

Tiết 25

Bài 6. CẤP CỨU BAN ĐẦU CÁC TAI NẠN THÔNG THƯỜNG VÀ BĂNG BÓ VẾT THƯƠNG (Tiết 1)
PHẦN I: Ý ĐỊNH BÀI GIẢNG

I. MỤC TIÊU

1. Về kiến thức

- Hiểu được nguyên nhân, triệu chứng, cách cấp cứu ban đầu và dự phòng một số tai nạn thường gặp: Bong gân, sai khớp, ngất, điện giật, ngộ độc thức ăn, băng các biện pháp đơn giản, dễ thực hiện.

2. Về kỹ năng

- Biết các biện pháp cấp cứu ban đầu các tai nạn: Bong gân, sai khớp, ngất, điện giật, ngộ độc thức ăn, thường gặp trong lao động, sinh hoạt, vui chơi và hoạt động thể dục thể thao...

3. Thái độ

- Có tinh thần thái độ, tích cực học tập tính cực.
- Rèn luyện ý thức tổ chức kỉ luật, tính kiên nhẫn trong học tập.

4. Định hướng phát triển năng lực

- Biết vận dụng linh hoạt vào trong quá trình học tập và sinh hoạt, sẵn sàng tham gia vào công cuộc xây dựng và bảo vệ tổ quốc.

II. NỘI DUNG VÀ TRỌNG TÂM

1. Nội dung

Đại cương, triệu chứng, cấp cứu ban đầu và cách đề phòng các tai nạn: Bong gân, sai khớp, ngất, điện giật, ngộ độc thức ăn

2. Nội dung trọng tâm

Giúp HS nắm được cách cấp cứu ban đầu các tai nạn: Bong gân, sai khớp, ngất, điện giật, ngộ độc thức ăn

III. THỜI GIAN: 45 phút

IV. TỔ CHỨC VÀ PHƯƠNG PHÁP

1. Tổ chức: Tập trung theo đội hình lớp học.

2. Phương pháp:

Phân nhóm học tập, học sinh nghiên cứu nội dung thảo luận theo nhóm, giáo viên thuyết trình nêu vấn đề, đàm thoại, kết hợp sử dụng các phương tiện trực quan tranh, ảnh, máy chiếu....

V. ĐỊA ĐIỂM: Phòng học

VI. VẬT CHẤT

- Giáo án, SGK GDQP-AN 10, sách giáo viên GDQP-AN 10.
- Vật chất huấn luyện gồm tranh, ảnh, máy chiếu, phiếu học tập, bút....

PHẦN II. THỰC HÀNH BÀI GIẢNG

I. TỔ CHỨC GIẢNG BÀI (5 phút)

1. Ổn định lớp, kiểm tra sĩ số, trang phục, vật chất

- Tập trung lớp học, kiểm tra sĩ số, cơ sở vật chất bảo đảm phục vụ cho học tập, trang phục của học sinh.

2. Phổ biến các quy định

3. Kiểm tra bài cũ: - Em hãy nêu các loại thiên tai chủ yếu ở Việt Nam?

Giáo viên nêu câu hỏi, gọi 1-2 học sinh trả lời, nhận xét, cho điểm.

4. Phổ biến ý định giảng bài

II. TIẾN TRÌNH LÊN LỚP (35 phút)

Hoạt động của GV	Hoạt động của HS	Nội dung
Các tai nạn thường gặp là: bong gân; sai khớp; ngất; điện giật; ngộ độc thức ăn; chết đuối; say nóng, say nắng; nhiễm độc lân hữu cơ. + Mỗi tai nạn kể trên GV cần trình bày theo thứ tự các nội dung sau: - Đại cương: khái niệm, tính chất phổ biến, nguyên nhân xảy ra tai nạn, tính chất tổn thương... - Triệu chứng: mô tả các triệu chứng tại chỗ, triệu chứng toàn thân. - Các biện pháp cấp cứu ban đầu: nêu thứ tự các biện pháp cấp cứu nạn nhân khi xảy ra tai nạn. Đây là các biện pháp đơn giản, dễ thực hiện, cần tiến hành nhanh chóng tại nơi xảy ra tai nạn. - Đề phòng: nêu các biện pháp đề phòng các tai nạn thông thường GV đưa ra các câu hỏi: Các em hãy cho như thế nào là bong gân? Các khớp nào thường hay bị bong gân? Triệu chứng như thế nào?	- Nghiên cứu SGK, nghe, quan sát, thảo luận, trả lời. - Lắng nghe, ghi chép kết luận của giáo viên. - Nghiên cứu SGK, nghe, quan sát, thảo luận, trả lời. - Tr-ớc mỗi phần HS đọc một lần để các bạn theo dõi và tìm hiểu. - Lắng nghe, ghi chép kết luận của giáo viên. HS nghe kĩ câu hỏi của GV sau đó giơ tay phát biểu theo hiểu biết của mình.	1. Bong gân: (7-8 phút) a) Đại cương. b) Triệu chứng. c) Cấp cứu ban đầu và đề phòng. * Cấp cứu ban đầu: - Băng ép nhẹ - Chườm lạnh - Bất động chi - Chuyển đến cơ sở y tế * Cách đề phòng 2. Sai khớp. (7-8 phút) a) Đại cương. b) Triệu chứng. c) Cấp cứu ban đầu và đề phòng. * Cấp cứu ban đầu - Bất động khớp bị sai, giữ nguyên tư thế sai lệch - Chuyển đến cơ sở y tế. * Cách đề phòng 3. Ngất: (7-8 phút) a) Đại cương. b) Triệu chứng. c) Cấp cứu ban đầu và đề phòng. * Cấp cứu ban đầu: - Đặt nạn nhân nằm ngay ngắn vào nơi thoáng khí, yên tĩnh ... - Lưu thông đường thở - Cởi cúc áo, quần, nới thắt lưng để máu lưu thông.

GV: Như thế nào gọi là sai khớp? Các khớp nào hay bị sai? Triệu chứng như thế nào? Chỉ có bình thường hay biến dạng? GV: Em hãy phân biệt triệu chứng của tai nạn bong gân và tai nạn sai khớp? GV: Như thế nào được xem là người ngất? Ngất và hôn mê có gì khác nhau? Các triệu chứng xuất hiện như thế nào? GV: Ngộ độc thức ăn là gì? Vì sao ta bị ngộ độc thức ăn? Các triệu chứng xuất hiện như thế nào? Cấp cứu ban đầu các loại ngộ độc trên như thế nào?	HS trình bày theo thứ tự: đại c-ong, triệu chứng ban đầu, cấp cứu ban đầu và cách đề phòng. HS có thể mở rộng câu hỏi bằng cách tự liên hệ với những tr-ờng hợp đã thấy hoặc nghe kể. - Học sinh phân biệt các triệu chứng, giống và khác nhau. Sau khi GV đ-a ra câu hỏi HS nếu ch-a hiểu có thể hỏi GV, sau đó đưa ra ý kiến của mình. Học sinh trả lời, giáo viên tổng hợp, kết luận, cho học sinh ghi chép những ý chính.	- Xoa bóp lên cơ thể..... - Nếu nạn nhân tỉnh có thể cho uống nước gừng tươi, nước tỏi hòa với rượu và nước đun sôi. - Nếu nạn nhân chưa tỉnh:.... <i>* Cách đề phòng</i> 4. Điền giạt: (7-8 phút) a) <i>Đại cương.</i> b) <i>Triệu chứng.</i> c) <i>Cấp cứu ban đầu và đề phòng .</i> <i>* Cấp cứu ban đầu:</i> - Cách ly nạn nhân khỏi nguồn điện:.... - Nếu nạn nhân ngừng thở phải hô hấp nhân tạo và ép tim ngoài lồng ngực ngay. - Chuyển nạn nhân đến cơ sở y tế <i>* Cách đề phòng</i> 5. Ngộ độc thức ăn: (7-8 phút) a) <i>Đại cương.</i> b) <i>Triệu chứng.</i> c) <i>Cấp cứu ban đầu và đề phòng .</i> <i>* Cấp cứu ban đầu:</i> - Chống mất nước - Chống nhiễm khuẩn - Chống trụy tim mạch và trợ sức - Cho nhịn ăn hoặc ăn lỏng 1-2 bữa/ngày để ruột được nghỉ ngơi. - Nặng phải chuyển ngay đến các cơ sở y tế. <i>* Cách đề phòng</i>
--	--	--

PHẦN III: KẾT THÚC HUẤN LUYỆN (5 phút)

1. Hệ thống củng cố nội dung đã giảng dạy trong bài
 2. H- ớng dẫn nội dung cần ôn luyện
 3. Nhận xét đánh giá buổi học
 4. Kiểm tra vật chất, trang bị, xuống lớp.
- Rút kinh nghiệm:

Tiết 26

Bài 6. CẤP CỨU BAN ĐẦU CÁC TAI NẠN THÔNG THƯỜNG VÀ BĂNG BÓ VẾT THƯƠNG (Tiết 2)
PHẦN I: Ý ĐỊNH BÀI GIẢNG

I. MỤC TIÊU

1. Về kiến thức

- Hiểu được nguyên nhân, triệu chứng, cách cấp cứu ban đầu và dự phòng một số tai nạn thường gặp: chết đuối, say nắng, say nóng, nhiễm độc lân hữu cơ, băng các biện pháp đơn giản, dễ thực hiện.

2. Về kỹ năng

- Biết các biện pháp cấp cứu ban đầu các tai nạn: chết đuối, say nắng, say nóng, say nắng, nhiễm độc lân hữu cơ, thường gặp trong lao động, sinh hoạt, vui chơi và hoạt động thể dục thể thao...

3. Thái độ

- Có tinh thần thái độ, tích cực học tập tính cực.
- Rèn luyện ý thức tổ chức kỉ luật, tính kiên nhẫn trong học tập.

4. Định hướng phát triển năng lực

- Biết vận dụng linh hoạt vào trong quá trình học tập và sinh hoạt, sẵn sàng tham gia vào công cuộc xây dựng và bảo vệ tổ quốc.

II. NỘI DUNG VÀ TRỌNG TÂM

1. Nội dung

Đại cương, triệu chứng, cấp cứu ban đầu và cách đề phòng các tai nạn: chết đuối; say nắng, say nóng; nhiễm độc lân hữu cơ.

2. Trọng tâm

Cách cấp cứu ban đầu các tai nạn: chết đuối ; say nắng, say nóng; nhiễm độc lân hữu cơ.

III. THỜI GIAN: 45 phút

IV. TỔ CHỨC VÀ PHƯƠNG PHÁP

1. Tổ chức: Tổ chức học tập trung theo lớp và các nhóm học tập.
2. Phương pháp: Phân nhóm học tập, học sinh nghiên cứu nội dung thảo luận theo nhóm, giáo viên thuyết trình nêu vấn đề, đàm thoại, kết hợp sử dụng các phương tiện trực quan tranh, ảnh, máy chiếu....

V. ĐỊA ĐIỂM: Phòng học lớp 10A9.

VI. VẬT CHẤT

- Giáo án, SGK GDQP-AN 10, sách giáo viên GDQP-AN 10.
- Vật chất huấn luyện gồm tranh, ảnh, máy chiếu, phiếu học tập, bút....

PHẦN II. THỰC HÀNH GIẢNG BÀI

I. TỔ CHỨC GIẢNG BÀI (5 phút)

1. Ổn định lớp, kiểm tra sĩ số, trang phục, vật chất

- Tập trung lớp học, kiểm tra sĩ số, cơ sở vật chất bảo đảm phục vụ cho học tập, trang phục của học sinh.

2. Phổ biến các quy định

3. Kiểm tra bài cũ: Giáo viên nêu câu hỏi, gọi 1-2 học sinh trả lời, nhận xét, cho điểm.

4. Phổ biến ý định giảng bài

II. TIẾN TRÌNH LÊN LỚP (35 phút)

6. Chết đuối: 10 - 12 phút

Nội dung	Hoạt động của giáo viên và học sinh
a) Đại cương - Chết đuối là tình trạng thiếu oxi do cơ thể bị chìm trong nước. - Việc cấp cứu tại chỗ là quyết định. b) Triệu chứng: * Nạn nhân có thể ở trong tình trạng: - Nhẹ: Giãy dụa, sặc trào nước, tim còn đập. - Vừa: Khi đã mê man, người tím tái, tim mới ngừng đập. - Nặng: Khi da nạn nhân đã trắng bạch hoặc tím xanh, đồng tử đã giãn rộng, tim ngừng đập. c) Cấp cứu ban đầu và cách đề phòng * Cấp cứu: - Vớt nạn nhân. - Khi đưa được nạn nhân lên bờ: + Nhanh chóng dốc nước ra khỏi dạ dày. + Lưu thông đường thở. + Hô hấp nhân tạo. + Khi tự thở được nhưng còn hôn mê, phải để nạn nhân ở tư thế nằm nghiêng đầu về một bên. + Nhanh chóng chuyển nạn nhân tới bệnh viện để được điều trị tiếp theo. * Cách đề phòng: - Chấp hành nghiêm các quy định về giao thông đường thủy và những quy định khi làm việc, luyện tập ở dưới nước. - Tập bơi. - Quản lý tốt trẻ em.	- Giáo viên trình chiếu hình ảnh. - Gv: Những hình ảnh trên liên quan đến tai nạn gì? - Học sinh quan sát trả lời câu hỏi. - Gv: Em hãy nêu những triệu chứng của chết đuối? - Học sinh nghiên cứu tài liệu, SGK, thực tiễn trả lời câu hỏi. -Gv kết luận cho học sinh ghi chép những ý chính. - Gv: Khi gặp trường hợp chết đuối chúng ta phải làm gì? - Học sinh nghiên cứu tài liệu, SGK, thực tiễn trả lời câu hỏi. - Gv tổng hợp những điểm cần lưu ý khi cấp cứu ban đầu chết đuối. - Để giảm thiểu tai nạn chết đuối chúng ta nên thực hiện những điều gì? Học sinh trả lời, giáo viên tổng hợp, kết luận, cho học sinh ghi chép những ý chính.

7. Say nắng, say nóng: 10 - 12 phút

Nội dung	Hoạt động của giáo viên và học sinh
a) Đại cương	

- Say nóng, say nắng là tình trạng rối loạn điều hòa nhiệt độ do môi trường nóng nắng gây nên, cơ thể không còn tự điều hòa nhiệt độ được nữa. - Việc phòng và chống say nóng, say nắng là rất cần thiết. b) Triệu chứng - Sớm nhất là tình trạng chuột rút. - Sau đó là nhức đầu, chóng mặt, mệt mỏi, chân tay rã rời, khó thở. - Triệu chứng say nóng điển hình: + Sốt cao 40 - 42⁰C, hoặc hơn + Mạch nhanh 120 - 150 lần/phút. + Thở nhanh trên 30 nhịp/phút. + Choáng váng, buồn nôn, sợ ánh sáng, nặng hơn có thể ngất, hôn mê, có thể bị kích động mê sảng, co giật như động kinh. c) Cấp cứu ban đầu và đề phòng * Cấp cứu ban đầu + Đưa nạn nhân vào nơi thoáng mát, bóng râm. + Cởi bỏ quần áo. + Quạt mát, chườm lạnh bằng khăn ướt mát hoặc xoa cồn 45⁰. + Cho uống nước đường và muối, tốt nhất là dùng nước orezol hoặc nước đường chanh muối. Những trường hợp nặng hơn như: hôn mê, co giật sau khi sơ cứu phải được chuyển đến bệnh viện để cứu chữa kịp thời. * Đề phòng - Không làm việc, tập luyện và thi đấu thể thao dưới trời nắng gắt. - Nếu buộc phải làm việc ở những nơi nắng, nóng phải bảo đảm thông gió tốt, đội mũ nón khi trời nắng.	- Giáo viên chia học sinh thành các nhóm nghiên cứu theo các nội dung: + Nhóm 1: Đại cương về say nóng, say nắng. + Nhóm 2: Triệu chứng ban đầu của say nóng, say nắng. + Nhóm 3: Cấp cứu ban đầu say nắng, say nóng. + Nhóm 4: Cách đề phòng say nắng, say nắng. - Các nhóm nghiên cứu theo nội dung giáo viên định hướng. - Các nhóm cử người lên trình bày nội dung nhóm mình chuẩn bị. - Nhóm còn lại quan sát, lắng nghe, bổ sung. - Giáo viên tổng hợp, kết luận. Cho học sinh ghi chép những ý chính.. - Học sinh quan sát, lắng nghe, ghi chép những ý chính
---	--

- Ăn uống đủ nước, đủ muối khoáng.
- Luyện tập để làm quen và thích với môi trường nắng nóng.

8. Nhiệm độc lân hữu cơ: 10 - 12 phút

Nội dung	Hoạt động của giáo viên và học sinh
a. Đại cương - Lân hữu cơ là các hợp chất hóa học như: Tiôphốt, Vôphatôc... dùng để trừ sâu bọ, côn trùng, nấm có hại. - Do không tôn trọng nguyên tắc trong quá trình sử dụng và bảo quản dẫn tới nhiễm độc lân hữu cơ. - Chất lân xâm nhập vào cơ thể bằng đường hô hấp, tiêu hóa và trực tiếp qua da. b. Triệu chứng - Nhiễm độc cấp cứu: nạn nhân thấy lợm giọng, nôn mửa, đau đầu, đau các cơ, rối loạn thị giác... đặc biệt là đồng tử co hẹp, có khi chỉ nhỏ bằng đầu đinh ghim. - Nhiễm độc nhẹ: các triệu chứng trên xuất hiện muộn và nhẹ hơn. c. Cấp cứu ban đầu và đề phòng * Cấp cứu ban đầu - Nhanh chóng dùng thuốc giải độc đặc hiệu. - Xử trí theo đường ngộ độc: + Nếu thuốc vào đường tiêu hóa bằng mọi biện pháp gây nôn. + Nếu thuốc qua da, phải rửa bằng nước vô trùng, nước xà phòng. + Nếu thuốc vào mắt, rửa mắt bằng nước muối sinh lý. - Nếu có điều kiện dùng thuốc trợ tim mạch, trợ sức. - Chuyển ngay đến các cơ sở y tế để kịp thời cứu chữa. * Cách đề phòng - Chấp hành đúng các quy định, chế độ vận chuyển, bảo quản và sử dụng thuốc trừ sâu.	- Gv: thuyết trình cho học sinh đại cương về lân hữu cơ. Trình chiếu các hình ảnh sử dụng lân hữu cơ, nhiễm độc lân hữu cơ. Học sinh chú ý quan sát, lắng nghe, trả lời, ghi chép những ý chính. - Gv: Nêu triệu chứng của nhiễm độc lân hữu cơ? - Học sinh nghiên cứu tài liệu, SGK, thực tiễn trả lời câu hỏi. - Giáo viên kết luận cho học sinh ghi chép những ý chính. - Giáo viên thuyết trình về cấp cứu ban đầu nhiễm độc lân hữu cơ. Học sinh chú ý quan sát, lắng nghe, ghi chép những ý chính. - Để đề phòng nhiễm độc lân hữu cơ chúng ta phải làm gì? - Học sinh nghiên cứu tài liệu, SGK, thực tiễn trả lời câu hỏi. - Giáo viên liên hệ thực tiễn, kết luận cho học sinh ghi chép những ý chính.

- Khi phun thuốc trừ sâu phải pha đúng liều lượng và có các phương tiện để bảo vệ (quần áo, mũ lao động, khẩu trang, găng tay...); quay lưng về hướng gió và chỉ nên phun 10 phút thì nghỉ, sau đó mới tiếp tục phun. - Không dùng thuốc trừ sâu để chữa ghẻ, diệt chấy, rận... - Khi tiếp xúc với thuốc trừ sâu không được ăn, uống, hút thuốc lá. Sau khi làm việc xong phải thay quần áo, tắm rửa sạch sẽ bằng xà phòng.	
---	--

PHẦN III: KẾT THÚC HUẤN LUYỆN (5 phút)

1. Hệ thống củng cố nội dung đã giảng dạy trong bài
 2. H- ớng dẫn nội dung cần ôn luyện
 3. Nhận xét đánh giá buổi học
 4. Kiểm tra vật chất, trang bị, xuống lớp.
- Rút kinh nghiệm:

.....

.....

.....

Tiết 27

Bài 6. CẤP CỨU BAN ĐẦU CÁC TAI NẠN THÔNG THƯỜNG VÀ BĂNG BÓ VẾT THƯƠNG (Tiết 3)

PHẦN I: Ý ĐỊNH BÀI GIẢNG

I. MỤC TIÊU

1. Về kiến thức

- Hiểu được mục đích, nguyên tắc băng vết thương, các loại băng và kỹ thuật các kiểu băng cơ bản.

2. Về kỹ năng

- Nắm được cách băng các vết thương tại các vị trí trên cơ thể bằng băng cuộn và ứng dụng các phương tiện sẵn có tại chỗ.

- Vận dụng linh hoạt các kỹ năng băng bó vết thương vào trong thực tế cuộc sống, sẵn sàng tham gia vào công cuộc xây dựng và bảo vệ tổ quốc.

3. Thái độ

- Có tinh thần thái độ, tích cực học tập tính cực.

- Rèn luyện ý thức tổ chức kỉ luật, tính kiên nhẫn trong học tập.

4. Định hướng phát triển năng lực

- Biết vận dụng linh hoạt vào trong quá trình học tập và sinh hoạt, sẵn sàng tham gia vào công cuộc xây dựng và bảo vệ tổ quốc.

II. NỘI DUNG VÀ TRỌNG TÂM

1. Nội dung

II: Băng vết thương

1. Mục đích

2. Nguyên tắc băng

3. Các loại băng

4. Kỹ thuật băng cơ bản

2. Nội dung trọng tâm

Quan sát giáo viên thực hiện động tác mẫu băng vết thương

III. THỜI GIAN: 45 phút

IV. TỔ CHỨC VÀ PHƯƠNG PHÁP

1. Tổ chức: Tập trung theo đội hình lớp học.

2. Phương pháp:

Giáo viên thuyết trình nêu vấn đề, đàm thoại, kết hợp làm mẫu động tác sử dụng các phương tiện trực quan tranh, ảnh, máy chiếu....

V. ĐỊA ĐIỂM: Phòng học lớp 10A...

VI. VẬT CHẤT

- Giáo án, SGK GDQP-AN 10, sách giáo viên GDQP-AN 10.

- Vật chất huấn luyện gồm các loại băng vết thương, tranh, ảnh, máy chiếu.....

PHẦN II. THỰC HÀNH GIẢNG BÀI

I. TỔ CHỨC GIẢNG BÀI (5 phút)

1. Ổn định lớp: kiểm tra sĩ số, trang phục, vật chất

2. Phổ biến các quy định

3. Kiểm tra bài cũ:

Giáo viên nêu câu hỏi, gọi 1-2 học sinh trả lời, nhận xét, cho điểm.

4. Phổ biến ý định giảng bài

II. TIẾN TRÌNH LÊN LỚP (35 phút)

Hoạt động của GV	Hoạt động của HS	Nội dung
GV: Mục đích băng vết thương là để làm gì?	- Nghiên cứu SGK, nghe, quan sát, thảo luận, trả lời. - Tr-óc mỗi phần HS đọc một lần để các bạn theo dõi và tìm hiểu. - Lắng nghe, ghi chép kết luận của giáo viên.	II/ BĂNG VẾT THƯƠNG 1. Mục đích: (3-5 phút) a) <i>Bảo vệ cho vết thương khỏi bị ô nhiễm.</i> Người bị thương được băng ngay sẽ có tác dụng ngăn cản, hạn chế sự xâm nhập của vi khuẩn vào vết thương, góp phần làm cho vết thương mau lành. b) <i>Cầm máu tại vết thương.</i> Máu có ở khắp cơ thể sẽ theo vết thương ra ngoài, nếu được băng ép chặt sẽ hạn chế việc mất máu góp phần tạo cho cơ thể mau hồi phục. c) <i>Giảm đau đớn cho nạn nhân.</i> Vết thương khi đã băng, chống được sự cọ sát, va quệt gây đau đớn, làm cho vết thương được yên tĩnh trong quá trình vận chuyển. 2. Nguyên tắc băng. (3-5 phút) a) <i>Băng kín, băng hết các vết thương.</i> b) <i>Băng chắc (đủ độ chặt)</i> c) <i>Băng sớm, băng nhanh, đúng quy trình thao tác kỹ thuật.</i> 3. Các loại băng (2-3 phút)
GV: Nguyên tắc băng ra sao?	HS có thể mở rộng câu hỏi bằng cách tự liên hệ với những tr-ờng hợp đã thấy hoặc nghe kể.	
GV: Tại sao khi băng phải băng chắc đủ độ chặt?		
GV giới thiệu cho học sinh các loại băng chủ yếu, kết hợp trình chiếu băng phương	Hs chú ý quan sát giáo viên	

tiện trực quan các loại băng giáo viên hiện có. GV: Giới thiệu và thực hành các kiểu băng cơ bản theo 3 bước: * Bước 1: Làm nhanh * Bước 2: Làm chậm * Bước 3: Làm tổng hợp GV: Gọi 1 HS lên làm người bị nạn để vừa thực hiện vừa cho các em quan sát. GV nói đến đâu làm đến đó. Gv nêu rõ ý nghĩa, tác dụng và cách thực hiện từng động tác, đặc biệt là những chỗ giao nhau, chỗ khó phải nói rõ đặc điểm của vị trí đó và cách thực hiện để đạt đ-ợc tiêu chuẩn kĩ thuật. Chú ý các động tác phải chuẩn, vị trí băng dễ nhìn, khi thực hiện xong kĩ thuật băng phải đạt tiêu chuẩn chắc, đẹp.	giới thiệu. Năm được các loại băng. HS chú ý quan sát từng b-ớc của GV và nắm được các kiểu băng cơ bản. HS chú ý quan sát từng b-ớc của GV và nắm được cách áp dụng cụ thể các kiểu băng.	- Băng cá nhân - Băng cuộn - Băng tam giác 4. Kĩ thuật băng vết thương. (25 phút) a) <i>Các kiểu băng cơ bản:</i> Có nhiều kiểu băng khác nhau: Băng vòng xoắn, băng số 8, băng chữ nhân, băng vành khăn, băng đầu... - Băng vòng xoắn - Băng số 8 Thông thạo 2 kiểu băng này sẽ băng toàn bộ các bộ phận cơ thể. b) <i>Áp dụng cụ thể:</i> - Băng các đoạn chi - Băng vai, nách - Băng ngực, lưng - Băng bụng. - Băng vùng gối - gót chân - vùng khuỷu. - Băng vùng khoeo, nếp khuỷu. - Băng bàn chân - bàn tay - Băng vùng đầu - cổ - mặt . + Băng trán + Băng một bên mắt + Băng đầu (kiểu quai mũ
--	---	--

PHẦN III: KẾT THÚC HUẤN LUYỆN (5 phút)

1. Hệ thống củng cố nội dung đã giảng dạy trong bài

2. H- ớng dẫn nội dung cần ôn luyện
 3. Nhận xét đánh giá buổi học
 4. Kiểm tra vật chất, trang bị, xuống lớp.
- Rút kinh nghiệm:

Tiết 28

Bài 6. CẤP CỨU BAN ĐẦU CÁC TAI NẠN THÔNG THƯỜNG VÀ BĂNG BÓ VẾT THƯƠNG (Tiết 4)

PHẦN I: Ý ĐỊNH BÀI GIẢNG

I. MỤC TIÊU

1. Về kiến thức

- Kỹ thuật các kiểu băng cơ bản, áp dụng cụ thể các kiểu băng vào các vết thương.

2. Về kỹ năng

- Băng được vết thương tại các vị trí trên cơ thể bằng băng cuộn và ứng dụng các phương tiện sẵn có tại chỗ.

- Vận dụng linh hoạt các kỹ năng băng bó vết thương vào trong thực tế cuộc sống, sẵn sàng tham gia vào công cuộc xây dựng và bảo vệ tổ quốc.

3. Thái độ

- Có tinh thần thái độ, tích cực học tập tính cực.

- Rèn luyện ý thức tổ chức kỉ luật, tính kiên nhẫn trong học tập.

4. Định hướng phát triển năng lực

- Biết vận dụng linh hoạt vào trong quá trình học tập và sinh hoạt, sẵn sàng tham gia vào công cuộc xây dựng và bảo vệ tổ quốc.

II. NỘI DUNG VÀ TRỌNG TÂM

1. Nội dung

II. Băng vết thương

Luyện tập băng vết thương

2. Nội dung trọng tâm

Luyện tập băng vết thương

III. THỜI GIAN: 45 phút

IV. TỔ CHỨC VÀ PHƯƠNG PHÁP

1. Tổ chức: Tập trung theo đội hình lớp học.

2. Phương pháp:

Phân nhóm luyện tập dưới sự duy trì của tổ trưởng, giáo viên quan sát chỉ huy chung, sửa sai kết hợp với các phương tiện trực quan.

V. ĐỊA ĐIỂM: Sân tập GDQP của nhà trường

VI. VẬT CHẤT

- Giáo án, SGK GDQP-AN 10, sách giáo viên GDQP-AN 10.

- Vật chất huấn luyện gồm các loại băng vết thương, tranh, ảnh, phương tiện hỗ trợ.....

PHẦN II. THỰC HÀNH GIẢNG BÀI

I. TỔ CHỨC GIẢNG BÀI (5 phút)

1. Ổn định lớp: kiểm tra sĩ số, trang phục , vật chất

2. Phổ biến các quy định

3. Kiểm tra bài cũ:

Giáo viên nêu câu hỏi, gọi 1-2 học sinh trả lời, nhận xét, cho điểm.

4. Phổ biến ý định giảng bài

II. TIẾN TRÌNH LÊN LỚP (35 phút)

Hoạt động 1: LUYỆN TẬP (30 phút)

Hoạt động của GV và học sinh	Nội dung
- Phổ biến kế hoạch luyện tập: Nội dung, thời gian, phương pháp, kí tín ám hiệu hiệp đồng, vị trí tập luyện. - Tổ chức: Luyện tập theo tổ học tập dưới sự duy trì của tổ trưởng. GV quan sát chỉ huy chung. - Phương pháp: Tổ học tập ngồi thành hàng ngang theo vị trí quy định từng cá nhân nghiên cứu 3-5 phút, sau đó phân nhóm, mỗi nhóm 3 học sinh (1 ng-ời thực hiện động tác băng vết thương, 1 ng-ời đóng giả nạn nhân và 1 ng-ời kiến tập), thay phiên nhau làm động tác băng vết thương trên cơ thể của bạn mình với từng nội dung các kiểu băng. Trong quá trình luyện tập từng học sinh theo dõi, góp ý cho nhau để nắm chắc nội dung từng kiểu băng ở các vị trí khác nhau trên cơ thể. - Kí tín hiệu luyện tập: + Một hồi còi bắt đầu tập luyện. + Hai hồi còi giải lao. + Ba hồi còi về vị trí tập trung. - Duy trì tập luyện: + Gv quan sát, theo dõi tổ, nhóm luyện tập, phát hiện sai sót để uốn nắn, sửa chữa. + Nếu học sinh nào làm sai Gv đến tận nơi sửa	- Băng các đoạn chi - Băng vai, nách - Băng ngực, lưng - Băng bụng. - Băng vùng gối - gót chân - vùng khuỷu. - Băng vùng khoeo, nếp khuỷu. - Băng bàn chân - bàn tay - Băng vùng đầu - cổ - mặt . + Băng trán + Băng một bên mắt + Băng đầu (kiểu quai mũ)

chữa cho học sinh đó.

+ Tổ nào có nhiều ng- ời sai thì ra tín hiệu cho tổ đó dừng tập, tập trung hết lại để GV sửa sai, h- ớng dẫn lại.

Hoạt động 2: TẬP TRUNG HỘI THAO (5 phút)

+ Thành phần: Mỗi tổ 1 ng- ời.

+ Nội dung: Kỹ thuật băng bó vết th- ơng các vị trí trên cơ thể.

+ Ph- ơng pháp: GV chỉ định vị trí vết thương, từng tổ sẽ thực hành băng bằng các kiểu băng cơ bản. Các học sinh còn lại quan sát, nhận xét. Giáo viên nhận xét chung.

PHẦN III: KẾT THÚC HUẤN LUYỆN (5 phút)

1. Hệ thống củng cố nội dung đã giảng dạy trong bài

2. H- ớng dẫn nội dung cần ôn luyện

3. Nhận xét đánh giá buổi học

4. Kiểm tra vật chất, trang bị, xuống lớp.

- Rút kinh nghiệm:

.....

Tiết 29

Bài 6. CẤP CỨU BAN ĐẦU CÁC TAI NẠN THÔNG THƯỜNG VÀ BĂNG BÓ VẾT THƯƠNG (Tiết 5)

PHẦN I: Ý ĐỊNH BÀI GIẢNG

I. MỤC TIÊU

1. Về kiến thức

- Kỹ thuật các kiểu băng cơ bản, áp dụng cụ thể các kiểu băng vào các vết thương.

2. Về kỹ năng

- Băng được vết thương tại các vị trí trên cơ thể bằng băng cuộn và ứng dụng các phương tiện sẵn có tại chỗ.

- Vận dụng linh hoạt các kỹ năng băng bó vết thương vào trong thực tế cuộc sống, sẵn sàng tham gia vào công cuộc xây dựng và bảo vệ tổ quốc.

3. Thái độ

- Có tinh thần thái độ, tích cực học tập tính cực.

- Rèn luyện ý thức tổ chức kỉ luật, tính kiên nhẫn trong học tập.

4. Định hướng phát triển năng lực

- Biết vận dụng linh hoạt vào trong quá trình học tập và sinh hoạt, sẵn sàng tham gia vào công cuộc xây dựng và bảo vệ tổ quốc.

II. NỘI DUNG VÀ TRỌNG TÂM

1. Nội dung

II. Băng vết thương

Luyện tập băng vết thương

2. Nội dung trọng tâm

Luyện tập băng vết thương

III. THỜI GIAN: 45 phút

IV. TỔ CHỨC VÀ PHƯƠNG PHÁP

1. Tổ chức: Tập trung theo đội hình lớp học.

2. Phương pháp:

Phân nhóm luyện tập dưới sự duy trì của tổ trưởng, giáo viên quan sát chỉ huy chung, sửa sai kết hợp với các phương tiện trực quan.

V. ĐỊA ĐIỂM: Sân tập GDQP của nhà trường

VI. VẬT CHẤT

- Giáo án, SGK GDQP-AN 10, sách giáo viên GDQP-AN 10.

- Vật chất huấn luyện gồm các loại băng vết thương, tranh, ảnh, phương tiện hỗ trợ.....

PHẦN II. THỰC HÀNH GIẢNG BÀI

I. TỔ CHỨC GIẢNG BÀI (5 phút)

1. Ổn định lớp: kiểm tra sĩ số, trang phục , vật chất

2. Phổ biến các quy định

3. Kiểm tra bài cũ:

Giáo viên nêu câu hỏi, gọi 1-2 học sinh trả lời, nhận xét, cho điểm.

4. Phổ biến ý định giảng bài

II. TIẾN TRÌNH LÊN LỚP (35 phút)

Hoạt động 1: LUYỆN TẬP (30 phút)

Hoạt động của GV và học sinh	Nội dung
- Phổ biến kế hoạch luyện tập: Nội dung, thời gian, phương pháp, kí tín ám hiệu hiệp đồng, vị trí tập luyện. - Tổ chức: Luyện tập theo tổ học tập dưới sự duy trì của tổ trưởng. GV quan sát chỉ huy chung. - Phương pháp: Tổ học tập ngồi thành hàng ngang theo vị trí quy định từng cá nhân nghiên cứu 3-5 phút, sau đó phân nhóm, mỗi nhóm 3 học sinh (1 người thực hiện động tác băng vết thương, 1 người đóng giả nạn nhân và 1 người kiến tập), thay phiên nhau làm động tác băng vết thương trên cơ thể của bạn mình với từng nội dung các kiểu băng. Trong quá trình luyện tập từng học sinh theo dõi, góp ý cho nhau để nắm chắc nội dung từng kiểu băng ở các vị trí khác nhau trên cơ thể. - Kí tín hiệu luyện tập: + Một hồi còi bắt đầu tập luyện. + Hai hồi còi giải lao. + Ba hồi còi về vị trí tập trung. - Duy trì tập luyện: + Gv quan sát, theo dõi tổ, nhóm luyện tập, phát hiện sai sót để uốn nắn, sửa chữa. + Nếu học sinh nào làm sai Gv đến tận nơi sửa	- Băng các đoạn chi - Băng vai, nách - Băng ngực, lưng - Băng bụng. - Băng vùng gối - gót chân - vùng khuỷu. - Băng vùng khoeo, nếp khuỷu. - Băng bàn chân - bàn tay - Băng vùng đầu - cổ - mặt . + Băng trán + Băng một bên mắt + Băng đầu (kiểu quai mũ)

chữa cho học sinh đó.

+ Tổ nào có nhiều ng- ời sai thì ra tín hiệu cho tổ đó dừng tập, tập trung hết lại để GV sửa sai, h- ớng dẫn lại.

Hoạt động 2: TẬP TRUNG HỘI THAO (5 phút)

+ Thành phần: Mỗi tổ 1 ng- ời.

+ Nội dung: Kỹ thuật băng bó vết th- ơng các vị trí trên cơ thể.

+ Ph- ơng pháp: GV chỉ định vị trí vết thương, từng tổ sẽ thực hành băng bằng các kiểu băng cơ bản. Các học sinh còn lại quan sát, nhận xét. Giáo viên nhận xét chung.

PHẦN III: KẾT THÚC HUẤN LUYỆN (5 phút)

1. Hệ thống củng cố nội dung đã giảng dạy trong bài

2. H- ớng dẫn nội dung cần ôn luyện

3. Nhận xét đánh giá buổi học

4. Kiểm tra vật chất, trang bị, xuống lớp.

- Rút kinh nghiệm:

.....

.....

.....