**Тема: *«Безопасный отдых учащихся в летний период, подготовка детей к летним каникулам, правила поведения в природной среде, в том числе на воде, действия при возникновении или угрозе возникновения природных чрезвычайных ситуаций»***

**Цель мероприятия:** Безопасный отдых в летний период, подготовка учащихся к летнимканикулам.

**Задачи:**

**-** довести до учащихся правила поведения во время летних каникул;

- довести до учащихся правила поведения в природной среде, в том числе на воде.

- познакомить учащихся как действовать при возникновении или угрозе возникновения природных чрезвычайных ситуаций**.**

-ознакомить учащихся с общими правилами поведения при возникновении ЧС;

-совершенствовать навыки безопасного поведения и действий в случае возникновения ЧС природного характера.

**Оборудование:**

-Федеральный закон «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;

-физическая карта мира.

- интерактивная доска

- проектор

**Место проведения:**

- класс

**Правила поведения в природной среде, в том числе на воде. (слайд 2)**

- Ребята, скоро закончится учебный год, и вы все разъедитесь по домам. А что за летний отдых без купания? Особенно когда солнышко припекает, а прохладная вода пруда или речки, озера или моря так и манит, так и приглашает окунуться. Но и манящая прохладой вода может грозить смертельной опасностью. Прежде всего, нужно обязательно уметь плавать. Недаром еще у древних греков это умение считалось такой же необходимостью, как и умение, читать. Но, научившись плавать, мы сразу забываем об опасностях, грозящих нам в воде. Каждый год в России тонут 15-20 тысяч человек. И большинство из них умели плавать. Сегодня мы повторим правила поведения на воде и около воды.

**Почему мы так любим купаться?**

- Правила поведения на воде были сформулированы еще в XIX веке, когда в 1872 году в России организовали Общество спасения на водах. Сегодня эти правила примерно те же:

***Какие вы знаете правила безопасного поведения на воде? (слайд 3)***

**Правила поведения на воде:**

- Маленьким детям одним купаться нельзя, ходить на пляж можно только с родителями. Старшеклассники уже более самостоятельные, родители отпускают их одних на водоемы. Но как маленьким, так и большим ребятам, нельзя забывать простые правила, которые сделают ваш отдых безопасным для вашего здоровья. **(слайд 4)**

1. Купаться только в разрешённых местах, на пляже. На пляже для людей сделаны удобные, безопасные места, а дно водоемов чистое.

2. Нельзя купаться, если температура воздуха ниже 22°С, а воды - ниже 18°С.

3. Не купайтесь сразу после еды, подождите 1,5-2 часа.

4. Нельзя купаться, если вы плохо себя чувствуете (при насморке, кашле, недомогании). **(Слайд 5)**

5. Нельзя входить в воду разогревшимся, и тем более вспотевшим (после бега, прыжков, игр).

6. Нельзя купаться в штормовую погоду. Волны могут поднять камни в воде, которые могут ударить или вас может накрыть большая волна и тогда можно утонуть7. Не устраивайте в воде опасные игры.

8. Не заплывайте далеко на надувных кругах и матрасах. Ветер может унести их далеко в море, а вместе с ними и тебя. **(Слайд 6)**

9. Не подплывайте близко к кораблям, лодкам, катерам. Не заплывайте за буйки и не взбирайтесь на них.

10. Не плавайте на самодельных плотах. Они могут не выдержать ваш вес, развалиться или перевернуться.

11. Не переохлаждайтесь. Выходить из воды надо до появления озноба. Если долго купаться, то можно заболеть даже летом.

12. Если вы решили покататься на лодке, помните: **(слайд 7)**

- Не перегружайте лодки и катера, не подставляйте борт волне.

- Не подплывайте к проходящим кораблям.

- Не прыгайте в воду с бортов лодок.

- Не меняйтесь местами при движении лодок, не стойте на сиденьях, не садитесь на борта.

- Если лодка перевернулась, не отплывайте от нее до прибытия помощи.

**А что же делать, если вы вдруг поняли, что тонете? (Слайд 8)**

Большинство людей тонут не из-за того, что плохо плавают, а потому что заплыв далеко и испугавшись, поддаются панике и не надеются на себя. Вы можете позвать на помощь раз или два, но если вам некому помочь, надейтесь только на себя.

1. Если у вас свело ногу судорогой, то примите позу «поплавок» и потяните на себя стопу.

2. Если вы сможете проплыть только 5 метров, значит, сможете проплыть и все 50 м! **(Слайд 9)**

3. Не поддавайтесь панике, то есть, не молотите по воде руками и не кричите: «Спасите, тону!», а постарайтесь экономить силы и сохранять размеренное дыхание.

4. Проплывите в сторону берега, сколько сможете, а после этого отдохните. Вы знаете, как можно отдохнуть на воде? Первый способ - лежа на спине. Надо раскинуть руки и ноги, лечь головой на воду, закрыть глаза и расслабиться. При этом нужно только чуть-чуть двигать ногами, помогая себе держаться в горизонтальном положении. Медленно вдохнуть, задержать воздух, медленно выдохнуть. **(Слайд 10)**

5. Второй способ - «поплавок». Вдохнуть, погрузить лицо в воду, обхватить колени руками и прижать их к груди, потом медленно выдохнуть в воду. После этого - быстрый вдох над водой, и опять «поплавок». Отдохнули - поплыли, отдохнули - поплыли, так постепенно вы доберетесь до берега.

6. Когда вы вышли на берег и начали загорать, нужно помнить, что опасным может быть не только море, но и солнце.

**Как же правильно принимать солнечные ванны. (Слайд 11)**

1. Солнечные ванны (т. е. пребывание на солнце без одежды) рекомендуется принимать в тени деревьев или под тентом.

2. Нельзя загорать натощак.

3. Загорать лучше не лежа, а в движении, обязательно надев головной убор.

4. Лучшее время для этого — между 7 и 11 ч утра, а также начиная с 15 ч и до захода солнца. Утром солнце самое «спокойное», а в период с 11 до 15 ч солнечные лучи опасны.

5. В первый день приема солнечных ванн время пребывания на солнце должно быть минимальным — 10—15 мин. Вообще вначале рекомендуется подвергать загару не все тело, а только ноги.

6. Не надо стремиться к тому, чтобы в одночасье стать «шоколадным». Это может привести к ожогам, образованию долго не заживающих ран. **(Слайд 12)**

7. Избежать неприятностей помогают косметические средства, дающие высокий светозащитный эффект. Это различные кремы для загара, а также после загара. Чем больше на креме маркировка SPF, тем больше защита от солнечных лучей.

9. Если вы все-таки обгорели, то можно воспользоваться специальными косметическими средствами, предназначенные для сохранения загара. Если у вас нет возможности купить специальные средства, то можно смазать тело сметаной или кефиром.

Не рекомендуется в жаркую погоду: (**Слайд 13)**

• есть острые и пряные блюда;

• протирать кожу одеколоном;

• мыться с мылом до и после принятия солнечных ванн.

Пренебрегая приведенными правилами, можно получить солнечный или тепловой удар. Солнечный удар можно получить, находясь под прямыми лучами солнца без головного убора. Тепловой удар происходит от потери большого количества жидкости в жаркую погоду. Признаки ударов: повышение температуры тела; тошнота; рвота; головокружение и головная боль; шум в ушах; рябь в глазах.

**Первая помощь при солнечном ударе: (Слайд 14)**

отвести пострадавшего в тень;

положить ему на голову холодное полотенце или лед;

снять стесняющую одежду;

дать выпить теплой минеральной воды;

• если человек потерял сознание, необходимо срочно вызвать «скорую  
Помощь», поскольку такое состояние может угрожать жизни. **(Слайд 15)**

4) Вопросы для закрепления:

При какой температуре воды и воздуха нельзя купаться?

При какой погоде нельзя купаться?

Что делать при сильном течении?

Назовите правила спасения утопающего.

Что не рекомендуется употреблять в жаркую погоду?

Как оказать первую помощь при солнечном ударе?

**(Слайд 16)**

- Итак, ребята, если вы будете помнить и выполнять эти простые правила, то от летнего отдыха получите только удовольствие. А мы желаем вам хороших каникул.