «Какие части растения являются ядовитыми». Группы работают в течение 3-5 минут, затем каждая группа рассказывает о результатах своей работы, а учитель записывает данные в аналогичную таблицу на доске, причем не следует исправлять ошибки, если они встречаются. Можно отметить наиболее плодотворно поработавшую группу, присвоить ей звание «Знатоков родной природы».

Таким образом, в результате обсуждения мы будем иметь список ядовитых растений с указанием его наиболее ядовитых органов.

**Этап 2: Сообщение учащимся новой, ранее не известной им информации.**

На этом этапе занятия учитель знакомит детей с научными данными о ядовитых растениях места проживания. Здесь дается описание ядовитой флоры средней полосы России. Рассказ учителя обязательно должен сопровождаться электронной презентацией с фотографиями этих растений (их легко найти в Интернете).

**Ядовитые растения**

***Белена***. Весьма опасное ядовитое растение. В народе ее называют «бешеная трава» за то, что при отравлении ею у человека проявляются симптомы близкие к бешенству.Произрастает на пустырях, вдоль дорог, на заброшенных полях. Все растение покрыто мягкими, клейкими волосками, издает специфический неприятный запах. Отравляются беленой чаще всего дети, которые принимают желтовато-серые или черные семена белены, расположенные в плодовых коробочках в виде миниатюрных кувшинчиков с крышечкой за семена мака. Достаточно съесть несколько семян белены, как наступает отравление. Первые признаки отравления беленой появляются через 30—60 минут: лицо и шея краснеют, начинается слюнотечение, возникает тошнота и рвота. Пострадавшего надо немедленно доставить в больницу.

***Волчье лыко.*** Это небольшой, до одного метра высотой, маловетвистый кустарник с серой корой, произрастающий в хвойных или смешанных тенистых лесах. Ранней весной он цветет розовыми цветами, которые пучками выходят прямо из коры веточек. Позднее вдоль стебля созревают ярко-красные блестящие плоды – костянки, похожие на ягоды, отравление которыми может быть смертельным. Сок его коры вызывает нарывы на коже, а попав в пищевод или кровь, вызывает общее отравление организма.Цветет в апреле и начале мая. Наибольшим отравляющим действием обладает кора и ягоды (плоды). Влажная кора может вызвать ожоги. Съеденные ягоды вызывают жжение во рту, отек слизистой ротовой полости и гортани. При этом может наступить удушье.

***Вороний глаз.*** Это растение с розеткой из четырех продолговатых листьев, а посредине их — зеленый с желтым цветок. Позднее в этом месте образуется крупная черно-сизая ягода. Ядовито все растение, особенно ягоды и корневище. Отравление чаще всего возникает от плодов (ягод), которые дети принимают за чернику, голубику. Яд действует на нервную систему и сердце. Отравление характеризуется появлением болей в животе, тошноты, рвоты, поноса. При отсутствии помощи возможна смерть в результате поражения сердечно-сосудистой системы.

***Лютики*** (куриная слепота). Это очень обычная трава с ярко-желтыми цветами и рассеченными листьями. Растут лютики во всевозможных местах: на влажных лугах, по кромкам болот, озер в заболоченных низинах.  
Сок их содержит ядовитое вещество, вызывающее сильное раздражающее действие на кожу и слизистые. При соприкосновении вызывает воспаление кожи с образованием пузырей, могут возникнуть язвы. Слово лютик произошло от слова «лютый» (по Далю - свирепый, неукротимый, жестокий; злой, безмерно злобный, злодейский; мучительный, невыносимый, не в меру тяжкий).

***Цикута (вех ядовитый).*** Крупная болотная трава из семейства зонтичных, известна еще как «объедная трава», от которой нередко гибнут коровы и овцы. Похожа на огородные растения - петрушку, укроп и др. Корневище цикуты похоже на небольшую брюкву величиной до кулака, сладковатое на вкус. Корневище цикуты иногда ошибочно принимают за репу, оно и по вкусу напоминает брюкву или редьку. Растение имеет приятный морковный запах, который появляется при растирании любой его части. Опасность в том, что цикута маскируется под другие зонтичные растения и неопытный глаз не сразу отличит — те же мелко рассеченные на длинные остроконечные дольки листья, те же белые мелкие цветы, собранные в достаточно крупные — до 20 см диаметром — зонтики или пучки. Стебель высокий, ветвистый. Безошибочный признак ее определения таков: разрежьте ее корневище вдоль. У цикуты, в отличие от других зонтичных, есть внутри поперечные камеры-пустоты, иногда заполненные желтым соком. Ни у одного другого зонтичного растения таких пустот нет. Даже небольшое количество корневища этого растения смертельно для человека. Произрастает на влажных местах, вдоль рек и озер, в кустарниках. Все части растения ядовиты. Отравление наступает чаще, если поесть корневище: 100-200 г корневища достаточно, чтобы убить корову, а 50-100 г убивают овцу. Если съесть такой корень, то быстро развивается тяжелое состояние: боли в желудке, слюнотечение, головокружение, позывы к рвоте, судороги, потеря сознания. Смерть может наступить в ближайшие 1-2 часа после появления первых признаков отравления. Отравления наступали также у детей, которые вырезали дудки из стебля и брали их в рот. В Древней Греции цикуту использовали как официальный яд, которым отравляли осуждённых на смертную казнь (например, так был казнён Сократ).

**Дурман обыкновенный** . Дурман - растение пустырей. Отравление наступает от съеденных семян и вдыхания запаха цветущего растения. Цветение белыми «граммофончиками» с середины июня по сентябрь. Плод - коробочка шаровидной формы, покрыта шипами, появляется в июле-августе. Созревшая коробочка открывается четырьмя створками, внутри которой находятся почковидные черные семена. Дурман, как и белена, любит влажные, хорошо удобренные почвы, Растет на огородах, сорных местах, пустырях. Ядовиты все части растения, особенно семена. Растение имеет неприятный запах и горько-соленый вкус. Часто оно растет рядом с жильем человека, а дети используют плоды в своих играх в качестве «гранат». Признаки отравления беленой черной, дурманом обыкновенным, белладонной однотипны: расширение зрачков с потерей реакции на свет, сухость слизистых. Чем сильнее ребенок разжевывал растение, тем сильнее покраснение слизистых рта и зева.

**Паслен сладко-горький**. **Паслен черный.** Отравление наступает от съеденных плодов растения, имеющих форму шаровидных ягод черного или красного цвета, сладковато-горького вкуса.

**Борец** , **аконит**(башмачки). Аконит (волчья смерть, волчий корень, железный шлем, царь-зелье) — многолетнее растение из семейства лютиковых высотой до метра. Обращает на себя внимание синими цветками. Произрастает повсеместно: в лесу, оврагах, на берегах рек, в парках, выращивается в садах и на огородах как декоративное растение. Цветет в июне — июле. Все части растения, особенно подземные, очень ядовиты. Отравление чаще всего наступает весной от употребления клубней. Картина отравления выражается в поносе, рвоте, тошноте, нарастающей слабости, поражении сердечной и дыхательной деятельности, падении артериального давления. Ядовитые свойства аконита известны с глубокой древности. Плутарх упоминает о том, что в армии Марка Антония воины стали употреблять в пищу зелень и различные корни растений. Съевший клубни аконита легионер «терял память и был занят тем, что переворачивал каждый камень на пути, который он встречал, будто бы он искал что-то очень важное». Все отравившиеся легионеры погибали.

**Болиголов** . Болиголов растение из семейства зонтичных. Произрастает на лугах, вдоль дорог, заборов, на пустырях, огородах, свалках. Отравление наступает, если поесть стебель. При растирании этого растения руками, оно издает характерный мышиный запах. Отравление схоже с картиной отравления никотином. Симптомы - тошнота, расширение зрачков, нарушение глотания, небольшие судороги, птоз (паралич мышц, поднимающих веки), сознание ясное. Растение приметно: тонкий зеленый стебель высотой до 2 м, полый внутри. Цветки белые, собранные в зонтики. Попадая в заросли болиголова, ощущаешь неприятный мышиный запах, который особенно усиливается после дождя в связи с интенсивным испарением. Длительное пребывание в зарослях болиголова вызывает головную боль и даже тошноту. Все части растения ядовиты. Известны случаи отравления болиголовом, когда мясистые молодые побеги его употребляли в пищу, принимая за петрушку. Из полых стеблей часто делают свистульки, что тоже не безопасно. 

**Багульник обыкновенный** . Растение болот. Опасен во время цветения (май-июль). В этот период наземные части растения выделяют вещества, обладающие раздражающим действием на центральную нервную систему; всасывается через кожу. Багульник может вызвать отравление при соприкосновении с кожей и слизистыми, при вдыхании запаха. Эфирное масло багульника конденсируется на поверхности черники, голубики, растущих под кустом или поблизости. Их ягоды тоже становятся ядовитыми.

**Борщевик** . Сорное растение. Встречается на пустырях, около дорог, на лугах и лесных опушках. Отравление и ожоги возникают при соприкосновении со стеблями, листьями, при попадании сока растения на кожу. Борщевик Сосновского - гигантский многолетник, достигающий в высоту двух метров. В парках и садах выращивается как декоративное растение, несколько десятков лет назад широко культивировался и как кормовое на силос скоту. С тех пор стремительно распространился и превратился в злостный сорняк. Даже прикосновение к нему надолго оставит о себе неприятную память - сильный ожог и темнеющие впоследствии, долго не проходящие пятна. Действие сока проявляется под воздействием солнечных лучей, в пасмурную погоду поражение может и не наблюдаться, под действием солнца возникают сильнейшие ожоги. Обжигает даже через одежду, раны очень долго не заживают.

**Ландыш майский** . Распространенное многолетнее растение. Имеет плод - ярко-красную ягоду. Отравление вызывают съеденные ягоды. При этом возникает головная боль, шум в ушах, головокружение, холодный пот, тошнота, понос, редкий аритмичный пульс. Зрачки сужены, возможны судороги.

**Бузина красная** . Кустарник или небольшое деревцо. Цветки белые, собраны в щитковидные соцветия, плоды красного цвета ягоды, мякоть плода темно-красная с морщинистыми косточками. Кустарник встречается как дикорастущий и как декоративный. Отравление вызывают съеденные ягоды. Возникает рвота, понос; в тяжелых случаях может наблюдаться картина, характерная при отравлении синильной кислотой.

**Доврачебная помощь при отравлениях**:

При попадании яда внутрь, нужно вызвать рвоту, промыть желудок водой или раствором марганцовокислого калия, ввести активированный уголь, дать солевое слабительное, доставить пострадавшего в стационар.

При поражении кожи и слизистых оболочек их следует обмыть теплой водой, смазать спиртовым метиленовым раствором, нанести мази, содержащие анестезин и преднизолон, внутрь дать димедрол.

**Как определить - ядовитое ли растение - если совсем о нем ничего не знаешь?**    Вот несколько признаков, по которым можно понять, каких растений следует остерегаться:   
  Растения с млечным соком чаще всего ядовиты.

Ядовитыми могут оказаться растения с резким, едким запахом, хотя у ядовитых растений запах может быть и приятным.

Яркая окраска растения может быть знаком животным «Ядовито!»

Часто семена и косточки плодов содержат ядовитые вещества.

Если съедобна одна часть растения, это не значит, что съедобно все растение, другие его части могут быть ядовиты (Как, например, ягоды картофеля).

**Этап 3: Формирование и развитие навыка, отношения. Убеждения в ходе группового обсуждения или дискуссии (кооперативное обучение).**

Теперь следует закрепить полученные знания. Для этого предлагаем группам (желательно поменять их состав) еще раз проделать работу с таблицей уже с учетом вновь полученных знаний. При этом все ошибки и неточности должны быть исправлены, а таблица должна получиться по возможности более полной. Можно устроить соревнование между группами: кто более полно и точно заполнит таблицу.

Также можно предложить учащимся оценить исходный уровень осведомленности по обсуждаемому вопросу.

При обсуждении результатов работы учитель или кто-то из учеников, вносит исправления и дополнения в таблицу на доске. При заполнении общей таблицы учитель вновь показывает фотографии растений, чтобы дети могли запомнить, как они выглядят. Лучшую группу опять можно отметить. После подведения итогов общую таблицу следует убрать так же как рабочие таблицы групп.

**Этап 4:** **Применение навыка на практике, приобретение опыта.**

На завершающем этапе опять изменяем состав групп и предлагаем группам новое задание.

*Задание для групп.*

- Сейчас я раздам вам конверты, в которых находятся фотографии ядовитых растений о которых мы с вами сегодня говорили и отдельно краткие описания их ядовитых свойств, того вреда, который они могут принести организму человека. Вам нужно определить, какое описание к какому растению относится и вспомнить название растения. Победит та группа, которая сделает это быстрее и с меньшим количеством ошибок. У вас на столах вы найдете новые основы-таблицы с которыми и будете работать. Вы должны прикрепить к таблице – основе материалы в следующем порядке:

1. Название растения.

2. Фотография растения.

3. Описание особенностей растения и способов отравления им.

После того, как работа будет выполнена, она вывешивается на доску.

Группы получают конверты и выполняют задание. Его можно усложнить, не вкладывая в конверты карточек с названиями растений. Листы с выполненными заданиями вывешиваются на доске и подводятся итоги соревнования. В ходе обсуждения и проверки учащимся опять демонстрируется презентация для запоминания внешнего вида ядовитых растений. Работы без ошибок для лучшего усвоения информации можно оставить на несколько дней в классе или вывесить в общую рекреацию. А потом подарить начальной школе.

**Рефлексия:**

- Что нового вы узнали о ядовитых растениях?

- Что нового вы узнали о способах защиты от отравления?

- Как вы оцениваете свой уровень осведомленности по этому вопросу?

**Занятие 2. Укусы животных.**

**Этап 1: Оценка информированности учащихся по обсуждаемой теме.**

На данном занятии обсуждаются вопросы безопасности при контакте с животными леса. Поэтому вначале учитель спрашивает детей, какие животные леса могут представлять опасность и что это за опасность. В беседе дети называют опасных пауков (клещи), пресмыкающихся (змеи) и крупных млекопитающих. Важно, чтобы дети осознали уже на этом этапе работы, что большинство животных опасны не сами по себе, а как переносчики заболеваний.

Затем учитель распределяет детей на группы методом случайного выбора и распределяет задания.

*Задания группам:*

1. Что вы знаете о таежных клещах и об опасности, которую они несут нам?
2. Какие ядовитые змеи обитают в нашей местности и как их опознать?
3. Какие лесные звери (млекопитающие) и почему могут быть опасны?

На работу группам отводится 3-5 минут. Обобщенную информацию дети кратко записывают на половинах листа ватмана и вывешивают листы на доске во время обсуждения работы. Во время обсуждения, учащиеся из других групп могут вносить свои дополнения, и секретари групп делают соответствующие дополнительные записи на своих листах.

**Этап 2: Сообщение учащимся новой, ранее не известной им информации.**

После обсуждения детских работ, учитель предлагает расширенную информацию об этих опасных животных. Так как большая часть походов со школьниками совершается в конце весны - начале лета, в период активности клещей и именно клещи являются самой реальной из угроз здоровью ребенка, то именно клещам и уделяется наибольшее внимание. Рассказ учителя сопровождается показом презентации с изображениями клещей, чтобы дети хорошо запомнили, как выглядит это животное, и умели отличать его от остальных представителей членистоногих. Фотографии для презентации легко найти в Интернете.

**Клещ таёжный**, широко распространён в средней полосе России и является переносчиком клещевого энцефалита, клещевого боррелиоза Лайма, пироплазмоза и других инфекций.

Таёжный клещ за свою жизнь проходит три стадии развития. Вылупившись из яйца, личинка размером около 0,5 мм, нападает на мелких зверьков или птичек, присасывается, напивается крови и через 3 - 4 дня покидает своего первого "хозяина", закапываясь в лесную подстилку, чтобы перезимовать. Там личинка проходит свою первую линьку и весной миру предстаёт следующая стадия развития клеща - нимфа. Размеры её до 1,5 мм. Нимфа ищет себе жертву покрупнее - белки, ежи и зайцы вполне годятся для того, чтобы предоставить ей пищу, необходимую для дальнейшего развития. Напившись крови во второй раз, нимфа превратится следующей весной во взрослую особь клеща (имаго) - самку или самца. Размеры взрослых клещей от 2,5 до 4,5 мм, самки крупнее самцов. Кроме того, самки гораздо более прожорливы - если самец выпивает всего капельку крови и почти не меняется в размерах, то самка сильно растягивается, раздувается до 10 - 11 мм в диаметре, при этом вес её увеличивается более, чем в сто раз. После этого самки и самцы спариваются, самцы сразу же погибают, а самки - откладывают яйца (около 2 тысяч штук) и тоже погибают. Через несколько недель из яиц вылупляются новые личинки клещей.

Один цикл жизни клеща занимает не менее трёх лет, а иногда и дольше. При этом за всю свою, достаточно долгую, жизнь клещ питается всего три раза. Человека в качестве источника пищи воспринимают только взрослые клещи, личинки и нимфы "охотятся" на более мелких животных. Хотя, справедливости ради, стоит отметить, что человек - не единственный возможный "хозяин" для взрослого клеща, его вполне устроит любой, достаточно крупный теплокровный зверь.

Первые клещи появляются, в зависимости от погодных условий, в начале - середине апреля, как только земля прогревается и в снегу появляются проталины. При понижении температуры воздуха ниже 5°С, клещи впадают в оцепенение и засыпают, до тех пор, пока опять не наступит потепление. Максимальная концентрация взрослых особей таёжных клещей наблюдается с середины мая до середины июня. После этого численность популяции стремительно уменьшается, хотя единичные экземпляры могут попадаться всё лето, вплоть до осенних заморозков.

Клещи не любят слишком жаркую погоду, в зной они, как правило, охотятся не  слишком активно. Также угнетающе на поведение клещей действует дождливая погода, хотя в моросящий дождь встречи с клещами всё же возможны. Любимая погода для таёжного клеща - прохладная, пасмурная, но сухая.

Обычным местом обитания клещей являются влажные, чаще лиственные, леса с обильной травяной растительностью и наличием достаточного количества подходящих животных-"хозяев", кровью которых могут питаться личинки, нимфы и имаго клещей. Обычно таёжные клещи локально концентрируются вдоль лесных дорожек и тропинок - именно здесь у клеща больше шансов встретить источник пищи. Таёжные клещи не имеют глаз, *ориентируются в основном по запаху*. Орган, улавливающий запах,  расположен у клещей на передних лапках. Когда клещ выслеживает добычу, он, по обыкновению, сидит на травинке или веточке и расставив передние лапки в стороны, раскачивается - так он с лёгкостью определяет направление, откуда исходит запах потенциальной жертвы. И, когда она подходит на достаточно близкое расстояние (фактически вплотную) - молниеносно реагирует, цепляясь лапками за проходящий мимо объект. Конструкция лапок клеща такова, что позволяет (благодаря наличию маленьких крючочков) очень хорошо удерживаться, особенно на волосистом или шерстистом покрове.

Попав на поверхность кожи теплокровного животного, клещ никогда не впивается сразу, вначале обследует жертву и подыскивает подходящее для питания место. Зачастую на это у него уходит несколько часов. Место таёжный клещ выбирает нежное, мягкое, тёплое, тихое и спокойное, где никто не сможет ему помешать как следует насосаться крови (у самок клещей этот процесс занимает несколько дней). У животных клещ чаще всего впивается в голову, уши, холку - место, до которого не достать ни зубами, ни когтями. Таёжные клещи обладают способностью двигаться только вверх, в противоположном силе тяжести направлении. Хотя иногда, достигнув вершины обследуемого объекта, клещ всё же может пойти и вниз, но, как правило, обследуя жертву, он стремится всё выше, и выше, и выше.

Выбрав место для укуса, клещ аккуратно надрезает поверхность кожи и вставляет в отверстие свой хоботок, по бокам которого имеются малюсенькие зазубринки, благодаря которым хоботок цепляется за кожу, наподобие гарпуна. Кроме этого, клещ сразу же выделяет в ранку слюну, первая порция которой застывает, как цемент, приклеивая намертво ротовые органы клеща к кожному покрову его кормильца. Именно поэтому присосавшегося клеща так трудно оторвать. Следующие порции слюны клеща меняют свои свойства - она обезболивает ранку, препятствует свёртыванию крови, растворяет стенки кровеносных сосудов, а также подавляет иммунную реакцию организма жертвы.

Самый мудрый ***способ защиты*** - не допустить укуса.

Для этого в пути надо почаще (примерно каждый час) осматривать себя и своих попутчиков. Желательно раздеваясь догола и тщательно проверяя всю одежду. Одежда должна быть плотной и плотно прилегать на щиколотках и запястьях во избежание проникновения клещей под одежду (лучше если это будут манжеты на резинке). Голова также должна быть прикрыта – клещи часто прячутся в волосах. Длинные волосы лучше убрать под платок. В области шеи тоже лучше иметь защиту от проникновения клещей. Помогут также защитные спреи и аэрозоли. Все продающиеся средства в зависимости от действующего вещества делятся на 3 группы.   
1. Отпугивающие клещей. Наносятся на одежду, защитные свойства сохраняются до 5 суток.  
2. Убивающие клещей. Наносятся на одежду, после контакта с обработанной одеждой клещ погибает.   
3. Препараты комбинированного действия, то есть убивающие и отпугивающие клещей.

Если вы отдыхаете на опушке в жаркий день, то такая одежда будет вас тяготить. В таком случае лучше иметь минимум одежды, но прислушиваться к кожным ощущениям (когда клещ ползет по голому телу ощущается щекотание) и почаще осматривать друг друга, особенно в тех местах, куда любят присасываться клещи.. Длинные волосы все же лучше собрать под кепку или платок. И воспользуйтесь отпугивающими спреями.

Найденного клеща нельзя давить руками – если он заражен, инфекция может проникнуть в ваш организм.

**Гадюка обыкновенная.**

В средней полосе России это единственная ядовитая змея.

Для человека ее яд не сильно опасен: смертельными бывают не более пяти укусов из тысячи (в шею, в голову). Надо сказать, что несмотря на относительную частоту укусов, для людей смертельный исход очень редок, составляя менее 1%. В то же время этот процент значительно выше среди ужаленных пчелами, осами и шершнями.

Детей нужно научить отличать ее от ужа. Для этого лучше продемонстрировать детям изображения ужа и гадюки и рассказать об их отличиях. Можно найти изображения в Интернете или таблицы в кабинете биологии.

Отличительные особенности ужа и гадюки.

Чаще всего, уж черного или тёмно-коричневого цвета, но бывают и серые и светло-коричневые варианты расцветок, наличие жёлтых "ушек" вовсе не обязательно. Характерная особенность поведения Ужа - панический побег при возникшей опасности. Убегает шумно и стремительно. И ещё, у всех без исключения Ужей жёлтая радужная оболочка глаза и всегда круглый зрачок (дневные животные). Нет четко выраженного шейного перехвата (не копьевидная голова). Хвост длинный, шилообразный. Отлично плавает, ныряет, охотится в воде на мелких придонных рыб, головастиков, лягушек.

Гадюка по своей воле в воду не лезет (но когда её туда загонит судьба, то плывёт). Расцветки - самые разнообразные: светло-серые, зеленоватые, коричневато-серые, темно-серые, тёмно-коричневые, голубоватые тона и т.д. Во всех этих случаях имеется чётко видимый рисунок на спине в виде зигзага.

Радужка глаза жёлтого цвета, четко различим строго вертикальный (щелевидный) зрачок (ночное животное). Явно заметен шейный перехват, из-за этого голова имеет копьевидную форму. Копьевидность ей придают наполненные ядом заушные железы. Хвост всегда короткий. Поведение более достойное, чем у ужей. Уползает не так шумно, без паники. Может оставаться на прежнем месте и при этом злобно шипеть (звук шипения объемный, трудно сразу определить точку, откуда он исходит).

***Меры безопасности*** просты. Будьте внимательны, ибо опасна лишь незамеченная гадюка. Не преследуйте змею, не наступайте на нее, не берите в руки. В лес надевайте резиновые сапоги и свободные штаны. Зубы у гадюки короткие, прокусить штанину джинс, например, она не может. Наткнувшись на змею, проходите мимо – позвольте ей спокойно уйти. По лесу можно ходить с палкой, создавая предупреждающий шум, раздвигая подозрительные ветки на земле, если вы собираете грибы.

***Дикие животные.***

Дети иногда бояться ходить в лес, опасаясь встречи с крупными животными. Хотя такие встречи в окрестностях городов очень маловероятны, для спокойствия детей им лучше рассказать о том, как следует себя вести в таком случае.

***Профилактика укусов*** животных очень проста. Не приближайтесь к диким животным близко. Дикий зверь, близко подпустивший к себе человека, может быть болен бешенством.

В лесу иногда предупреждайте о себе животных: покрикивайте, посвистывайте и брякайте. Заслышав ваше шумное движение, звери незаметно уйдут. Не спровоцированные человеком нападения редки. Зверь может атаковать защищаясь, отгоняя от добычи или оберегая потомство; в брачный сезон или при внезапной встрече с человеком “глаза в глаза”.

“Цари природы” традиционно страшатся крупных животных. Потенциально такая встреча для них опасна.

Правила поведения при встрече с медведем таковы:

• не смотрите в глаза, зверь может воспринять это как агрессию;  
• будьте спокойны, если сможете;  
• не поворачивайтесь спиной;  
• увидели медвежат – немедленно уходите, откуда пришли (окажетесь между ними и медведицей – можете спровоцировать нападение);  
• не бегите, медленно огибайте мишку стороной, за деревьями. Или, неторопливо пятясь, отступите на 10 м и уходите прочь.

• Подобным образом поступайте при встрече с любым крупным животным.

Гляньте украдкой, – если ушки медведя стоят вертикально, то все в порядке, он спокоен. Если прижаты к голове и шерсть как будто дыбом, зубы скалит – он разозлен, готов пугнуть или напасть серьезно. Готовьтесь пронзительно крикнуть, шагнуть навстречу, широко растопырив руки. Это может обратить косолапого в бегство. Пишут, что иногда помогали отвлечь зверя отброшенные в сторону вещи – рюкзак, шапка или еда.

Гораздо более опасны в лесу не крупные животные, а более мелкие: лисы, белки, ежи. Запомните! Никогда дикое животное не приблизится к вам по доброй воле. Только заслышав вас в лесу, животные скрываются и избегают встречи с человеком! Если к вам приближается лесное животное, то скорее всего оно поражено бешенством и вам нужно избегать контакта всеми доступными способами.

***Бешенство***

Бешенство – самое тяжкое последствие укуса или царапины от теплокровного животного. Бешенством болеют белки, лисы, волки, собаки, кошки и другие животные. Следует помнить, что здоровые лесные животные НИКОГДА не подойдут к человеку! У зараженных бешенством животных поведение меняется, они не боятся человека, сами подбегают к нему. Поэтому ни в коем случае нельзя подпускать к себе близко даже маленьких лесных зверьков, а тем более гладить их или брать в руки! Каким бы милыми и беззащитными они не казались!

Заражение происходит через укусы, оцарапывание, ослюнение больным животным, а также при контакте с предметами, загрязнёнными инфицированной слюной. Пострадавшие от укусов животными должны знать, что возбудитель бешенства может находиться в слюне больного животного за 10 дней до появления первых признаков заболевания. Интервал между укусом и первыми симптомами бешенства обычно не меньше десяти дней, поэтому время для обращения за медицинской помощью у Вас есть.

**Этап 3: Формирование и развитие навыка, отношения. Убеждения в ходе группового обсуждения или дискуссии (кооперативное обучение).**

Переходя к следующей части занятия, учитель напоминает детям, что в лесу мы в гостях. Это не наш дом, это дом лесных обитателей, поэтому, чтобы избежать беды самим, и не причинить вреда лесным жителям, нужно знать и соблюдать законы природы. Не разрушать ее, не «мстить» ей, а зная ее законы и особенности, грамотно вести себя на природе, уважать ее обитателей, беречь их дом. Для закрепления полученных знаний можно предложить следующие задания группам.

*Задания группам:*

1. Составьте правила безопасного для человека поведения в лесу.

2. Составите правила профилактики заражения энцефалитом.

3. Составьте правила экологически грамотного поведения в лесу (Не навредить живой природе!).

Выполнив задания, группы знакомят с ним всех участников беседы. Эти правила, впоследствии красиво оформленные, могут стать первой страничкой вашего походного дневника. Это будет Этический кодекс вашего отряда и Кодекс безопасности. Он разработан самими детьми и наряду с правилами внутреннего распорядка будет обязателен для исполнения всеми членами отряда.

**Этап 4:** **Применение навыка на практике, приобретение опыта.**

Хорошо, если дети будут осознавать: человек, знающий и уважающий природу и ее законы попадает в беду реже, чем самоуверенный и бестактный «завоеватель» природы. Поэтому имеет смысл в конце занятия еще раз уделить внимание вопросам экологического воспитания, этике взаимоотношений с природой, эмоциональному «закреплению» знаний о правилах экологичного поведения.

Для этого можно предложить детям выполнить довольно необычное задание. Оно выполняется каждым учащимся индивидуально. Предложите детям поиграть в «Лесную сказку», предложите «превратиться» в одного из лесных обитателей: лягушонка, ужика, белку, медвежонка и т.д. Пусть в образе этого животного они напишут «Письмо туристам». В этом письме лесные жители могут рассказать отдыхающим, где и как живут, как любят свой дом и своих родных и какие чувства испытывают, когда встречаются в своем лесном доме с «гостями», часто незваными и не уважающими их дом и их законы. (Например, рассказать о чувствах лягушонка, которого бесцеремонно поймали, держат в руках, передают друг другу, брезгливо бросают.) Они могут обратиться к этим «гостям» с просьбой, рассказать о своих проблемах, попросить помощи. Важно, чтобы дети отнеслись к этому заданию серьезно. Чтобы в классе была тишина, чтобы каждый ребенок мог «включить» свою фантазию и свою эмпатию. И пусть подпишут свои работы: «Белочка Света», «Ужик Юра» , «Ежик Толик»и т.д.

Вовсе необязательно зачитывать эти письма сразу. Можно разработать ритуал посвящения их живой природе. Например, прочитать в походе вечером у костра.

Лучшие письма (с согласия авторов) можно опубликовать в классной газете, поместить в архив класса, в дневник похода или отметить как-то иначе. Эти письма очень диагностичны. Они позволяют воспитателю понять, какие эмоциональные проблемы существуют у ребенка, насколько у него развита эмпатия.

И в конце занятия проводится краткая рефлексия.

**Рефлексия:**

- Что вы чувствовали, когда мы обсуждали проблемы отдыха на природе?

- Что нового вы узнали об опасностях отдыха на природе?

- Что нового вы узнали о способах защиты от опасностей?

**Занятие 3. Тепловой и солнечный удары.**

**Этап 1: Оценка информированности учащихся по обсуждаемой теме.**

При отдыхе на природе большой проблемой для воспитателя является уберечь детей от солнечных ожогов, тепловых и солнечных ударов. Дети, после долгой зимы, так радуются солнцу, что совсем забывают об осторожности и благоразумии.

Беседу на эту тему можно начать с вопроса:

- Мы с вами обсудили на предыдущих занятиях, какие опасности при отдыхе на природе могут исходить от представителей флоры и фауны. Скажите, а условия неживой природы могут представлять для нас опасность?

Дети дают разнообразные ответы, ведущий все их принимает и записывает на доске, а затем резюмирует.

- Да, все эти опасности реальны, но не со всеми вы часто сталкиваетесь. Но с некоторыми из названных опасностей хоть раз в жизни сталкивался каждый, а некоторые даже могли пострадать сильно и запомнили надолго эту боль и плохое самочувствие. Правильно. Я говорю о солнечных ожогах, тепловых и солнечных ударах.

Давайте сегодня обсудим эту тему. Работать будем, как всегда, в группах.

Учитель распределяет детей в группы, обращая внимание на то, чтобы состав групп менялся.

*Задания группам:*

Давайте выясним, что вы знаете об этих опасностях. У вас на столах вы найдете полулисты ватмана и фломастеры. Листы разделены на две части – графы. В первой графе вам нужно будет написать причину поражения, а во второй признаки его.

1 группа определяет причины и признаки солнечного удара.

2 группа – теплового удара.

3 группа – солнечного ожога.

Учащиеся работают в группах 5 минут, а затем вывешивают листы на доске и рассказывают классу о результатах своей работы.

**Этап 2: Сообщение учащимся новой, ранее не известной им информации.**

Учитель выслушивает сообщения групп, благодарит детей за работу и сообщает ту информацию, которая оказалась детям не известна. Секретари групп в это время вносят дополнения в свою таблицу.

***Солнечный удар***

Солнечный удар возникает при длительном воздействии на организм человека высокой температуры внешней среды или же непосредственного воздействия солнечных лучей на обнаженное тело и голову. Чаще всего это происходит в жаркие летние дни, когда воздух прогревается до очень высоких температур, дыхание затрудняется, а следовательно, в головной мозг не попадает достаточного для нормальной жизнедеятельности количества кислорода. Особенно опасно засыпать во время загорания.

Проявляется солнечный удар у каждого по-разному. У одних это сильные головные боли, у других — рвота, у третьих — обморок.

К первым признакам солнечного удара относятся разбитость, вялость, головная боль, головокружение, расстройство зрения, шум в ушах, покраснение кожи лица, обильная испарина, повышение температуры тела до 38-39° С, резкое учащение пульса и дыхания. Затем начинает темнеть в глазах, появляются тошнота, в некоторых случаях – рвота. Иногда возникают кровотечения из носа и расстройства зрения. Если не оказать помощь, пострадавший теряет сознание, у него появляется одышка, пульс учащается, нарушается деятельность сердца. Солнечный удар нередко сочетается с ожогами кожи: краснота, пузыри и т.д.

В тяжелых случаях сознание затемняется, появляются галлюцинации, бред, развивается коматозное состояние и возможен смертельный исход.

Самым опасным из последствий солнечного удара, бесспорно, является обморок. При обмороке у человека возникает внезапная слабость, дурнота, головокружение, а следом и потеря на несколько секунд сознания. Это происходит, потому что в головной мозг перестаёт поступать кровь в необходимом для работы количестве и он попросту отключается.

***Тепловым ударом*** называется болезненное состояние, обусловленное общим перегревом организма вследствие расстройства терморегуляции под влиянием избыточного тепла.

Постоянная температура тела поддерживается равновесием между теплообразованием и теплоотдачей во внешнюю среду. Так, при низкой внешней температуре для уменьшения избыточной теплоотдачи организм сокращает кожные сосуды, а если равновесие не устанавливается, начинается повышенная выработка тепла путем увеличения мышечной работы (дрожь — мелкие сокращения мышц). Наоборот, при высокой внешней температуре организм повышает уровень теплоотдачи расширением кожных сосудов и отделением пота, испарение которого значительно увеличивает потерю тепла. Перегреванию тела способствует все, что нарушает выделение пота и затрудняет его испарение: высокая температура и влажность воздуха, физическая работа в кожаной, прорезиненной или синтетической одежде, переутомление, обезвоживание организма, обильная еда, длительные походы в жаркую погоду. Получить тепловой удар еще легче, чем солнечный: солнце не является для него необходимым условием, достаточно усиленно поработать в слишком теплой не пропускающей воздух одежде или несколько часов провести в душном, плохо вентилируемом помещении.

Признаки теплового удара – общая слабость, сонливость, головная боль, головокружение, несвязный разговор и пошатывание. Затем лицо краснеет, дыхание становится затрудненным, температура тела повышается, иногда до 40ºС, часто бывают диспепсические расстройства – понос, рвота. Если к этому времени не устранены причины, вызвавшие перегревание, у больного начинаются галлюцинации, бред, затем пострадавший теряет сознание, его лицо бледнеет, кожа холодная и иногда синюшная, потоотделение повышено, сердечная деятельность нарушена, пульс частый и слабый. Реакция зрачков на свет отсутствует. Пострадавший, не приходя в сознание, может погибнуть в ближайшие часы от остановки дыхания и сердца.

***Солнечные ожоги***

Солнечные ожоги появляются при действии на кожу ультрафиолетовых лучей солнца. Первый признак солнечного ожога – покраснение кожи. К сожалению, в большинстве случаев признаками ожога являются жжение, отшелушивание кожи и даже образование волдырей. Безобидный на первый взгляд солнечный ожог может обернуться вторичными инфекциями и воспалительными реакциями.

Загар вреден для организма. Конечно, во время пребывания на солнце, в коже вырабатывается витамин Д, но чтобы получить необходимое на год количество витамина, достаточно иметь обнаженными только руки и лицо! А риск заболевания различными инфекционными заболевания (в том числе туберкулезом) после длительного пребывания на солнце увеличивается в десятки раз. Происходит это из-за того, что под воздействием солнца падает иммунитет. Солнце, несомненно, полезно прибольшинстве инфекционных заболеваний, (так как солнечные лучи убивают бактерий) включая ангину и пневмонию. Ультрафиолетовые лучи полезны для лечения акне, экземы, псориаза и нейродермита. Но для укрепления иммунитета совсем [не нужно часами жариться на солнце](http://www.zdr.ru/encyclopaedia/full-article/3345/index.html). Скорее наоборот: при передозировке целебных лучей уменьшается число лимфоцитов в крови, обостряется те же ангина, фарингит, стоматит, активизируется вирус герпеса. Снижается даже эффективность вакцинации. Для того, чтобы угрей стало меньше, достаточно быть на солнце всего 3 раза в день по 15 минут!

А еще исследованиями установлено, что тяжелые солнечные ожоги, полученные в молодости, через 20–30 лет способны привести к развитию рака кожи.

**Этап 3: Формирование и развитие навыка, отношения. Убеждения в ходе группового обсуждения или дискуссии (кооперативное обучение).**

После того, как причины и признаки заболеваний будут обсуждены, учитель предлагает учащимся продолжить работу в группах.

- Ну вот, с причинами и признаками поражений организма мы разобрались, теперь давайте обсудим самое главное: как уберечься от таких состояний и как оказать помощь человеку, попавшему в беду.

*Задания группам:*

Сейчас вам будут выданы еще листы бумаги, также разделенные надвое. В первой части листа вы напишете правила профилактики поражения, а во второй правила первой помощи пострадавшим. Пользуйтесь, пожалуйста результатами своего первого исследования для того, чтобы правильно определить меры профилактики. Распределение зданий по группам остается прежним.

Первая группа – солнечный удар.

Вторая группа – тепловой удар.

Третья группа – солнечный ожог.

Группы работают 7 минут, затем вывешивают на доску свои заполненные листы и рассказывают о результатах работы. После представления работ, учитель делает необходимые дополнения, акцентируя внимание учащихся на самых важных мерах профилактики.

***Как уберечься от солнечного удара.***

Главная мера профилактики – не допускать перегревания головы прямыми солнечными лучами. Для этого следует иметь головной убор, желательно из белой хлопчатобумажной или льняной ткани, из натуральной соломки. Головные уборы из синтетических тканей и темного цвета менее эффективны. Лучше, если между головой и головным убором будет прослойка воздуха (панама, шляпа, высокая кепка). Наличие широких полей или козырька еще уменьшат нагревание головы. Если солнце очень сильно печет, можно смочить головной убор водой, положить под него мокрый носовой платок.

Но еще лучше не находиться на солнце без сильной нужды в самое жаркое время суток, когда на землю падают прямые солнечные лучи.

***Первая помощь при солнечном ударе***

При появлении первых признаков солнечного удара необходимо сразу же укрыться от воздействия прямых солнечных лучей. Если вы находитесь на пляже, то следует отойти в тень или же прикрыть чем-то голову. Если сделать это невозможно, то необходимо смочить голову водой и покрыть её влажным полотенцем, через которое некоторое время постараться подышать. Это необходимо, для того чтобы в организм попало немного охлаждённого, слегка влажного воздуха и мозг опять включился в работу.

Если солнечный удар настиг вас на лесной поляне, необходимо сразу же укрыться под тенью деревьев или же немного прогуляться по лесу, где воздух более прохладный.

Если же вы находитесь в помещении, то его необходимо как следует проветрить, раскрыть все окна и двери и пройти в самую прохладную и затемнённую комнату. Если есть вентилятор, следует воспользоваться им для охлаждения воздуха в помещении.

Если после этого вам всё же не стало легче, следует сесть возле форточки или вентилятора, расстегнуть все пуговицы, стесняющие дыхание, и выпить какой-либо прохладительный напиток маленькими глотками. Выпивать залпом его ни в коем случае не следует, так как для перегретого организма это вредно. Если же и это не помогло, следует ополоснуться под холодным душем.

***Первая помощь при тепловом ударе***

Первая помощь одинакова в обоих случаях, она направлена на понижение температуры тела и стимуляцию дыхания. Пострадавшего необходимо немедленно вынести на свежий воздух в тень или в прохладное, хорошо вентилируемое помещение, расстегнуть воротник его одежды, а лучше раздеть до пояса, уложить на спину с приподнятой головой. На голову положить холодный компресс, тело обернуть мокрой простыней или опрыскивать холодной водой. На область сердца и затылок можно положить лед. Внутрь – обильное прохладное питье. Очень эффективны прохладные ванны. Хорошо помогает обычная настойка валерианы: 20 капель на треть стакана воды.

При расстройстве дыхания слегка намочите ватку нашатырным спиртом и несколько раз осторожно поднесите к носу пострадавшего. В экстренных случаях, когда человек в обмороке, его дыхание остановилось, а пульс не прощупывается – не ждите медиков! Вспомните, чему вас учили в школе, начинайте делать искусственное дыхание и закрытый массаж сердца.

С возвращением сознания показано возбуждающее — чай, кофе. Больной нуждается в покое и наблюдении за сердцем и дыханием.

***Профилактика теплового удара***

Для профилактики теплового удара в жаркое время рекомендуется светлая одежда, уменьшение физических нагрузок, вентиляция воздуха, перерыв в жаркое время, отдых в тени, купание и неограниченное питье.

Профилактические меры можно принять заранее: избегать длительного воздействия прямых солнечных лучей на непокрытую голову или тело, прикрывать голову шапкой или платком, чередовать отдых на песочке с купанием, не засыпать на солнце, не совершать в жаркое время дня продолжительных экскурсий, больше пить и т.д.

***Профилактика солнечных ожогов***

Врачи - дерматологи рекомендуют не принимать больше 50 солнечных ванн в год. Реакция кожи на солнечные лучи зависит от толщины рогового слоя и количества пигмента. Поэтому не надо спешить загореть с первого раза. Коже нужно дать время для того, чтобы она могла выработать защитный слой пигмента. Период, когда кожа в состоянии сама защитить себя называется временем самозащиты ( ожоговый порог загара). В зависимости от типа кожи этот период может быть весьма различным. Применяя средство для загара, возможно продлить период самозащиты - в соответствии с указанным на этикетке солнцезащитным фактором.

Чтобы не получить ожогов лучше всего следовать элементарным правилам «безопасности» а именно, не стоит загорать между 11 и 14 часами. Самое лучшее и безопасное время для загара от 9 до 11 часов. Время пребывания на солнце следует постепенно увеличивать с 3-5 минут до 15 минут.

Небезопасно весеннее солнце. Его лучи кажутся не такими горячими, но ультрафиолетовых лучей весной больше, чем летом. Врачи не рекомендуют перед походом на пляж мыться с мылом или отщелущивающими средствами. Мыло и скраб разрушает защитное покрытие кожи и обезжиривает ее.

Лучше не пользоваться во время приема солнечных ванн косметикой, особенно дезодорантами и духами. Это может вызвать появление пигментных пятен, от которых очень трудно, а порою даже невозможно избавиться.

После солнечной ванны не стоит сразу принимать холодный душ, необходимо сначала остыть в тени.

Не мочите кожу, так как капли воды могут служить маленькими линзами и вызвать ожог кожи.

***Первая помощь при солнечных ожогах***

Если вы обгорели на солнце, намажте обгоревшие участки кожи обычным кефиром, он ровно ложится на кожу, хорошо освежает, быстро начинает действовать. Можно использовать детский крем или сметану, но ни в коем случае спиртосодержащие жидкости – они еще больше высушат кожу.

Быстро снять боль от солнечного ожога поможет компресс из свежих огурцов. Их следует очистить от кожуры, нарезать кружочками и приложить к покрасневшей коже, сам ожог это не вылечит, но поможет успокоить кожу.

Помогут также прохладные ванны или примочки с крахмалом. На ванную 1,5 – 2 стакана сухого крахмала, время проведения процедуры 20 минут. На литр воды -2-3 чайные ложки, смочить марлю в 4 слоя или полотенце в 1 слой, отжать чтобы не текло, приложить к горячим участкам. Когда марля или полотенце согреется, снова смочить, отжать, приложить, итак в течении 40 минут. Температура воды должна быть на 2 градуса ниже температуры тела обожженного. Эту процедуру можно проделать два - три раза до исчезновения острого воспаления. После проведения водных процедур, воспаленные участки кожи полить спреем «Пантенол», оставить до впитывания. Это нужно делать 2-3 раза в день до исчезновения покраснения.

Следует пить больше жидкости до 2 - 2,5 литра. На солнце не выходить до исчезновения покраснения.

Если появились пузыри, отек кожи, эрозии, мокнутье, кровоизлияния в кожу, поднялась температура выше 37,5, появилась головная боль, тошнота, рвота, необходимо немедленное обращение к врачу – терапевту или вызов неотложной помощи.

**Этап 4:** **Применение навыка на практике, приобретение опыта.**

Для дальнейшего формирования убеждений в необходимости соблюдать меры предосторожности и тренировки применения формируемого навыка в заключение можно предложить учащимся творческое задание. Работа происходит в группах. Учащиеся получают бумагу, фломастеры для работы над заданием.

*Задание группам:*

Радуясь отдыху на природе, подростки часто забывают о правилах безопасности. Придумайте, пожалуйста, социальную рекламу: плакаты, забавные стихи, которые, будучи размещены на пляжах и в других местах отдыха, напоминали бы подросткам о правилах безопасного отдыха.

Учащиеся создают наброски социальной рекламы и представляют ее классу. Можно провести голосование, выбрать лучшую идею для рекламного плаката и наградить его создателей.

**Рефлексия:**

- Что вы узнали сегодня нового о безопасном отдыхе на природе?

- Что вы поняли о безопасности своих привычек на отдыхе?