

Дата: 27.09.2024р.

Урок: Основи здоров'я

Клас: 8-А

Тема. Ризики воєнного часу.

Мета: ознайомитися з видами ризиків у зоні бойових дій, засвоїти правила спілкування з озброєними людьми, вивчити правила поведінки під час обстрілів та потраплянні під завали, навчитися алгоритму дій під час обстрілів та хімічної атаки/ядерної зброї; розвивати навички поведінки в небезпечних ситуаціях воєнного часу; критичне мислення; виховувати бережливе ставлення до життя і здоров'я свого та оточуючих.

ХІД УРОКУ

Перегляд відеоуроку за посиланням <https://youtu.be/2kahQnqqUoY>.

I. Організаційний момент.

1. Привітання, створення позитивного настрою.

II. Актуалізація опорних знань, навичок і вмінь учнів

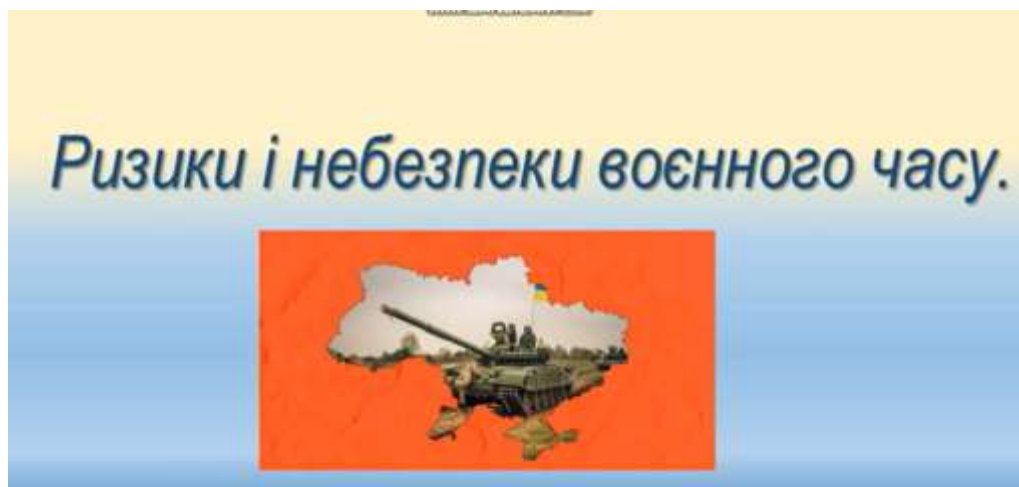
1. Пригадайте!

- Що таке безпека життєдіяльності?
- Назвіть формулу безпеки.
- Алгоритм рятування людей під час пожежі.

2. Поміркуйте!

- Що ми розуміємо під словом ризик?
- Які види ризиків вам відомі?
- Як уникнути ризику?

III. Мотивація навчальної діяльності учнів. Повідомлення теми, мети та завдань уроку.



Мета :

Ознайомитися з видами ризиків у зоні бойових дій;
Засвоїти правила спілкування з озброєними людьми;
Вивчити правила поведінки під час обстрілів та потраплянні під завали;
Навчитися алгоритму дій під час обстрілів та хімічної атаки /ядерного удару.



V. Вивчення нового матеріалу.

Види ризиків в зоні бойових дій

ФІЗИЧНІ

Обстріли
Ризик опинитися
під завалами
Мінна небезпека
Радіаційна небезпека
Хімічна небезпека
Екологічна небезпека

ПСИХОЛОГІЧНІ

Паніка
Стрес
Страх
Психологічний
тиск

СОЦІАЛЬНІ

Онлайн-ризик
Викрадення
Втрата
засобів до
існування



Правила спілкування з озброєними людьми

Якщо ви бачите озброєних людей, військову техніку, масові заворушення, покиньте це місце та негайно повідомте дорослих.

Уникайте спілкування з озброєними людьми. І точно не сперечайтесь і не сваріться з ними. В їх присутності не робіть жодних записів.

Старайтеся не піддаватися паніці і страху. Якщо вам прийшлося з ними спілкуватися розмовляйте спокійно, не занадто голосно, впевнено дивлячись у очі.

Не провокуйте людей у військовій формі своїми діями і вчинками.

Не реагуйте самі на можливі провокації

У присутності озброєних людей не виказуйте своє невдоволення, утримуйтеся від різких рухів, лементу і стогонів.

Не носіть одяг, що може нагадувати військову форму та не показуйте військовослужбовцям нічого схожого на зброю



Захист під час обстрілів

Пам'ятайте, що під час обстрілів:

- Удома потрібно сховатись в захищеному приміщенні подалі від вікон та дверей. Пам'ятайте правило двох стін.
- Для схованки підійдуть укриття, метро, підземний перехід, канава, траншея, яма, широка труба, високий бордюр, каналізаційний люк.
- На відкритій місцевості негайно лягти на землю, згрупувавшись в позу ембріона, розвернувшись ногами в бік стрілянини, та закрити голову руками. Ефективним захистом буде будь-який виступ: бетонні урни, сходинок.
- Не ховайтесь за автомобілями та кіосками. Закривайте долонями вуха та відкривайте рот: це врятує від контузії.



Дії під час хімічної атаки

Негайно залишити зону ураження

У разі неможливості евакуації залишатись у приміщеннях і обмежити доступ повітря із зовні

Щільно зачинити вікна та двері, вентиляційні отвори, димоходи

Заклеїти щілини у вікнах папером чи скотчем

Одягнутись так, щоб залишилося якомога менше відкритої шкіри

При можливості використовувати протигази або ватно-марлеві пов'язки (шматок тканини) змочені водою чи 2-5% розчином пітної соди

При перебуванні на вулиці забороняється торкатися будь-яких предметів

Чекати повідомлення від органів влади через засоби зв'язку (телевізор, радіо, телефон тощо) для отримання вказівок щодо подальших дій

Дії під час ядерного удару

Пам'ятайте: у вас є 10 хвилин, щоб знайти бомбосховище і врятуватися, а станції метро закриються через 5 хвилин після оголошення тривоги.

- ❑ Якщо поблизу нема бомбосховища то негайно укрийтеся в будинку.
- ❑ Уникайте паніки. Слухайте повідомлення органів влади з питань надзвичайних ситуацій.
- ❑ Зменшіть можливість проникнення радіаційних речовин до приміщення.
- ❑ МОЗ радить про всяк випадок мати запас води у пляшках чи інших герметичних контейнерах. Напої у холодильнику теж безпечні для вживання.
- ❑ Стосовно їжі, то тут, за аналогією із водою, харчові продукти є безпечними, якщо зберігались у герметичних контейнерах: консерви, банки, пляшки, коробки.

❑ Пам'ятайте: йодид калій слід приймати лише тоді, коли ви отримали таку вказівку від органів влади чи ДСНС.



www.BLANCKAM.com

Як діяти під завалами

Обов'язково кличте на допомогу (повідомте, де ви знаходитесь і що з вами сталося). Якщо вас почули, спокійно чекайте, поки розбирають завал.

Якщо вас не почули, дісмонізуйте поради ДСНС України:

1. Спробуйте без різких рухів вивільнити руки та ноги.
2. Оцініть навколишню ситуацію (чи бачите, що на вас впало; чи можете самостійно розібрати завал).
3. За можливостю обережно розберіть завал, не чіпайте те, на чому все тримається.
4. Якщо не впевнені у своїх силах – кличте на допомогу.
5. Якщо є можливість, намагайтесь сповістити про себе всіма способами – зателефонуйте, стукайте по трубах.
6. За можливості надайте собі першу медичну допомогу.
7. Спробуйте чимось вкритися, щоб не втратити тепло та дочекатися на допомогу.



www.BLANCKAM.com

БОРотьба за незалежну соборну Україну триває, але ми вийдемо з цієї боротьби переможцями.



Гімнастика для очей <https://youtu.be/ppJMxREw5-I> .

V. Узагальнення і систематизація знань. Підведення підсумків уроку.
Учням пропонується зробити висновок уроку.

VI. Домашнє завдання:

- Опрацювати матеріал підручника щодо вивченої теми

Дайте (письмово) відповіді на питання:

1. Які ви знаєте види ризиків у зоні бойових дій?
2. Як захиститися під час обстрілів?
3. Як діяти під завалами?

Свою роботу надішліть на платформу HUMAN або на електронну адресу вчителя ndubacinskaa1@gmail.com .