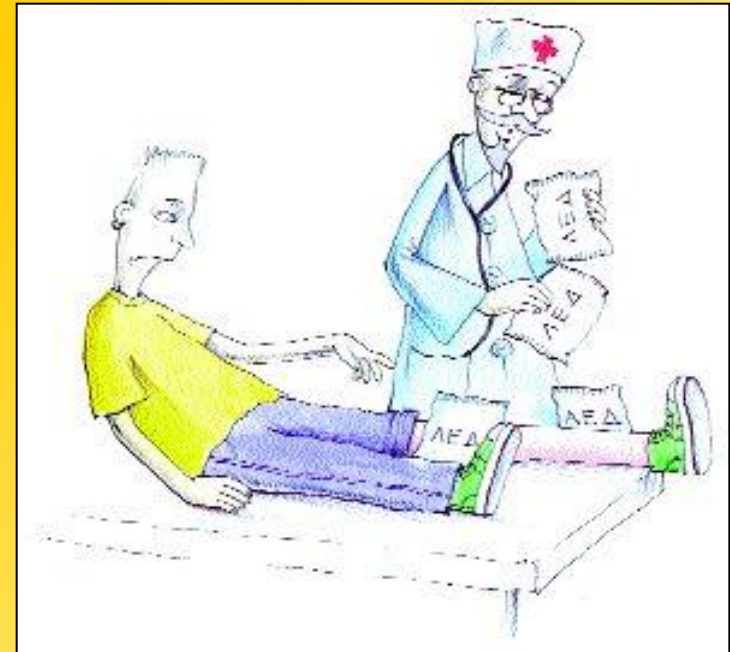


# Первая помощь при растяжении связок, вывихах суставов, переломах костей

Лях В.И.

Урок ОБЖ 7 класс



# Цели урока

- Охарактеризовать различные виды травм системы опоры и движения, научить различать повреждение суставов, костей и растяжение связок;
- определить цели доврачебной помощи, показать ее отличие от профессиональной врачебной помощи;
- научить оказывать доврачебную помощь и понимать ее основы;
- формировать умения логически мыслить, придумывать и задавать вопросы

# Оборудование

Модель скелета человека, таблицы «Строение костей», «Типы соединения костей»; простейшие шины, перевязочный материал, косынки.

# План урока

- 1. Актуализация знаний учащихся.**
- 2. Изучение нового материала.**
  1. Повреждения костей и суставов — наиболее распространенные виды травм опорно-двигательного аппарата. Меры доврачебной помощи при вывихах суставов.
  2. Растяжение связок. Меры доврачебной помощи.
  3. Виды переломов. Меры доврачебной помощи.
  4. Практическая работа.
- 3. Закрепление изученного материала.**

# Актуализация знаний

- Какие отделы скелета вы знаете? Показать на модели скелета

## «Горячий стул»

К доске выходит учащийся, садится на стул, лицом к классу, спиной к доске. Учитель выводит на экран понятие, термин. Учащиеся класса, не называя слова, характеризуют его. Отвечающий должен определить задуманное слово.

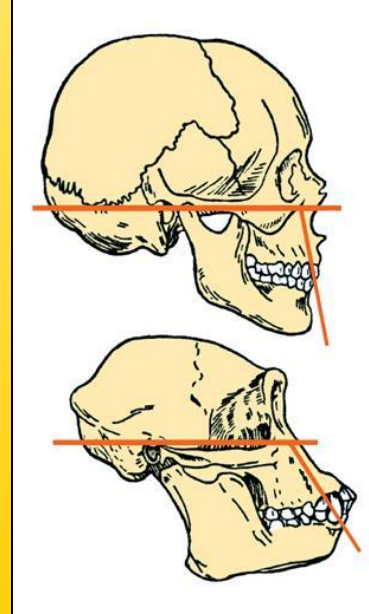
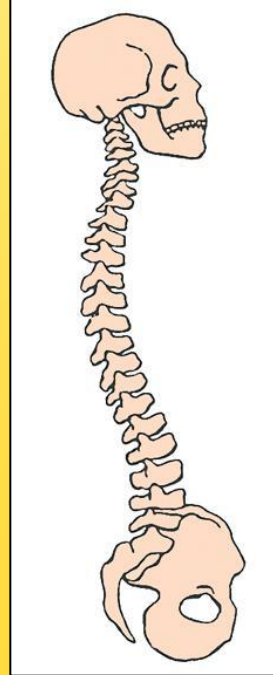
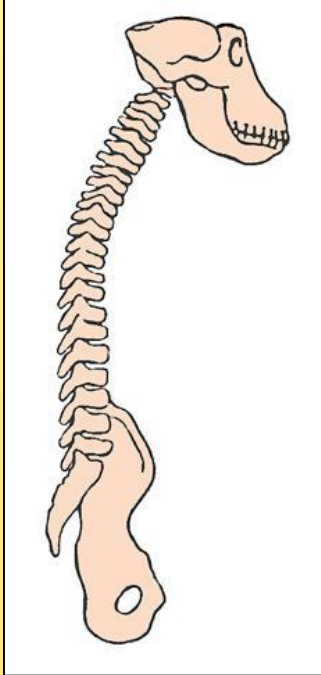
**Череп**

**Плечевой пояс**

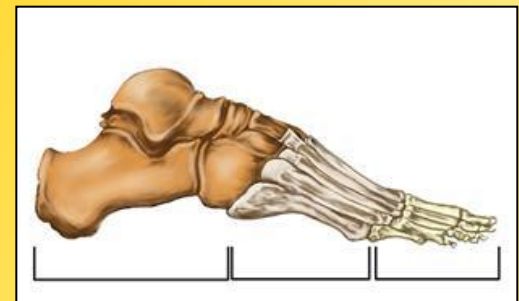
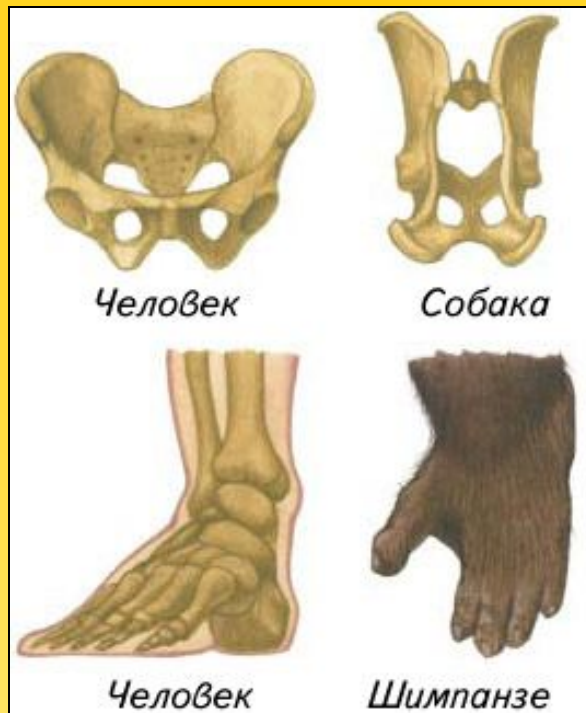
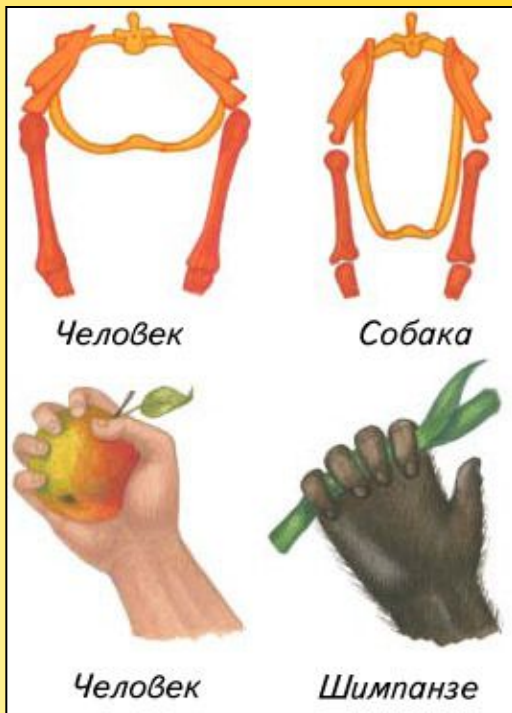
**Свободная  
нижняя  
конечность**

Два ученика спорили. Один утверждал, что кость - сложный живой орган, другой отрицал это. Кто из них прав и почему?

У молодого петуха удалили часть бедренной кости, оставив надкостницу. Через некоторое время кость у петуха восстановилась. Что доказывает этот опыт?



- Какие особенности человека связаны с прямохождением?



# - Каково строение сустава?

- Чем покрыты впадина лопатки и головка плечевой кости?
- Что находится в суставной полости?
- Что обозначено цифрами **1** и **2**?



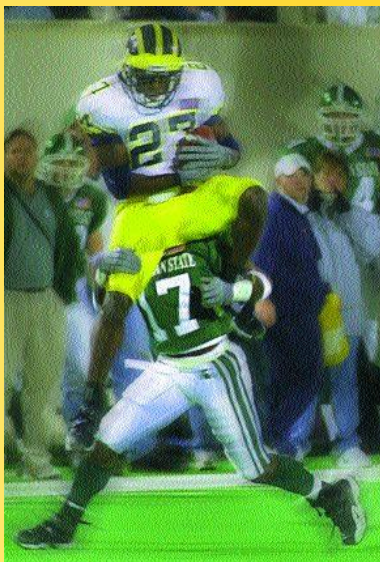


# Кроссворд

1. Осевой скелет туловища.
2. Часть позвоночника, создающая опору тазу.
3. Подвижное соединение костей в скелете.
4. Часть скелета, образованная большим количеством мелких костей.
5. Элемент скелета.
6. Кость плечевого пояса, лежащая среди мышц спины.
7. Часть тела, скелет которой образован большой и малой берцовыми костями.
8. Кости, образующие позвоночник.
9. Часть грудной клетки.
10. Опорная структура организма.







В различных житейских ситуациях внезапно происходят несчастные случаи.

# Проанализируйте ситуацию

Нина, как обычно, зашла за Наташей по пути в школу. Девчонки торопились, им нужно было зайти перед уроками в библиотеку. Когда они поднимались по школьной лестнице, навстречу им шли шумной толпой старшеклассники. Они даже не заметили, что толкнули Нину. Она упала на руку. От боли чуть не заплакала. Через некоторое время Нина сказала Наташе, что кисть руки опухает. Девчонки не знали, что делать.

*- Что бы вы сделали на месте девочек?*

**Задача** нашего урока рассмотреть и обсудить различные повреждения скелета, а также научиться оказывать первую доврачебную помощь пострадавшему

Тема урока:

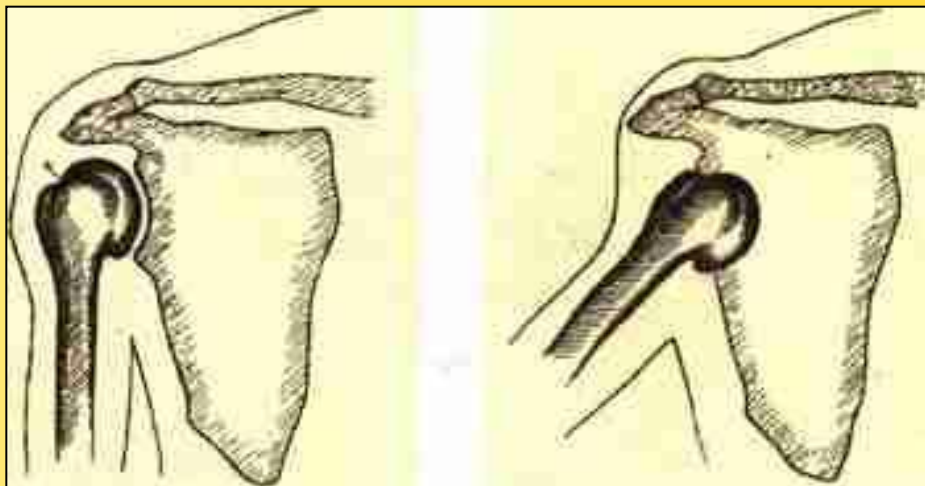
**Первая помощь при растяжении  
связок, вывихах суставов,  
переломах костей**



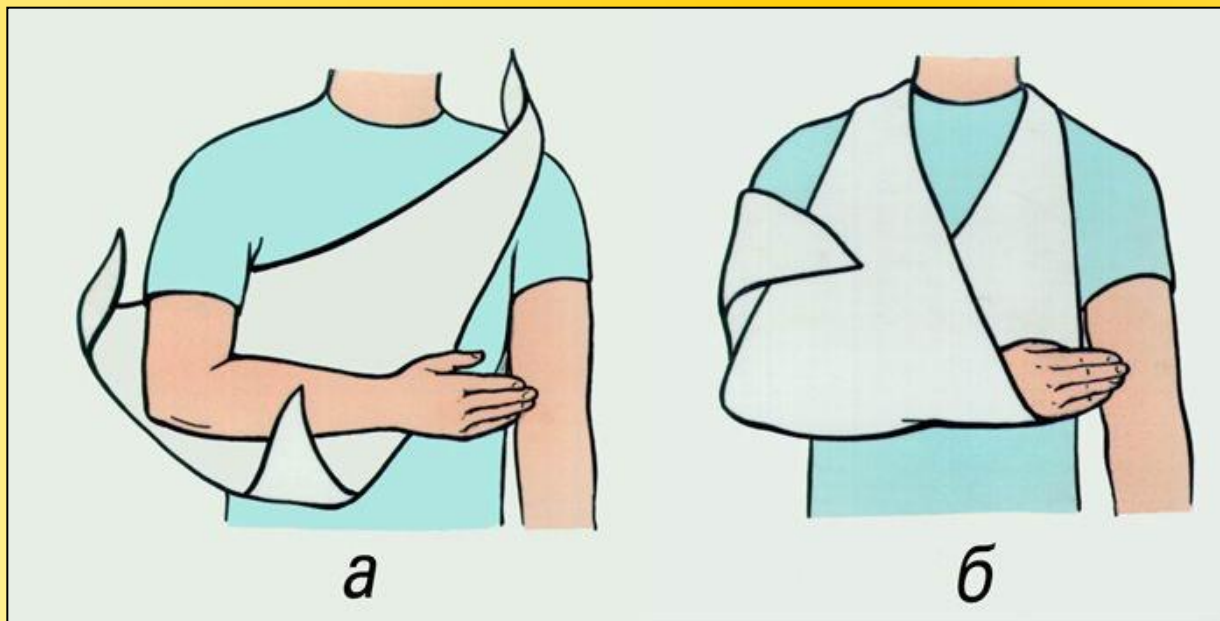
- Рассмотрите рисунки и определите, где здесь перелом, вывих и растяжение связок
- Попробуйте охарактеризовать каждое повреждение скелета

Демонстрация видеофрагмента. (Электронное пособие Биология, 8 класс. Человек. ЗАО 1С 2007. Издательский центр «Вентана-Граф». Модель вывиха)

- Чем сопровождается вывих сустава? Что ощущает человек при этом?
- Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при вывихе?



Вид сустава при вывихе



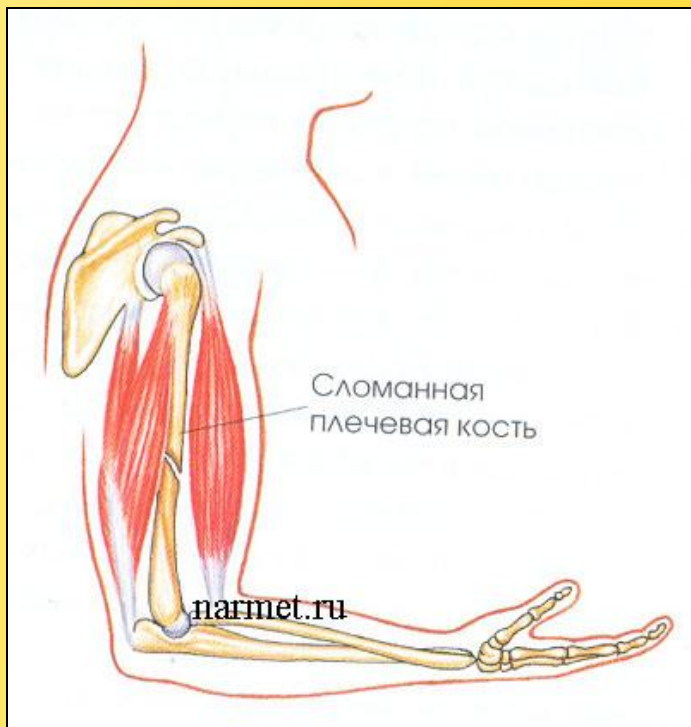


# Внешний вид конечности при растяжении связок

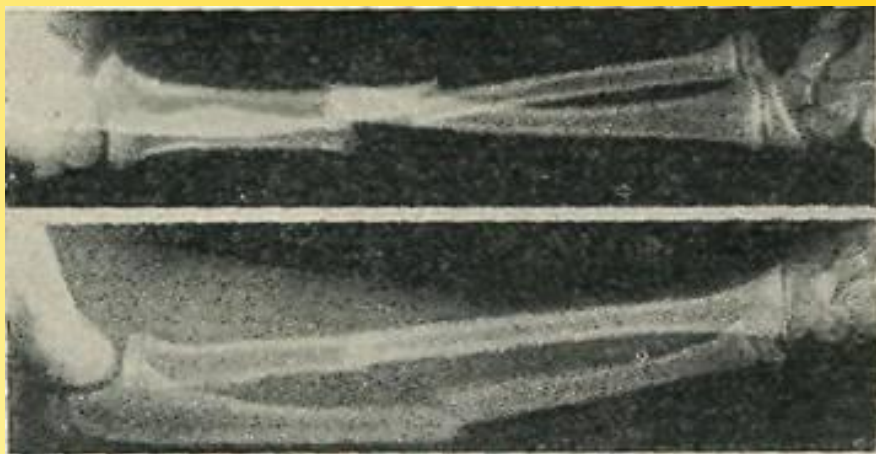


- Какие симптомы наблюдаются при растяжении связок?
- Какую помощь необходимо оказать пострадавшему?

- Что такое перелом? Каковы симптомы при переломе? Как оказать помощь?



**Иммобилизация** верхней конечности с помощью подручной шины при переломе предплечья



# Виды повреждения скелета

## Растяжение связок

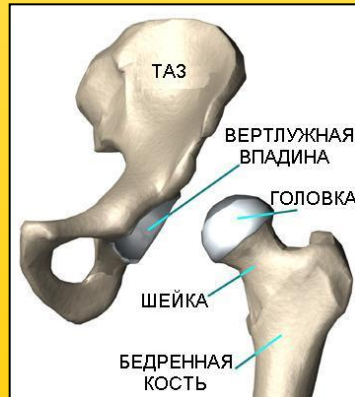


Растяжение или разрыв связок при травме сустава

Боль, припухлость сустава, посинение, ограниченность движений из-за боли

Мягкая фиксирующая повязка на сустав. Холод на область сустава

## Вывихи



Из-за разрыва или растяжения суставной сумки головка кости выходит из ямки сустава

Резкая боль, ограничение движений сустава и опухоль

Обездвиживание (иммобилизация). Холод на область сустава

## Переломы



Нарушение целостности кости

Боль, отечность тканей, деформация конечности

Обездвиживание (иммобилизация)

Бережно доставить пострадавшего в ближайший травмпункт

Демонстрация видеофрагмента. (Электронное пособие Биология, 8 класс. Человек. ЗАО 1С 2007. Издательский центр «Вентана-Граф». Изготовление и наложение шины).

- Перелом какой кости изображен?
- Какие подручные средства можно использовать при наложении шины?
- Сколько суставов нужно обездвижить при этом?
- С помощью чего закрепляется шина?

# Практическая работа

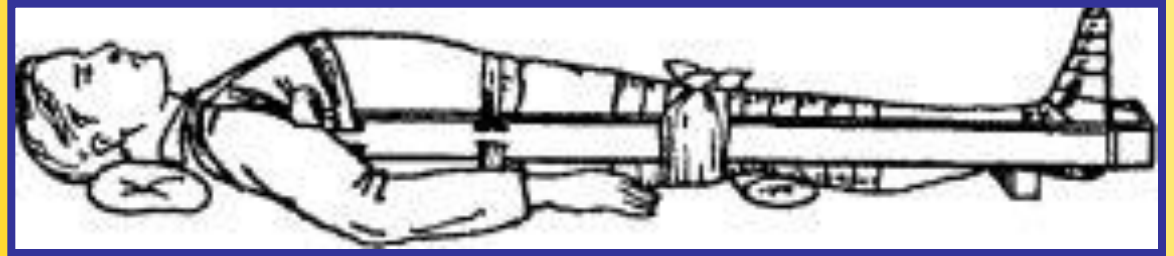
- Окажите первую помощь однокласснику с переломом костей предплечья, (подручный материал для оказания помощи на столах)

# Домашнее задание

Найти в дополнительной литературе или в Интернете способы оказания первой помощи при переломах **ключицы, ребер, позвоночника.**

# Закрепление изученного материала

- Какая травма изображена на рисунке?



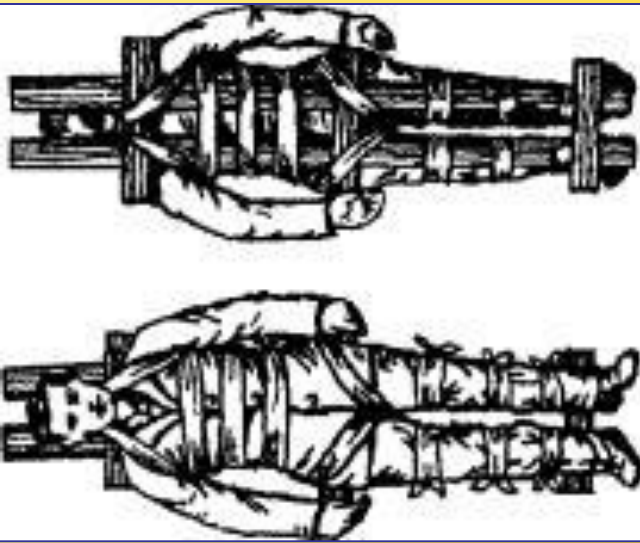
**Симптомы.** Резкая боль в области перелома, усиливающаяся при движениях. Укорочение и деформация конечности. Подвижность в месте перелома. Резкая болезненность в области перелома даже при осторожном ощупывании. Отек.

- Как оказать первую помощь?

- Чем отличается закрытый перелом от открытого?

- Какие меры первой помощи необходимо оказать пострадавшему при открытом переломе?

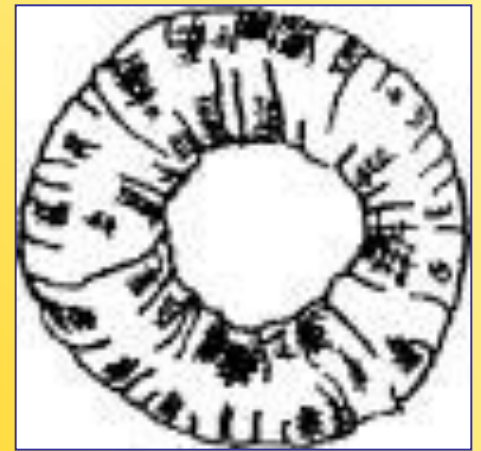
# Другие переломы



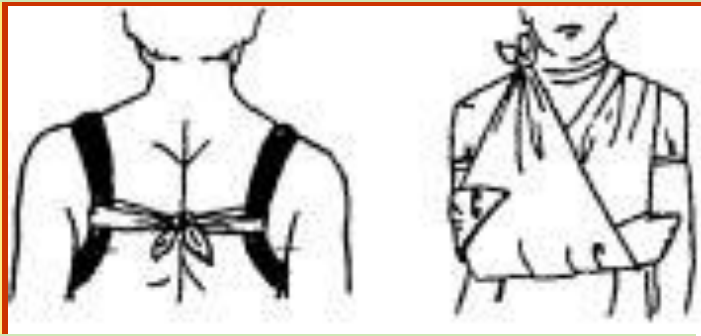
При переломе позвоночника пострадавшего осторожно укладывают на ровную доску



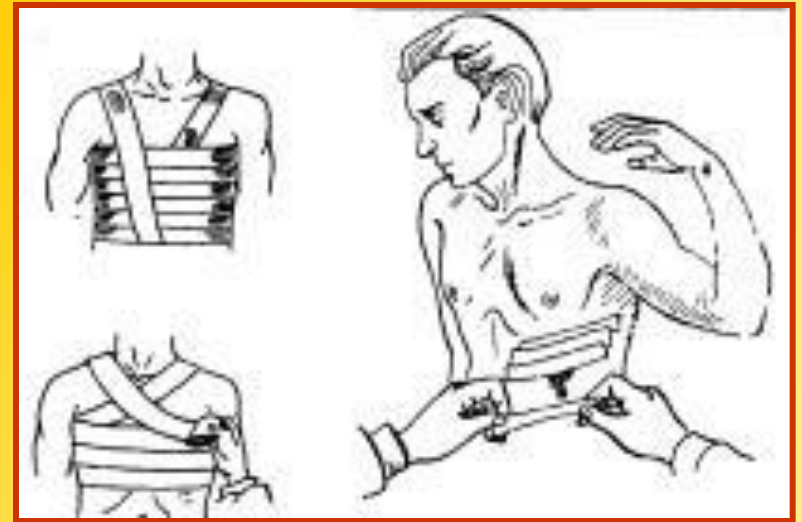
Так фиксируются сломанные пальцы



Такой валик используется при травмах головы



Так поступают при переломе ключицы



При сломанных ребрах, туго бинтуют грудную клетку



# Источники информации

1. [http://www.alenka.jam-station.ru/a\\_clinic/1/show/3?comment=1](http://www.alenka.jam-station.ru/a_clinic/1/show/3?comment=1)
2. <http://pktutorials.ucoz.ru/publ/8-1-0-3>
3. <http://www.doktorvisus.ru/medarticle/articles/33015.htm>
4. Электронное пособие Биология, 8 класс. Человек. ЗАО 1С 2007. Издательский центр «Вентана-Граф».
5. Семенцова В.Н. Биология. 8 класс. Технологические карты уроков: методическое пособие. – СПб: «Паритет», 2003. 240 с.(Серия «Поурочное планирование».)
6. Пепеляева О.В., Сунцова И.В. Поурочные разработки к учебным комплектам «Биология. Человек», 8 класс, Д.В. Колесова, Р.Д. Маша, И.И. Беляева, А.С. Батуева и др.; - ВАКО, 2005. – 416 с.(В помощь школьному учителю).