**Подробный конспект урока в 8 классе**

**«Причины дорожно-транспортных происшествий и их последствия»**

|  |  |
| --- | --- |
| **Организационная информация** | |
| Тема урока | Причины дорожно-транспортных происшествий и их последствия |
| Предмет | Основы безопасности жизнедеятельности |
| Класс | 8 класс |
| Автор урока (ФИО, должность) | Раевский Юрий Александрович ,преподаватель-организатор ОБЖ |
| Образовательное учреждение | МБОУСОШ №28 |
| Город/поселение | Ст.Тамань |
| **Методическая информация** | |
| Тип урока (мероприятия, занятия) | Тип урока по основной дидактической цели - ознакомление с новым материалом |
| Цели урока (мероприятия, занятия)  (образовательные, развивающие, воспитательные) | Содействовать формированию у учащихся убеждения о необходимости повышения культуры в области безопасности дорожного движения через рассмотрение понятия, причин и последствий ДТП |
| Задачи урока (мероприятия, занятия) | ***Образовательные:***   * ознакомление с понятием, видами ДТП; * показать роль государства в вопросе воспитания культуры дорожного движения через реализацию целевой федеральной программы «Повышение безопасности дорожного движения в 2006-2012 годах» ;   ***Развивающие:***   * развитие умения сравнивать, анализировать, делать вывод; * развитие коммуникативных навыков;   ***Воспитательные:***   * воспитание культуры безопасного поведения в условиях дорожного движения; * воспитание культуры общения. |
| Используемые педагогические технологии, методы и приемы | Технологии :здоровьесберегающие.  Методы: словесный, наглядный, интерактивный; |
| Время реализации урока (мероприятия, занятия) | 40 минут |
| Знания, умения, навыки и качества, которые актуализируют/приобретут/закрепят/др. ученики в ходе урока (мероприятия, занятия) | Знать:   * что такое ДТП и основные причины; * основные цели и задачи целевая федеральная программа «Повышение безопасности дорожного движения в 2006-2012 годах»;   Уметь:   * находить в тексте необходимую информацию   Навык:   * работа в паре, |
| Необходимое оборудование и материалы | * Учебный класс * Компьютер с мультимедийным проектором, экран; * Учебник и тетрадь * Раздаточный материал * Брошюра ПДД |
| Дидактическое обеспечение урока (мероприятия, занятия) | * Презентация к уроку в программе PowerPoint; * Раздаточный материал для учащихся |
| Список учебной и дополнительной литературы | Учебник: Смирнов А.Т., Основы безопасности жизнедеятельности. 8 класс: учебник для общеобразовательных учреждений/ А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников: под общей редакцией А.Т.Смирнова; Рос. акад. наук, Рос. акад. Образования, изд-во «Просвещение», - 3-е изд – М,: Просвещение, 2009. – 224с. |
| **Ход и содержание урока (мероприятия, занятия),**  **деятельность учителя и учеников.** | |
| Мотивация учащихся | Социологический опрос: при входе в кабинет учащимся предлагается ответить на вопрос «Нарушали ли Вы ПДД», обозначив ответ на листе формата А3 красным (при ответе «да») или зеленым (при ответе «нет») стикером. Затем лист убирается, без анализа и оглашения результатов до момента обсуждения причин ДТП. |
| Подробное описание всех этапов урока (мероприятия, занятия). | Урок сопровождается мультимедийной презентацией. |
| **I этап.**  **Организационный момент** | Приветствие. Проверка готовности к уроку. |
| **II этап.**  **Подготовка к изучению нового** | * Предлагаю просмотреть несколько плакатов и озвучить тему следующего раздела учебника. * Действительно, следующий раздел учебника называется «Безопасность в дорожно-транспортных ситуациях». Ему будет посвящено три урока. Итогом изучения станет игра по ПДД среди 8 классов школ Привокзального микрорайона, в которой примут участие самые знающие и активные ученики параллели восьмых классов |
| **III. Сообщение темы и цели урока** | * Тема безопасности дорожного движения далеко не нова, но актуальности своей не утратила. Ежедневно мы слышим о событиях на дороге, уносящих чьи-то жизни. Самое трагичное и печальное то, что среди них и жители нашего города, нашего микрорайона, выпускники нашей школы. * Что происходит на дороге? * Почему гибнут молодые люди, дети, взрослые? * Почему это происходит? * Именно это нам и предстоит сегодня выяснить. Итак, тема урока «Причины дорожно–транспортных происшествий и их последствия» ***(слайд ).*** |
| **IV этап**  **Изложение нового материала**  **-***работа с текстом ПДД*  **-***работа с материалом учебника*  **-***-физминутка для глаз*  *- анализ статистических данных*  **-***работа в парах*  *-выступления от групп*  **-***анализ опросника*  *-проблемная ситуация*  **-***работа с материалом учебника*  *-побуждающий диалог* | * Но прежде, чем мы выясним причины ДТП, надо разобраться, что же такое «дорожно-транспортное происшествие»? * В этом поможет раздел 1 «Основные термины и понятия» Правил дорожного движения. (Брошюра ПДД, с. 3.) Прочитайте определение. * Итак, «д**орожно-транспортное происшествие (ДТП)** — событие, возникшее в процессе движения по дороге транспортного средства и с его участием, при котором погибли или ранены люди, повреждены транспортные средства, сооружения, грузы либо причинён иной материальный ущерб». ***(слайд )*** * Выделите характерные черты ДТП: (ответы учащихся)   + ДТП – это событие, возникшее при движении по дороге;   + участниками ДТП являются … транспортное средство (одно или несколько), пешеходы, пассажиры;   + есть погибшие или раненые люди;   + нанесен материальный ущерб. * Чем опасно ДТП?   + Основные поражающие факторы при ДТП:     - динамический удар, вызванный почти мгновенной остановкой транспортного средства     - травмирование обломками и частями транспортных средств     - синдром длительного сдавливания при зажатии пострадавших частями транспортных средств     - воздействие высокой температуры и выделяющихся газов в случае возникновения пожара     - воздействие опасных веществ при участии спецтранспорта, перевозящего опасные грузы * Определяют 9 видов ДТП:   + Столкновение   + Опрокидывание   + Наезд     - на стоящее транспортное средство     - наезд на препятствие     - наезд на пешехода     - наезд на велосипедиста     - наезд на гужевой транспорт   + Падение пассажира   + Иной вид ДТП. * Когда произошло первое ДТП, некоторые статистические данные вы узнаете из параграфа 2.1 учебника, с. 30. * *Слайд : Проследите за маршрутом движения автобуса. Конечная И5, А5, А3, Ж3, Ж1, Б1, Б5. И5. Приехали!* * На столах у вас статистика о ситуации на дорогах за последние 25 лет.   + Сравните год 1985 и год 2005.   + Какой год унес максимальное количество жизней?   + Когда произошло наибольшее число ДТП? * Почему же происходят ДТП, что является причиной? Предлагаю обсудить этот вопрос в парах и через 3 минуты называть основные причины ДТП. * Обобщив ответы, мы выделим основные причины: (***слайд )*** * Как вы думаете, какая из них основная? * Предлагаю обратиться к опросному листу «Нарушали ли вы ПДД?» * Каких стикеров больше? ( из опыта работы – красных) * Что это значит? * А значит, что основная причина в нас самих. * Кто не знает правила перехода проезжей части? Тогда почему количество красных стикеров превышает количество зеленых? * Все дело в нас самих! Низкая культура участников дорожного движения – основная проблема. И покуда мы, каждый из нас, это не осознает, ждать улучшения ситуации на дорогах не придется. * В обращении Президента РФ Путина В.В. (2006 год) было сказано: ситуация, когда страна теряет молодое население, сравнима с национальным бедствием. И именно поэтому была разработана целевая федеральная программа «Повышение безопасности дорожного движения в 2006-2012 годах» * Прочитайте о ней в учебнике с. 31-32. * Какую цель преследует? Какие задачи решает? * Сопоставьте их с причинами ДТП и скажите, приносит программа результат? * А можете ли вы принять участие в реализации программы? * Каким образом? * Что можете именно вы? Каждый из вас? Что можем мы? |
| **VI.Рефлексия** | ***(слайд 8).***  - Я знал, что …  - Я узнал, что…  - Я хочу узнать … |
| **VII. Домашнее задание** | * Предлагаю выполнить следующие задания.Проверьте себя *(анимация после каждого задания).* * Оказывается, есть над чем работать. * Итак, тема следующего урока «Организация дорожного движения». * Домашнее задание:   + Подготовить презентации «Правила для водителя», «Правила движения пешехода», «Правила для пассажиров».   + Форма презентации и тема – по выбору**.** |

**План-конспект урока в 8 класс «Безопасный отдых на водоемах»**

**Цель урока**: рассмотреть основные правила безопасного отдыха на водоемах.

**Задачи:**

1.Сформировать у учащихся общие навыки поведения во время отдыха на водоемах.

2.Ознакомить с правилами первой помощи пострадавшим во время отдыха на воде.

3.Воспитывать у учащихся любовь к ЗОЖ.

**Учебные вопросы:**

1.Правила безопасного поведения на воде, знание и соблюдение которых уменьшает возможность несчастных случаев.

2.Водные походы и обеспечение безопасности на воде.

3.Организация и безопасность похода.

4.Возможные аварийные ситуации в водном походе.

Тип урока: комбинированный (проверка знаний, объяснение нового материала)

Оборудование: тетрадь, учебник по ОБЖ Смирнов, Хренников, мультимедиа.

**Ход урока**

**I.Организационный момент.**

**II.Повторение пройденного материала**

* Чем обусловлена необходимость постоянного общения человека с водой?
* Какие основные причины поведения человека приводят к гибели на воде?
* Чем опасно наводнение? Какие существуют рекомендации населению по безопасному поведению при угрозе и во время наводнения?
* Какие существуют меры безопасного поведения человека на замёрзших водоёмах?
* Что должен знать каждый пассажир, поднявшись на борт морского или речного парохода?

**III.Сообщение темы и цели урока. (изучение нового материала)**

Многие современные города и населённые пункты расположены на берегах рек, озёр или морей. Во многих есть пруды, водохранилища и др.

С давних пор человек использовал воду рек и озёр в своём хозяйстве и быту.

Эта вода в процессе её промышленного использования загрязняется различными химическими веществами, становится непригодной для использования человеком и сбрасывается в реки и озёра, загрязняя их. Поэтому в черте города и вблизи него вниз по течению вода в реках не пригодна для питья, а в некоторых местах опасна даже для купания.

Летом в жаркую погоду лучший отдых – на берегу реки, озера или водохранилища, но надо помнить, что не во всех местах можно купаться. Если на берегу установлен знак «Купаться запрещено», не следует нарушать этого запрета, как бы ни было велико желание искупаться.

**Запомните!**

Главное правило безопасного отдыха человека на воде заключается в знании мест, где вода в водоёмах проверена и не представляет опасности для здоровья и где купание разрешено.

**№1 Правила безопасного поведения на воде, знание и соблюдение которых уменьшает возможность несчастных случаев**

Если вы решили искупаться в незнакомом водоёме, то необходимо вначале тщательно обследовать берег и убедиться, что место, выбранное для купания, находится на песчаном берегу с хорошим спуском. Прежде чем войти в воду, нужно внимательно обследовать акваторию, примыкающую к берегу: не торчат ли из воды коряги, не притаились ли на дне топляки (*топляк* – затонувшее при сплаве бревно, брёвна). Дно должно иметь постепенный уклон без ям, уступов, водорослей, острых камней, стекла и других опасных предметов. Нужно присмотреться к воде. Если она не спокойна, значит, здесь могут оказаться подводные ямы, ключи, густые водоросли.

**Внимание!**

После того, как выбрано подходящее место, следует наметить предел, за который нежелательно заплывать. В воду нужно входить осторожно. Никогда не надо прыгать в воду в незнакомых местах. Даже если это место накануне считалось безопасным для прыжков, то за ночь могло принести корягу или кто-то мог что-то сбросить в воду.

Для того чтобы ваш отдых на воде не обернулся трагедией, независимо от водоёма (море, река, озеро, пруд) и места купания (пляж, бассейн, незнакомый водоём) необходимо знать и соблюдать ряд *общих правил поведения на воде во время купания.*

**Это должен знать каждый**

Купаться лучше утром или вечером, когда солнце греет, но нет опасности перегрева. Температура воды должна быть не ниже 18-19 0С, температура воздуха – 20-25 0С.

Продолжительность купания зависит от температуры воздуха и воды, от влажности воздуха и силы ветра. Наиболее благоприятные условия купания – ясная безветренная погода, температура воздуха – 25 0С и более.

Начинать купание следует при температуре воды не ниже 20 0С. Затем переходить к купанию при более низких температурах. Делать это необходимо постепенно, потому что организм должен приспособиться к новому температурному режиму.

Наиболее приемлемыми являются следующие режимы купания:

* + при температуре воды 18 0С – 6-8 мин;
  + при температуре воды 20 0С – 10-12 мин;
  + при температуре воды 24 0С – 15-20 мин.

Ни в коем случае нельзя купаться до озноба: при переохлаждении могут возникнуть судороги. Судорожные сокращения мышц во время плавания, вызванные длительным пребыванием в воде, часто служат причиной несчастных случаев.

**Запомните!**

Если судорогой свело руки и ноги, нужно сохранять спокойствие и продолжать плыть на спине. При ощущении стягивания пальцев руки надо быстро с силой сжать кисть в кулак, сделать резкое отбрасывающее движение рукой в наружную сторону и разжать кулак. При судороге в икроножной мышце необходимо, согнувшись, двумя руками обхватить стопу пострадавшей ноги и с силой потянуть её к себе за пальцы стоп. При судороге мышц бедра необходимо ухватить рукой ногу с наружной стороны, ниже голени у лодыжки (за подъём) и, согнув её в колене, потянуть назад к спине. Следует помнить, что работа сведённой мышцей ускоряет исчезновение судорог.

Если продолжительное время чувствуется озноб, нужно выйти из воды и сделать короткую, но энергичную пробежку по берегу, насухо обтереться полотенцем и после этого можно загорать.

Нельзя входить в воду после длительного пребывания на солнце, так как периферические сосуды сильно расширены для большей теплоотдачи. При охлаждении в воде наступает резкое рефлекторное сокращение мышц, что влечёт за собой остановку дыхания.

При купании надо стараться не заплывать далеко, так как можно не рассчитать своих сил. Почувствовав усталость, не надо теряться и стремиться как можно скорее доплыть до берега. Надо уметь «отдыхать» на воде. Лучшим отдыхом будет положение «лёжа на спине», при котором, действуя лёгкими надавливающими на воду движениями ладоней рук и работой ног, можно поддерживать себя на поверхности воды, чтобы восполнить силы для продолжения плавания.

Бывает так, что вода попадает в дыхательное горло и мешает дышать. Чтобы избавиться от неё, нужно немедленно остановиться, поднять голову возможно выше над водой и сильно откашляться. Если при этом, стоя в воде, энергично работать руками и ногами (давить на воду сверху вниз), то можно ещё выше поднять голову, что поможет лучше откашляться.

Если вас захватило течением и понесло в незнакомое место, нельзя поддаваться панике. Сохраняя хладнокровие, не надо плыть против течения, иначе можно выбиться из сил. Лучше плыть по течению вниз, постепенно под небольшим углом приближаясь к берегу.

**Внимание!**

Никогда не следует подплывать к водоворотам – это самая большая опасность на воде. Они затягивают купающегося на большую глубину и с такой силой, что даже опытный пловец не всегда в состоянии выплыть.

Попав водоворот, нужно набрать побольше воздуха в лёгкие, погрузиться в воду и, сделав сильный рывок в сторону по течению, всплыть на поверхность.

В водоёмах с большим количеством водорослей надо стараться плыть у самой поверхности воды, не задевая растений. Если всё же руки или ноги спутываются стеблями водорослей, то нельзя делать резких движений и рывков, иначе петли растений ещё туже затянутся. Лучше лечь на спину и постараться мягкими, спокойными движениям выплыть в ту сторону, откуда приплыл. Если и это не поможет, то нужно, подтянув ноги, осторожно освободиться от растений руками.

Плавая при волнении водной поверхности, надо внимательно следить за тем, чтобы вдох происходил в промежутки между волнами. Плавая против волн, следует спокойно подниматься на крутую волну и скатываться с неё. Если же волна с гребнем (стеной), то лучше нырять через волну немного ниже его.

**Запомните!**

Очень опасно прыгать головой в воду с плотов, пристаней и других плавучих сооружений!

Под водой могут быть сваи, рельсы, камни и т. п.

Нырять можно только там, где имеется для этого достаточная глубина, прозрачная вода, ровное дно.

Нельзя плавать за ограничительные знаки, так как они ограничивают акваторию с проверенным дном, определённой глубиной. Там гарантировано отсутствие водоворотов и т. д. Не надо плавать далеко от берега или переплывать водоём на спор. Доказать своё умение плавать можно, проплыв несколько раз одну и ту же дистанцию вблизи берега.

**Это должен знать каждый**

Запрещается купаться в зоне водозаборных станций, плотин, пристаней, причалов и других гидротехнических сооружений.

Нельзя подплывать к проходящим судам, катерам, вблизи которых возникают различные водовороты, волны и течения. Если пароход идёт против течения реки, то плывущего может затянуть под судно.

Не следует плавать на надувных предметах. Плавание на них опасно, а для человека, не умеющего плавать, часто заканчивается трагически. Надувные камеры, матрацы очень легки, даже слабого ветра и течения достаточно, чтобы отнести их на большие расстояния. Стоит отвлечься на несколько минут – и берег оказывается вне пределов досягаемости. Матрац может захлестнуть волной, он может выскользнуть из-под пловца и накрыть его с головой. К тому же любой надувной предмет может иметь скрытый дефект, который не всегда удаётся обнаружить своевременно: из него может выйти воздух и он потеряет плавучесть.

Особой осторожности требует купание с маской, трубкой и ластами. Нельзя плавать с трубкой при сильном волнении моря. Плавать надо только вдоль берега и обязательно под постоянным наблюдением, чтобы вовремя могли прийти на помощь.

Важным условием безопасности на воде являются дисциплина и организованность. Шалости не должны переходить известных границ. Ребята старшего возраста порой могут «подшутить» над товарищем: хватать за ноги в то время, когда тот плывёт, окунуть его с головой, держать под водой и т. п. Подобные шутки могут привести к трагическим последствиям. Проводить игры следует на небольшой глубине. Во время игр на воде ни в коем случае нельзя подавать ложные сигналы бедствия типа: «Я тону, на помощь!» Это нервирует окружающих, отвлекает от работы дежурных спасательных постов, которые обязаны в каждом подобном случае спешить на помощь. Имитация несчастного случая может привести к тому, что окружающие, привыкшие к ложным сигналам, не придут на помощь тому, кто по-настоящему будет захлёбываться и тонуть.

Нужно внимательно и бережно относиться к товарищу, не терять его из виду и приходить ему на помощь.

Нельзя оставлять у воды младших братьев и сестёр. Они могут оступиться и упасть, захлебнуться волной или попасть в яму.

Необходимо помнить, что соблюдение мер предосторожности – главное условие безопасности на воде.

**№ 2 Водные походы и обеспечение безопасности на воде**

В походах по рекам, озёрам, морям и водохранилищам удачно сочетаются элементы познавания окружающей природной среды, активного отдыха и оздоровления организма.

Водный туризм доступен практически каждому здоровому человеку. В то же время водный туризм является одним из наиболее сложных видов туризма, и подготовка к водным путешествиям имеет ряд своих особенностей. Учащиеся отправляются в такие походы со старшими или руководителем.

В самом простом походе турист-водник должен уметь хорошо плавать, собирать и ремонтировать туристское судно, правильно упаковывать, размещать и защищать от ветра продовольствие и снаряжение; правильно садиться и сходить с судна, грести и управлять им, подходить, причаливать к берегу и отваливать (отходить) от берега. Турист-водник обязан хорошо знать и распознавать препятствия, встречающиеся на водных маршрутах, владеть приёмами их преодоления. Турист-водник должен уметь применять различные способы самостраховки и взаимной страховки.

**Запомните!**

Основная цель страховки – как можно скорее поднять из воды на берег или на страхующее судно пострадавший экипаж и вытащить аварийное судно.

Основные опасности в водном туризме связаны с особенностями водной среды. Вода обладает большой теплоёмкостью, что может привести при низких температурах к быстрому и опасному для жизни переохлаждению человека, попавшего в воду. Кроме того, всегда существует опасность утонуть.

**Внимание!**

Путешествие на воде требует от участников похода высокой дисциплины, соблюдения правил поведения на маршруте, а также точного и быстрого выполнения команд руководителя.

Для водного туризма используют различные виды лёгких гребных судов, наиболее распространены байдарки, катамараны и надувные лодки. Используются также шлюпки, долбенки, плоскодонки и суда местной постройки.

Большинство туристов-водников совершают свой первый поход на корпусно-разборной байдарке. Это судно наиболее подходит для приобретения начальных навыков плавания и управления судном, умения ориентироваться на реке, распознавать препятствия.

**Подготовка к водному путешествию**

Если для водного путешествия будет использована деревянная лодка местной постройки, то необходимо взять с собой всё, что может потребоваться для её ремонта: смолу, паклю, гвозди, топор, ножовку по дереву, отвёртку, клещи, деревянный молоток и др.

**Это должен знать каждый**

В водном туристском походе туристам необходимо соблюдать ряд основных правил обеспечения безопасности.

* Документы и деньги должны быть упакованы в непромокаемый мешок, который необходимо постоянно держать при себе в застёгивающемся кармане трусов или повесить его на шею.
* Запас спичек, сухой спирт хранить в пластмассовых (металлических) ёмкостях с завинчивающимися крышками.
* Палатку, спальные принадлежности, запасную одежду, бельё, продукты, боящиеся влаги, держать в мешках из полиэтилена.
* Спасательные круги должны быть надуты и уложены: в лодке в носовой части поверх багажа, в байдаке на носовой палубе или за спинами гребцов; спасательные жилеты надеты и приведены в рабочее положение.
* При путешествии на лодках под основную массу вещей используется носовая часть лодки. Продукты рекомендуется держать в ящиках. Костровые и спальные принадлежности целесообразно укрепить вдоль бортов изнутри. Погрузку вещей в лодку производят, когда лодка уже на воде.

**№ 3 Организация и безопасность похода**

При посадке нельзя прыгать в лодку, необходимо входить на судно с кормы по очереди и сразу занимать свои места. После посадки гребцы вставляют уключины, а в уключины вёсла и кладут их по бортам. (*Уключина* – приспособление в борту лодки для упора и удержания весла при гребле.) Рулевой, оттолкнув лодку на свободную воду, занимает своё место.

В походе судно должно находиться в зрительной и голосовой связи с идущими спереди и сзади.

**Внимание!**

Крик на воде должен означать одно: **«Терпим аварию**!» Во всех других случаях – это грубейшее нарушение дисциплины.

Подходя к берегу, рулевой разворачивает лодку против течения и направляет её под малым углом к берегу. По команде рулевого гребцы кладут вёсла по бортам, а рулевой, используя скорость лодки, подводит её к берегу, забивает кол и привязывает (швартует) к нему лодку. Туристы встают по очереди, забирают вёсла и выходят на берег.

**№ 4 Возможные аварийные ситуации в водном походе**

Судно перевернулось на свободной волне

В этой ситуации туристы, идущие впереди потерпевшего судна, ловят уплывшие вещи, а потерпевшие действуют по обстановке. Если место мелкое, то они немедленно должны поставить лодку на киль (перевернуть в исходное положение), вынести её на берег, извлечь из воды утонувшие вещи и просушить их. Если авария случилась на глубине, то группа должна вначале отогнать судно к мелководью.

Судно перевернулось на пороге

Команда перевернувшегося судна хватается за края лодки и плывёт к берегу. Команды судов, находящиеся впереди, вылавливают вещи, уплывшие с перевернувшейся лодки.

**Спасение тонущего**

Если возникает необходимость в спасении тонущего с лодки, то нужно подойти к нему носом или кормой. После этого один из находящихся в лодке, лёжа на носу или на корме (*корма* – задняя часть судна, лодки и некоторых других транспортных средств) и зацепившись ногами за скамейку (банку), помогает тонущему подняться в лодку. Вытаскивать тонущего с борта не следует, так как в этом случае лодка может перевернуться.

При оказании помощи утопающему с байдаки необходимо подать ему спасательный круг, весло, конец верёвки для буксировки и вывести его на мелкое место.

В заключение **отметим**, что отдых на воде очень привлекателен и полезен для здоровья, но пользоваться этим благом надо с умом, чтобы приятное не обернулось несчастьем.

**Это должен знать каждый**

Напомним основные правила, которые должен знать и соблюдать каждый, кто любит активный отдых на воде:

* для купания лучше пользоваться оборудованным пляжем, а если его нет, то постоянным местом для купания, постоянно проверяя его с точки зрения обеспечения безопасности;
* научиться плавать и отдыхать на воде;
* реально оценивать свои возможности держаться на воде (перерывы в плавании снижают ваши возможности. Помните это, когда хотите заплыть подальше);
* не ходить купаться в одиночку, помощь всегда может пригодиться;
* научиться пользоваться спасательными средствами, в том числе и подручными;
* научиться оказывать само- и взаимопомощь терпящим бедствие на воде.

**IV. Итог урока.**

1. Во всех ли водоёмах можно купаться?
2. Какие критерии определяют вашу безопасность при купании в различных водоёмах?
3. Почему не рекомендуется плавать на надувных предметах (матрацах, камерах и др.)?
4. Какие меры безопасности следует соблюдать во время водного похода?
5. Перечислите возможные аварийные ситуации в водном походе и рекомендации по безопасному поведению.

**V.Домашнее задание $3.2 страница 60-71**

в тетради

На основе вашего личного опыта и с учётом рекомендаций сформулируйте основные правила личной безопасности на воде во время купания в различных водоёмах с учётом условий купания и ваших возможностей. Выводы запишите .