**Филиал «Примокшанская средняя общеобразовательная школа»**

**МБОУ «Ковылкинская СОШ им.Героя Советского Союза М.Г. Гуреева»**

**Центр образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста»**



УТВЕРЖДАЮ

Директор школы

Палаев В.Н.

Дополнительная общеразвивающая программа

**" Школа безопасности "**

Направленность: гуманитарная

Уровень программы: ознакомительный

Возраст учащихся: 5,6,7 классы

Срок реализации: 3 года

Форма обучения: очная

Язык обучения: русский

Автор-разработчик: Учитель ОБЖ Звонарева Е.А.

2021 год

**Структура программы**

|  |  |
| --- | --- |
| 1. Пояснительная записка программы |  |
| 2. Цели и задачи программы |  |
| 3. Учебный план программы |  |
| 4. Содержание учебного плана программы |  |
| 5. Календарный учебный график программы |  |
| 6. Планирование результата освоение образовательной программы |  |
| 7. Оценочные материалы программы |  |
| 8. Формы, методы, приемы и педагогическая технология |  |
| 9. Методическое обеспечение программы |  |
| 10. Материальное техническое оснащение программы |  |
| 11. Список используемой литературы |  |
|  |  |

**1.Пояснительная записка**

Рабочая программа курса «Школа безопасности» для учащихся 5-7 классов составлена на основе рабочих программ для общеобразовательных организаций по предмету «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-9 и 10-11 классов, авторы Смирнов А.Т. и Хренников Б.О., предметная линия учебников под ред. А.Т. Смирнова, издательство «Просвещение», 2014-2018 г.. Программа соответствует федеральному компоненту Государственного стандарта основного общего и среднего (полного) общего образования, с учётом регионального компонента и комплексного подхода к формированию у обучающихся современного уровня культуры безопасности и подготовки их к военной службе при модульной структуре содержания курса ОБЖ. В программу включён раздел «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации». Основу содержания данного раздела составляют рекомендации по формированию у обучающихся антитеррористического поведения, навыков безопасного поведения при угрозе террористического акта. Кроме того, при разработке программы учтены основные положения Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года и Концепции федеральной системы подготовки граждан Российской Федерации к военной службе на период до 2020 года.

Программа по ОБЖ конкретизирует содержание предметных тем образовательного стандарта, дает примерное распределение учебных часов по разделам курса и последовательность изучения тем и разделов учебного предмета с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса, индивидуальных, возрастных, психологических, физиологических особенностей и здоровья обучающихся, является основой для определения перечня учебного оборудования и приборов,необходимых для качественной организации образовательного процесса.

**Направленность**.Программа дополнительного образования "Школа безопасности "является программой гуманитарного профиля «Точка роста» в рамках нацпроекта «Образование» по курсу «Основ безопасности жизнедеятельности» для 5-8 классов. Предусматривает знакомство с теорией и практикой оказания первой помощи пострадавшим на месте происшествия, изучение правил безопасного поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера.

**Новизна** Программа кружка ориентирована на создание у школьников правильного представления о личной безопасности, на расширение знаний и приобретение практических навыков поведения при попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации, а также основ оказания первой помощи пострадавшим. В содержание курса «Школа безопасности и основы оказания первой помощи» входят аспекты различных знаний из предметов естественнонаучного цикла и ОБЖ, которые систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в процессе обучения в школе, и способствует у них развитию цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности.

**Педагогическая целесообразность программы.** Подготовка подрастающего поколения россиян в области безопасности жизнедеятельности должна основываться на системно-деятельностном подходе к формированию у подростков совре­менного уровня правил здорового и экологически целесообразного образа жизни, безопасного для человека и окружающей его среды, антиэкстремистского мышле­ния и ангитеррористического поведения.

**Отличительные особенности программы.** Программа интегрирует разные техники поведения в ЧС. Такая деятельность дает возможность не только изучить различные виды технического моделирования, но и применить их на практике, используя комплексно в своей деятельности .

**Возраст детей, участников программы и их психологические особенности**

Дополнительная общеобразовательная (общеразвивающая) программа «школа безопасности » ориентирована на работу с детьми 10-13 лет..

Программа предполагает освоение видов деятельности в соответствии с психологическими особенностями возраста адресата программы.

**Объём и сроки освоения программы**

Срок реализации программы – 3 года

Продолжительность реализации всей программы 102 часа.

Отдельной части программы:

Модуль первого года обучения 34 часа в год;

Модуль второго года обучения 34 часа в год;

Модуль третьего года обучения 34 часа в год

. **Формы и режим занятий**

В процессе реализации программы используются различные *формы занятий*: традиционные, комбинированные и практические занятия; лекции, игры, конкурсы, соревнования и другие.

Методика предусматривает проведение занятий в различных формах: групповой, парной, индивидуальной.

*Групповые занятия*, с одной стороны, позволяют в игровой форме, при соблюдении различных игровых правил, подавать самый разнообразный материал, а с другой стороны, готовят ребенка к восприятию традиционных школьных форм подачи информации в системе «педагог- обучающийся». Игровые методики создают для детей младшего школьного возраста обстановку непринужденности, когда желание научиться чему бы то ни было возникает естественно,как бы само собой и постепенно перерастает в устойчивый познавательный интерес.

*Парное взаимодействие способствует*, с одной стороны, развитию коммуникативных навыков (умение договариваться, уступать, выслушивать другого; понятно и убедительно излагать свои пожелания и требования; совместно решать проблемы; радоваться достижениям другого ребенка и т.д.), а с другой стороны, закреплению знаний, умений и навыков, полученных при групповой форме обучения.

*Индивидуальные занятия* предусмотрены как для детей, имеющих проблемы в обучении и развитии, так и для детей, опережающих своих сверстников. Оказание каждому ребенку эмоциональной поддержки обеспечивает ситуацию успеха, способствующую формированию устойчивой мотивации к обучению и общению в коллективе.

Программа первого и второго года обучения предусматривает в основном групповые и парные занятия, цель которых помочь ребенку уверенно чувствовать себя в различных видах деятельности. предполагается, что в течении двух лет обучения у детей формируется достаточный уровень умений и навыков конструирования. На этом фоне выделяются более компетентные, высокомотивированные и даже, можно сказать профессионально-ориентированные дети. На третьем году обучения это дает основание для проведения индивидуальных занятий, цель которых развитие уникального сочетания способностей, умение и навыков и даже начальных профессиональных (конструкторских предпочтений).

Используются различные *методы*, в основе которых лежит способ организации занятия:

• словесный (устное изложение, беседа, рассказ, лекция и т.д.)

• наглядный (показ видео и мультимедийных материалов, иллюстраций, наблюдение, показ (выполнение) педагогом, работа по образцу и др.)

• практический (выполнение работ по инструкционным картам, схемам и др.)

Методы, в основе которых лежит уровень деятельности детей:

• объяснительно-иллюстративный – дети воспринимают и усваивают готовую информацию

• репродуктивный – обучающиеся воспроизводят полученные знания и освоенные способы деятельности

• частично-поисковый – участие детей в коллективном поиске, решение поставленной задачи совместно с педагогом

исследовательский – самостоятельная творческая работа учащихся

При определении режима занятий учтены санитарно-эпидемиологические требования к организациям дополнительного образования детей. Занятия проводятся 1 раз в неделю по 1 часу (продолжительность учебного часа 45 минут). Структура каждого занятия зависит от конкретной темы и решаемых задач.

В случае возникновения форс мажорных обстоятельств программа может быть реализована с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий.

**2. Цели и задачи программы**

**Цели** программы:

1. Формирование целостного представления о мире, основанного на приобретенных знаниях, умениях и способах деятельности.

2. Приобретение опыта разнообразной деятельности, опыта познания и самопознания.

Цели призваны способствовать:

* + - повышению уровня защищенности жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
    - снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства;
    - формированию антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
    - обеспечению профилактики антисоциального поведения обучающихся.

Достижение этих целей обеспечивается решением таких **учебных задач**, как:

* формирование у обучающихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности;
* формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
* воспитание антитеррористического поведения и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

*Личностными*результатами обучения ОБЖ в школе являются:

* развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;
* формирование потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;
* воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Требования к предметным результатам** изучения базового уровня ОБЖ в основной школе (5-9 классы):

* формирование современной культуры безопасности жиз­недеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
* формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
* понимание личной и общественной значимости совре­менной культуры безопасности жизнедеятельности;
* понимание роли государства и действующего законода­тельства в обеспечении национальной безопасности и защи­ты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природ­ного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
* понимание необходимости подготовки граждан к воен­ной службе;
* формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
* формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
* понимание необходимости сохранения природы и окру­жающей среды для полноценной жизни человека;
* знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, об­щества и государства;
* знание и умение применять правила безопасного пове­дения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
* умение оказать первую помощь пострадавшим;
* умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
* умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом ре­ально складывающейся обстановки и индивидуальных воз­можностей.

**3.Учебный план**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п | Название курса, модуля, раздела | Количество часов | | |
| Теория | Практика | Всего |
| 1. | Модуль первого года обучения | 31 | 3 | 34 |
| 2. | Модуль второго года обучения | 28 | 6 | 34 |
| 3. | Модуль третьего года обучения | 28 | 6 | 34 |
| ИТОГО | | 87 | 15 | 102 |

**4.**

**4.Содержание учебного предмета**

**Модуль первого года обучения 5 класс**

**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА**

ЛИЧНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ

**Особенности города как среды обитания человека.** Источники и зоны повышенной опасности в современном городе: городской и общественный транспорт, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, уличное электричество, промышленные предприятия. Правила безопасного поведения в опасных ситуациях.

**Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).** Различные службы помощи: полиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы. Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.

**Опасные и аварийные ситуации вдоме (квартире).** Характеристика городского и сельского жилища. Особенности жизнеобеспечения современного дома, квартиры (водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация). Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.

**Пожар.** Опасные факторы пожара, их воздействие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых помещениях. Меры пожарной безопасности в быту. Чего не следует делать при пожаре в квартире (доме). Правила безопасного поведения при пожаре в многоквартирном доме. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Что делать, если в комнате загорелся телевизор. Способы эвакуации из горящего здания. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

**Затопление квартиры.** Причины затопления и его возможные последствия. Меры по предотвращению затопления. Правила поведения при затоплении жилища.

**Электричество.** Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту. Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Меры по предотвращению поражения электрическим током.

**Опасные вещества и продукты питания.** Причины, последствия и меры по предотвращению отравления бытовым газом. Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире, доме. Правила безопасности при употреблении лекарств и пользовании медицинскими приборами; последствия их нарушения. Правила безопасности при пользовании средствами бытовой химии; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Правила хранения опасных веществ и средств бытовой химии. Причины отравления продуктами питания и меры профилактики. Действия при первых признаках отравления.

**Взрыв и обрушениедома.** Причины и последствия взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва в квартире.

**Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи).** Что делать, если в квартире захлопнулась дверь, сломался замок. Правила безопасного поведения в случае потери ключей.

**Опасность толпы.** Чем опасны толпа и паника. Как уцелеть в толпе. Как обезопасить себя при возможности попадания в толпу.

**Собака бывает кусачей.** Правила безопасного поведения при встрече с собакой (на улице, в подъезде). Как действовать при нападении собаки и в случае укуса.

БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГАХ И НА ТРАНСПОРТЕ

**Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.** Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Средства безопасности на дороге.

**Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.** Правила безопасного поведения пешеходов на дороге. Правила перехода проезжей части. Правила безопасного поведения пассажиров городского общественного транспорта (автобуса, троллейбуса, трамвая), легкового автомобиля, мотоцикла.

**Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.** Особенности видов городского общественного транспорта и характеристика основных типов аварийных ситуаций на них. Правила безопасного поведения в автобусе (в случае аварии), троллейбусе и трамвае (при нахождении под током). Зоны опасности в метрополитене, их характеристика. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях (остановке в туннеле, падении на пути и т. п.). Правила безопасного поведения пассажира автомобиля во время поездки, при неизбежном столкновении.

**Железнодорожный транспорт.** Характеристика железнодорожного транспорта. Опасные зоны железнодорожного транспорта. Правила поведения на железнодорожном транспорте (во время ожидания и движения поезда). Правила безопасного поведения пассажиров при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде.

**Авиационный транспорт.** Характеристика авиационного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.

**Морской и речной транспорт.** Характеристика водного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила эвакуации с судна. Индивидуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Правила посадки на спасательное средство (шлюпку, надувной плот). Правила пользования спасательным жилетом. Что делать, если человек упал за борт судна.

ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ СОЦИАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА

**Психологические основы самозащиты.** Язык жестов, уверенность и спокойствие как способ самозащиты. Настрой на самозащиту. Действия в опасных ситуациях: что нужно делать, а чего не следует.

**Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.** Меры по повышению безопасности жилища. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенной ситуации в доме (квартире): звонок в дверь; дверь пытаются открыть (взломать); когда вы вернулись домой, дверь открыта. Подъезд и лифт как зоны криминогенной опасности; способы ее избежать. Правила безопасного поведения в случае нападения в подъезде или лифте.

**Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.** Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города (населенного пункта); глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д. Безопасное поведение с незнакомыми взрослыми и подростками. Меры предосторожности.

**Как избежать опасных домогательств.** Что считается домогательством. Правила безопасного поведения во избежание домогательств. Как вести себя, если что-либо подобное произошло. Кто может помочь в такой ситуации (родители, служба психологической помощи и т. п.).

**Правила поведения при захвате в заложники.** Понятие о заложнике. Возможные места и причины (террористическая акция, выкуп) захвата. Меры по предотвращению захвата в заложники. Правила безопасного поведения при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.

ЗАГРЯЗНЕНИЕ СРЕДЫ ОБИТАНИЯ

Современная экологическая ситуация в мире (уничтожение лесов, загрязнение воды, разрушение озонового слоя). Почему важно охранять природу.

**Загрязнение воды.** Роль воды на Земле (в природе, промышленности, быту). Неоправданный расход воды. Причины и последствия загрязнения воды. Способы очистки воды в домашних условиях.

**Загрязнениевоздуха.** Изменения в атмосфере и состав воздуха. Причины и последствия загрязнения воздуха (кислотные дожди, потеря здоровья). Меры по улучшению экологической обстановки в городе. Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом.

**Загрязнение почвы.** Понятие об опустынивании. Причины и последствия опустынивания. Накопление в почве вредных веществ.

СРЕДСТВА ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ ОРГАНОВ ДЫХАНИЯ

**Фильтрующие противогазы.** Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Модели гражданских противогазов (ГП-7, ГП-7В, ПДФ-2Ш). Составные части противогаза. Определение размера противогаза и подготовка его к эксплуатации. Положения противогаза («походное», «наготове», «боевое»); перевод в «боевое» положение. Правила пользования противогазом (ношение, проверка, надевание, снятие).

**ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

**Виды ранений, их причины и первая помощь.** Причины ранений. Понятие о ране. Общие признаки ранений. Виды ран по размеру, глубине, характеру кровотечения и т. д. Признаки закрытых повреждений. Правила оказания первой помощи при различных видах ран.

**Общая характеристика кровотечений.** Наружное и внутреннее кровотечения. Виды кровотечений по характеру поврежденного сосуда (венозное, артериальное, смешанное, капиллярное).

**Первая помощь при кровотечении.** Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Остановка кровотечения максимальным сгибанием, приданием конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

**Движение и здоровье.** Благоприятное воздействие движения на организм человека. Развитие опорно-двигательного аппарата. Негативное воздействие недостатка и избытка движения на здоровье человека.

**Нарушения осанки и причины их возникновения.** Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.

**Телевизор и компьютер — друзья или враги?** Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Правила безопасности при просмотре телевизионных передач. Меры по предотвращению негативных последствий при работе на персональном компьютере.

**Развитие и изменение организма в вашем возрасте.** Развитие человеческого организма. Характеристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Интенсивное развитие в период полового созревания (работа сальных и потовых желез).

**Физическое и нравственное взросление человека.** Почему важно заботиться о здоровье в подростковом возрасте. Состояние влюбленности; в чем она может проявляться. Как реагировать на ее проявления.

**Содержание учебного предмета**

**Модуль первого года обучения 6 класс**

**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА**

ЭКСТРЕМАЛЬНЫЕ СИТУАЦИИ В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ

**Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях.** Понятие об опасной и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе (смена климатогеографических условий, резкое изменение природных условий, требующие экстренной медицинской помощи заболевания или повреждения, вынужденное автономное существование) и их причины. Наиболее распространенные случаи вынужденного автономного существования: потеря ориентировки на местности, отставание от группы, авария транспортного средства в малонаселенной местности. Понятие о выживании.

**Факторы и стрессоры выживания в природных условиях.** Причины, влияющие на поведение человека, — факторы выживания. Группы факторов выживания: личностные, природные, материальные, постприродные. Понятие о стрессорах выживания. Различные стрессоры и способы их побороть.

**Психологические основы выживания в природных условиях.** Свойства человеческой психики, помогающие выживать. Как развивать в себе полезные способности и черты (внимание и наблюдательность, ощущение и восприятие, память и мышление, установку на выживание). Как воспользоваться ими в условиях вынужденного автономного существования.

**Страх — главный психологический враг.** Страх и его негативное влияние на человека в опасной ситуации. Паника и оцепенение как опасные состояния. Способы побороть страх. Как работа над собой повышает шансы выжить в экстремальных ситуациях. Систематическое воспитание воли.

**Подготовка к походу и поведение в природных условиях.** Основные способы избежать экстремальных ситуаций в природных условиях. Подготовка к походу: обеспечение безопасности, распределение обязанностей, продуктов и снаряжения, выбор маршрута. Правила безопасного поведения на природе: соблюдение дисциплины, передвижение группой, внимательность, бережное отношение к природе, соблюдение границ полигона, поиск и запоминание ориентиров.

**Надежные одежда и обувь — важное условие безопасности.** Требования к одежде и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью (проветривание и просушивание) в походе. Особенности подготовки к походу в зимнее время.

**Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях.** Основные правила поведения в экстремальной ситуации. Правила поведения в случае аварии самолета или автомобиля, при стихийном бедствии. Принятие решения двигаться к населенному пункту или оставаться на месте. Правила безопасного поведения: оборудование аварийного лагеря, назначение командира, распределение обязанностей, предотвращение конфликтов.

**Действия при потере ориентировки.** Основные правила поведения в случае, когда человек заблудился. Как вспомнить пройденный путь, оценить расстояние до источников звука и света, воспользоваться маркировкой маршрутов. Чего нельзя делать, если вы заблудились. Определение направления по встреченным дорогам и тропам, ручьям и рекам. Выход к населенному пункту в зимнее время по лыжне. Определение направления выхода при отставании в походе от группы.

**Способы ориентирования и определение направления движения.** Ориентирование по компасу, по собственной тени, по звездам, по часам. Ориентирование по местным признакам: таянию снега, густоте травы, влажности земли, строению муравейника, расположению мхов и т. д. Движение по азимуту с использованием двух ориентиров,

**Техника движения в природных условиях.** Правила безопасного движения по склонам холмов и гор, вдоль ручья. Способы переправы через реку. Особенности передвижения в зимнее время: по снегу, руслам замерзших рек, по льду. Преодоление заболоченных участков.

**Сооружение временного жилища, добывание и использование огня.** Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища в летнее и зимнее время (шалаш, навес, иглу). Особенности укрытий в горах. Выбор места и правила разведения костра (в том числе в ненастную погоду и зимнее время). Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров и их назначение. Способы разжигания и сохранения огня.

**Обеспечение питанием и водой.** Чувство голода и обеспечение питанием из резервов природы. Обеспечение водой из водоемов, снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования.

**Поиск и приготовление пищи.** Кипячение воды и приготовление растительной пищи при отсутствии посуды. Способы приготовления на костре корней и клубней, рыбы, мелких животных. Основные правила рыбалки.

**Особенности лыжных, водных и велосипедных походов.** Подготовка к лыжным походам: тренировки, выбор одежды и обуви, группового снаряжения. Правила безопасного поведения в водном походе. Подготовка к велосипедному походу, основные правила безопасности.

**Безопасность на водоемах.** Виды опасности на воде. Правила безопасного поведения на зимних водоемах (при передвижении по льду). Правила безопасного поведения на водоемах летом (при купании).

**Сигналы бедствия.** Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной кодовой таблицы символов. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.

БЕЗОПАСНОСТЬ В ДАЛЬНЕМ(ВНУТРЕННЕМ) И МЕЖДУНАРОДНОМ (ВЫЕЗДНОМ) ТУРИЗМЕ

**Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме.** Понятие о дальнем и международном туризме. Факторы, влияющие на его безопасность (заболевания, травматизм, стихийные бедствия, политическая ситуация в стране пребывания и др.).

**Акклиматизация в различных природно-климатических условиях.** Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Рекомендации по адаптации к смене часовых поясов и климата. Акклиматизация в условиях жаркого климата, горной местности, Севера.

БЕЗОПАСНОСТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

**Коллективные и индивидуальные средства защиты.** Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Что запрещено при нахождении в убежище. Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза на исправный в условиях зараженного воздуха.

**Захват террористами воздушных и морскихсудов, других транспортных средств.** Правила безопасного поведения при захвате. Порядок действий во время операции по освобождению заложников.

**Взрывы в местах массового скопления людей.** Места массового скопления людей. Проявление бдительности как мера предотвращения терактов. Признаки установки взрывного устройства. Правила безопасного поведения при непосредственной угрозе взрыва и после него.

**ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ**

ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЕ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ

**Средства оказания первой помощи.** Аптечка первой помощи (походная). Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и средствами оказания первой помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи.

**Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.** Укусы насекомых и их последствия для организма человека. Оказание первой помощи при укусах ядовитого насекомого. Как уберечься от укуса клеща и вызываемого им энцефалита. Признаки укуса ядовитой змеей и правила оказания первой помощи укушенному. Меры предосторожности от укусов ядовитых змей.

**Первая помощь про ожогах.** Термический ожог. Степени ожогов и их признаки. Первая помощь при ожогах кожи. Солнечный ожог, его признаки и первая помощь при нем.

**Тепловой и солнечный удар.** Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Меры предупреждения их наступления.

**Обморожения и общее охлаждение организма.** Понятие об обморожении. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении.

**Беда на воде.** Причины бедствий на воде. Признаки утопления. Оказание первой помощи при утоплении.

**Закрытые травмы.** Понятие о травме. Виды закрытых травм (ушиб, растяжение, разрыв, вывих, перелом, сдавление). Причины, вызывающие каждый вид травмы, признаки травм и оказание первой помощи.

**Способы переноски пострадавших.** Способы переноски (на шесте, носилках, в рюкзаке и др.). Изготовление переносных приспособлений.

ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

**Правильное питание — основа здорового образа жизни.** Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Калорийность продуктов питания. Суточная потребность человека в калориях. Соотношение расхода энергии к потребляемым калориям, избыток и недостаток их в рационе. Сбалансированное питание.

**Значение белков, жиров и углеводов в питании человека.** Белки, жиры и углеводы, их функция и содержащие их продукты. Витамины и их роль в развитии человека. Основные источники витаминов и минеральных веществ. Потребность подростка в воде.

**Гигиена икультура питания.** Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Важность соблюдения культуры питания и основные правила этикета.

**Особенности подросткового возраста.** Развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Изменение поведения. Как отстаивать свою точку зрения. Взаимоотношения с родителями.

**Содержание учебного предмета**

**Модуль первого года обучения 7 класс**

**ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ, ЛИЧНОСТИ, ОБЩЕСТВА И ГОСУДАРСТВА**

**Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.** Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Опасные природные явления, характерные для нашей страны.

ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ  
ИЗ ИСТОРИИ ЗЕМЛЕТРЯСЕНИЯ

**Происхождение и классификация землетрясений.** Понятие о землетрясении. Сейсмические пояса и сейсмически активные районы. Понятие об очаге и эпицентре землетрясения. Причины возникновения землетрясений и их последствия. Классификация землетрясений по происхождению. Отслеживание землетрясений с помощью сейсмографа.

**Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь.** Понятие о магнитуде и интенсивности землетрясений. Оценка землетрясений по шкале Рихтера и шкале Меркалли. Типичные проявления землетрясений и уровень разрушений при различных величинах магнитуды и интенсивности. Типичные последствия землетрясений, их характеристика. Меры по снижению ущерба от землетрясений.

**Правила безопасного поведения при землетрясениях.** Основные причины несчастных случаев при землетрясениях. Меры по предотвращению повреждений или уменьшению их тяжести. Признаки приближающегося землетрясения. Действия при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время него и после: на улице, в школе, в доме (квартире). Правила безопасного поведения в случае попадания в завал.

ВУЛКАНЫ  
ИЗ ИСТОРИИ ИЗВЕРЖЕНИЙ ВУЛКАНОВ

**Общее понятиео вулканах.** Понятие о вулкане. Сейсмоактивные пояса. Процесс извержения вулкана. Строение вулкана. Понятие о магме, гейзере, фумароле. Различные состояния лавы при извержении. Палящие тучи.

**Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов.** Опасные явления, связанные с извержениями вулканов. Признаки приближающегося извержения. Способы уменьшения опасного воздействия лавовых потоков. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана и во время него.

ОПОЛЗНИ, СЕЛИ, ОБВАЛЫ И СНЕЖНЫЕ ЛАВИНЫ

Общее условие возникновения оползней, селей, обвалов и лавин. Зоны повышенной опасности на территории России.

**Оползни.** Из истории оползней. Понятие об оползне. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Классификация оползней по масштабу, месту образования и мощности. Причины образования оползней.

**Сели (селевые потоки).** Из истории селей. Понятие о селе. Причины образования селей, их характерные особенности и места возникновения. Классификация селей по составу селеобразующих пород, мощности и высоте истоков. Теплая и холодная зона селеопасных горных районов на территории России.

**Обвалы.** Из истории обвалов. Понятие об обвале. Причины, вызывающие обвалы. Классификация обвалов по мощности и масштабу. Разновидности обвалов и их характеристика.

**Снежные лавины.** Из истории лавин. Понятие о лавине. Характерные особенности лавин, места и причины их возникновения. Помощь поисковых собак в обнаружении засыпанных снегом людей.

**Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин.** Основные поражающие факторы оползней, селей, обвалов и лавин, наносимый ими ущерб. Меры по предупреждению этих явлений и снижению потерь от них. Правила безопасности для населения, проживающего в опасных районах.

**Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин.** Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, лавины и во время него. Действия, способствующие безопасному выходу из зоны стихийного бедствия.

УРАГАНЫ, БУРИ, СМЕРЧИ

ИЗ ИСТОРИИ УРАГАНОВ, БУРЬ, СМЕРЧЕЙ

**Происхождение ураганов, бурь и смерчей.** Шкала Бофорта и измерение скорости воздушных масс. Происхождение ураганов, бурь, смерчей, причины их возникновения. Понятие о циклонах и их характеристика. Области зарождения тропических циклонов.

**Классификация ураганов, бурь и смерчей.** Понятие об урагане. Классификация ураганов по скорости ветра. Происхождение ураганов и причиняемые ими разрушения. Понятие о буре. Классификация бурь в зависимости от окраски и состава частиц и скорости ветра. Понятие о смерче. Классификация смерчей по происхождению, строению, времени действия и охвату пространства.

**Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них.** Основные поражающие факторы ураганов, бурь и смерчей и наносимый ими ущерб. Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей.

**Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей.** Действия при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Подходящие укрытия. Правила безопасного поведения во время урагана, бури, смерча и после них.

НАВОДНЕНИЯ  
ИЗ ИСТОРИИ НАВОДНЕНИЙ

**Виды наводнений.** Классификация наводнений по масштабу, повторяемости и наносимому ущербу. Виды наводнений по причинам возникновения и их характеристика.

**Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них.** Основные поражающие факторы наводнений и наносимый ими ущерб. Радикальные средства защиты и оперативные предупредительные меры по снижению потерь от наводнений.

**Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений.** Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении. Действия в случае внезапного наводнения и правила самоэвакуации. Правила безопасного поведения после наводнения.

ЦУНАМИ  
ИЗ ИСТОРИИ ЦУНАМИ

**Причины и классификация цунами.** Понятие о цунами. Классификация цунами по причинам возникновения и интенсивности.

**Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них.** Основные поражающие факторы цунами и последствия их воздействия. Предупредительные меры по снижению потерь среди населения. Признаки приближения цунами. Меры по уменьшению ущерба от цунами.

**Правила безопасного поведения прицунами.** Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами. Рекомендуемые и запрещенные действия в случае внезапного прихода цунами. Действия при попадании в волну цунами.

ПРИРОДНЫЕ ПОЖАРЫ  
ИЗ ИСТОРИИ ЛЕСНЫХ ПОЖАРОВ

**Причины природных пожаров и их классификация.** Понятие о лесном пожаре. Основные причины возникновения лесных пожаров. Классификация лесных пожаров по площади. Виды пожаров по характеру распространения и силе, их характеристика.

**Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение.** Основные поражающие факторы природных пожаров и последствия их воздействия. Способы тушения природных пожаров. Меры по предупреждению природных пожаров. Запрещенные действия в лесу в пожароопасный сезон.

**Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении.** Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара или около нее. Правила безопасного тушения небольшого пожара в лесу.

МАССОВЫЕ ИНФЕКЦИОННЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ ЛЮДЕЙ, ЖИВОТНЫХ И РАСТЕНИЙ

ИЗ ИСТОРИИ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЙ

**Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии.** Понятие об эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Инфекционные заболевания, приводящие к массовому поражению людей, животных и растений.

**Защита от инфекционных заболеванийлюдей, животных и растений.** Понятие о вакцинации. Наиболее важные меры предупреждения инфекционных болезней. Общие правила личной гигиены. Меры по защите сельскохозяйственных растений от инфекционных заболеваний.

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСНОВЫ ВЫЖИВАНИЯ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ УСЛОВИЯХ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА

**Человек и стихия.** Свойства мышления, необходимые для оценки чрезвычайной ситуации. Повышение психологической подготовленности. Необходимые знания, позволяющие успешно противостоять стихийному бедствию.

**Характер итемперамент.** Понятие о темпераменте. Типы темперамента и их характеристика. Понятие о характере. Влияние темперамента и характера на действия в чрезвычайной ситуации.

**Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии.** Особенности психологических процессов во время стихийных бедствий. Негативное влияние внезапного стихийного бедствия на психику неподготовленного человека. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.

**ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ПРАВИЛА ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ**

НАЛОЖЕНИЕ ПОВЯЗОК И ПОМОЩЬ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ

**Правила наложения повязок.** Разновидности повязок и их характеристика. Индивидуальный пакет первой помощи. Общие правила наложения повязок. Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности, грудь.

**Первая помощь при переломах, переноска пострадавших.** Понятие о переломе. Виды и характеристика переломов, первая помощь при травме кости. Способы наложения шин. Принципы и способы транспортировки пострадавших. Порядок применения способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.

**ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

РЕЖИМ УЧЕБЫ И ОТДЫХА ПОДРОСТКА

**Режим — необходимое условие здорового образа жизни.** Понятие о режиме. Формирование навыков здорового образа жизни. Умственная и физическая работоспособность. Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здоровья человека.

**Профилактика переутомления и содержание режима дня.** Понятия о режиме дня и бюджете времени. Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Активный отдых, сон и рациональное питание. Трудовая деятельность школьников. Основные принципы и содержание режима дня подростков. Рекомендации по повышению эффективности самоподготовки.

**5.КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**5 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел, тема урока** | **Содержательные единицы** | **Кол час** | **Дата план** | **Дата факт** |
|  | **Основы безопасности личности, общества, государства (27 часов)**  **Личная безопасность в повседневной жизни (11 часов)** | |  |  |  |
| 1 | Особенности города как среды обитания человека. | Учатся определять источники и зоны повышенной опасности в современном городе. Изучают правила безопасного поведения в этих зонах | 1 |  |  |
| 2 | Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта). | Учатся различать службы обеспечения безопасности в соответствии с их предназначением. Приобретают навыки их вызова. Учатся правильно действовать по сигналу оповещения «Внимание всем!» | 1 |  |  |
| 3 | Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). | Учатся распознавать опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). Изучают меры безопасности в быту | 1 |  |  |
| 4 | Пожар. | Изучают причины пожаров в жилых и общественных зданиях, правила безопасного поведения и способы эвакуации. Моделируют ситуации, требующие знания правил пожарной безопасности. Учатся правильно применять первичные средства пожаротушения | 1 |  |  |
| 5 | Затопление квартиры. | Изучают причины затопления дома (квартиры). Осваивают правила профилактики и порядок действий при затоплении. | 1 |  |  |
| 6 | Электричество. | Изучают и осваивают правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами. | 1 |  |  |
| 7 | Опасные вещества и продукты питания. | Изучают и осваивают правила безопасного обращения со средствами бытовой химии, лекарственными препаратами и газовыми приборами, меры по профилактике пищевых отравлений. | 1 |  |  |
| 8 | Взрыв и обрушение дома. | Приобретают знания о причинах взрывов и обрушений домов. Получают навыки безопасного поведения. | 1 |  |  |
| 9-11 | Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи).  Опасность толпы.  Собака бывает кусачей. | Осваивают правила безопасного поведения в нестандартных ситуациях | 3 |  |  |
|  | **Безопасность на дорогах и на транспорте (7 часов)** | |  |  |  |
| 12-13 | Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий. | Изучают основные положения Правил дорожного движения. | 2 |  |  |
| 14 | Безопасное поведение пешеходов и пассажиров. | Осваивают правила безопасного поведения пешеходов и пассажиров. | 1 |  |  |
| 15 | Безопасность в общественном транспорте и автомобиле. | Осваивают правила безопасного поведения при аварийных ситуациях в автобусе, троллейбусе, автомобиле и метро. | 1 |  |  |
| 16 | Железнодорожный транспорт. | Осваивают правила безопасного поведения при авариях на железнодорожном транспорте. | 1 |  |  |
| 17 | Авиационный транспорт. | Осваивают правила безопасного поведения в салоне самолета и при аварийных ситуациях на авиационном транспорте. | 1 |  |  |
| 18 | Морской и речной транспорт. | Осваивают правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на морском и речном транспорте. | 1 |  |  |
|  | **Опасные ситуации социального характера (4 часа)** | |  |  |  |
| 19 | Психологические основы самозащиты. | Вырабатывают у себя психологические качества уверенного человека. | 1 |  |  |
| 20 | Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде. | Учатся правильно действовать при возникновении ситуаций криминогенного характера в доме, квартире и подъезде. | 1 |  |  |
| 21 | Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.  Как избежать опасных домогательств. | Учатся правильно действовать в криминогенных ситуациях на улице и не допускать в отношении себя опасных домогательств. | 1 |  |  |
| 22 | Правила поведения при захвате в заложники. | Осваивают правила поведения при захвате в заложники и меры по предотвращению таких захватов. | 1 |  |  |
|  | **Загрязнение среды обитания (3 часа)** | |  |  |  |
| 23-25 | Загрязнение воды.  Загрязнение воздуха**.**  Загрязнение почвы. | Учатся оценивать состояние окружающей среды, планировать и выполнять мероприятия по защите здоровья в местах с неблагоприятной экологической обстановкой. | 3 |  |  |
|  | **Средства индивидуальной защиты органов дыхания (2 часа)** | |  |  |  |
| 26-27 | Фильтрующие противогазы.  *Практическая работа «Практическая отработка упражнения по надеванию противогаза» (при наличии)* | Изучают назначение и устройство гражданских и детских противогазов. Получают практические навыки пользования противогазом. | 2 |  |  |
|  | **Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (8 часов)**  **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 часа)** | |  |  |  |
| 28 | Виды ранений, их причины и первая помощь. | Приобретают знания об основных видах ранений, их причинах и правилах оказания первой помощи. | 1 |  |  |
| 29 | Общая характеристика кровотечений. | Получают знания о видах кровотечений и их особенностях. | 1 |  |  |
| 30 | Первая помощь при кровотечении. | Учатся останавливать кровотечения, применяя различные способы в зависимости от вида кровотечения и места травмы. | 1 |  |  |
| 31 | *Практическая работа «Наложение повязки, для остановки кровотечения»* с использованием оборудования: | *Наборов имитаторов травм и поражений, поставленных в «Точки роста».*  Для организации качественной практической работы рекомендуется использовать заготовленные схемы наложения повязок, бинты и необходимые имитаторы кровотечений.  Класс необходимо разбить на группы:   1. статисты - пострадавшие для имитации травм; 2. обучающиеся, оказывающие первую помощь.   Затем группы меняются местами. | 1 |  |  |
|  | **Основы здорового образа жизни (5 часов)** | |  |  |  |
| 32 | Нарушения осанки и причины их возникновения. | Получают представление о видах, причинах и последствиях нарушения осанки. Учатся предупреждать нарушения осанки. | 1 |  |  |
| 33 | Телевизор и компьютер — друзья или враги? | Учатся соблюдать правила безопасности при просмотре телепередач и при пользовании компьютером. | 1 |  |  |
| 34 | Развитие и изменение организма в вашем возрасте. | Получают представление о закономерностях развития организма в подростковом возрасте. Учатся правильно выполнять гигиенические мероприятия по уходу за своим телом. | 1 |  |  |
| 35 | Итоговое повторение | Формируют у себя потребность в соблюдении норм здорового образа жизни как способа укрепления и сохранения здоровья. | 1 |  |  |

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**6 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел, тема** | **Содержательные единицы** | **Количество часов** | **Дата план** | **Дата факт** |
|  | ***Основы безопасности личности, общества и государства (21 час)***  **Экстремальные ситуации в природных условиях (16 часов)** | |  |  |  |
| 1 | Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях | Представление о стихийных бедствиях, экстремальных ситуациях в природных условиях и их причинах. | 1 |  |  |
| 2 | Факторы и стрессоры выживания в природных условиях | Представление о факторах и стрессорах выживания. | 1 |  |  |
| 3 | Психологические основы выживания в природных условиях | Представление о психических познавательных процессах. | 1 |  |  |
| 4 | Страх — главный психологический враг | Представление о страхе и паническом поведении.. | 1 |  |  |
| 5 | Подготовка к походу и поведение в природных условиях | Навыки, связанные с подготовкой к походу | 1 |  |  |
| 6 | Надежные одежда и обувь — важное условие безопасности | Одежда и обувь для похода и уход за ними в походных условиях. | 1 |  |  |
| 7 | Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях | Правила поведения в экстремальных ситуациях в природной среде. | 1 |  |  |
| 8 | Действия при потере ориентировки | Действия при порете ориентировки и отставании от группы. | 1 |  |  |
| 9 | Способы ориентирования и определение направления движения | Определение сторон света различными способами и движение по азимуту. | 1 |  |  |
| 10 | Техника движения в природных условиях | Техника передвижения по различной местности, переправы через водоемы и преодоление болот. | 1 |  |  |
| 11 | Сооружение временного жилища, добывание и использование огня | Виды временных жилищ и способы их возведения. | 1 |  |  |
| 12 | Обеспечение питанием и водой | Представление и навыки добывания воды и пищи в условиях автономного существования | 1 |  |  |
| 13 | Поиск и приготовление пищи | Знания и навыки приготовления пищи в полевых условиях. | 1 |  |  |
| 14 | Особенности лыжных, водных и велосипедных походов | Правила организации, проведения и безопасность лыжных, водных и велосипедных походов. | 1 |  |  |
| 15 | Безопасность на водоемах | Правила безопасного поведения на водоемах летом и зимой. | 1 |  |  |
| 16 | Сигналы бедствия | Правила передачи сигналов бедствия. | 1 |  |  |
|  | **Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме (2 ч)** | |  |  |  |
| 17 | Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме | Представление о факторах, влияющих на безопасность туризма. | 1 |  |  |
| 18 | Акклиматизация в различных природно-климатических условиях | Влияние смены различных климатогеографических условий на состояние человека и основные правила адаптации к этим условиям. | 1 |  |  |
|  | **Безопасность в чрезвычайных ситуациях (3 ч)** | |  |  |  |
| 19 | Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств | Правила безопасного поведения людей, захваченных в качестве заложников в различных транспортных средствах. | 1 |  |  |
| 20 | Взрывы в местах массового скопления людей | Взрывное устройство, правила поведения при обнаружении этих устройств, непосредственная угроза взрыва | 1 |  |  |
| 21 | *Пр/р №6 «Правила использования СИЗ»* | *Практическая работа по отработке упражнения по надеванию противогаза (при наличии) и изготовлению из подручных материалов средств защиты органов*  *дыхания».* | 1 |  |  |
|  | ***Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (14ч*)**  **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (9 ч)** | |  |  |  |
| 22 | Средства оказания первой помощи | Походная аптечка. Лекарственные растения. | 1 |  |  |
| 23 | Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей | Первая помощь при укусах насекомых и змей. | 1 |  |  |
| 24 | Первая помощь при ожогах | Термические и солнечные ожоги, их воздействие на организм человека. | 1 |  |  |
| 25 | Тепловой и солнечный удар | Представление о тепловом и солнечном ударе. | 1 |  |  |
| 26 | Обморожения и общее охлаждение организма | Причины и признаки обморожения и общего охлаждении организма. | 1 |  |  |
| 27 | Беда на воде | Первая помощь при утоплении. | 1 |  |  |
| 28 | Закрытые травмы | Виды и признаки закрытых травм. | 1 |  |  |
| 29 | Способы переноски пострадавших | Различные способы переноски пострадавших с использованием подручных средств. | 1 |  |  |
| 30 | Контроль знаний . *Практическая работа «Наложение повязки, для остановки кровотечения»* с использованием оборудования: *Наборов имитаторов травм и поражений, поставленных в «Точки роста».*  занятие. | Проверка знаний по теме «Оказание первой медицинской помощи»  Для организации качественной практической работы рекомендуется использовать заготовленные схемы наложения повязок, бинты и необходимые имитаторы кровотечений.  Класс необходимо разбить на группы:   1. статисты - пострадавшие для имитации травм; 2. обучающиеся, оказывающие первую помощь.   Затем группы меняются местами. | 1 |  |  |
|  | **Основы здорового образа жизни (5 ч)** | |  |  |  |
| 31 | Правильное питание — ­ основа здорового образа жизни | Представление об основах правильного питания. | 1 |  |  |
| 32 | Значение белков, жиров и углеводов в питании человека | Значение белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ для организма человека. | 1 |  |  |
| 33 | Гигиена и культура питания | Гигиенические требования к питанию и режим питания. | 1 |  |  |
| 34 | Особенности подросткового возраста | Особенности развития и поведения.. Общение с окружающими людьми. | 1 |  |  |
| 35 | Итоговое повторение | Контроль знаний по предмету. | 1 |  |  |

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**7 класс**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№** | **Раздел, тема урока** | **Содержательные единицы** | **Кол часов** | **Дата план** | **Дата факт** |
|  | **Основы безопасности личности, общества и государства (31 час)** | |  |  |  |
| 1 | Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация | Представление об опасных природных явлениях, стихийных бедствиях, чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификации. | 1 |  |  |
|  | **Землетрясения (3 часа)** | |  |  |  |
| 2 | Происхождение и классификация землетрясений | Знания о происхождении, причинах и классификации землетрясений. | 1 |  |  |
| 3 | Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь | Представление о магнитуде и интенсивности землетрясений, их последствиях и мерах по снижению ущерба. | 1 |  |  |
| 4 | Правила безопасного поведения при землетрясениях | Признаки приближающегося землетрясения и правильные действия при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время землетрясения и после него. | 1 |  |  |
|  | **Вулканы (2 часа)** | |  |  |  |
| 5 | Общее понятие о вулканах | Представление о вулканах и причинах их извержения. | 1 |  |  |
| 6 | Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов | Последствия вулканических извержений. | 1 |  |  |
|  | **Оползни, сели, обвалы и снежные лавины (6 часов)** | |  |  |  |
| 7 | Оползни | Представление о происхождении, причинах и классификации оползней. | 1 |  |  |
| 8 | Сели (селевые потоки) | Представление о происхождении, причинах и классификации селей. | 1 |  |  |
| 9 | Обвалы | Представление о происхождении, причинах и классификации обвалов. | 1 |  |  |
| 10 | Снежные лавины | Представление о происхождении, причинах и классификации лавин. | 1 |  |  |
| 11 | Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин | Поражающие факторы и последствия от оползней, селей, обвалов и снежных лавин. | 1 |  |  |
| 12 | Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин | Правила безопасного поведения при угрозе, во время и после схода селя, оползня, обвала и снежной лавины. | 1 |  |  |
|  | **Ураганы, бури, смерчи (4 часа)** | |  |  |  |
| 13 | Происхождение ураганов, бурь и смерчей | Представление об ураганах, бурях, смерчах, циклонах и причинах их возникновения. | 1 |  |  |
| 14 | Классификация ураганов, бурь и смерчей | Представление о классификации ураганов, бурь и смерчей. | 1 |  |  |
| 15 | Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них | Последствиях ураганов, бурь и смерчей и меры по снижению ущерба от них. | 1 |  |  |
| 16 | Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей | Правила безопасного поведения при приближении, во время и после урагана, бури и смерча. | 1 |  |  |
|  | **Наводнения (3 часа)** | |  |  |  |
| 17 | Виды наводнений | Происхождение, причины и классификация наводнений. | 1 |  |  |
| 18 | Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них | Последствиях наводнений и меры по снижению ущерба от них. | 1 |  |  |
| 19 | Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений | Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении, при внезапном наводнении и после наводнения. | 1 |  |  |
|  | **Цунами (3 часа)** | |  |  |  |
| 20 | Причины и классификация цунами | Происхождение, причины и классификация цунами. | 1 |  |  |
| 21 | Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них | Поражающие факторы цунами и меры по снижению ущерба от них. | 1 |  |  |
| 22 | Правила безопасного поведения при цунами | Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, при внезапном приходе цунами и после прохождения волны. | 1 |  |  |
|  | **Природные пожары (4 часа)** | |  |  |  |
| 23 | Причины природных пожаров и их классификация | Классификация природных пожаров. Причины возгорания лесов и торфяников. | 1 |  |  |
| 24 | Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение | Поражающие факторы, способы тушения и меры по предупреждению природных пожаров. | 1 |  |  |
| 25 | Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении | Правила безопасного поведения во время природных пожаров и фактические действия при тушении небольшого лесного пожара. | 1 |  |  |
|  | **Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений (2 часа)** | |  |  |  |
| 26 | Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии | Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений. | 1 |  |  |
| 27 | Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений | Инфекционных заболеваний людей, животных, защита сельскохозяйственных растений. | 1 |  |  |
|  | **Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях**  **природного характера (3 часа)** | |  |  |  |
| 28 | Человек и стихия | Значение психологической подготовленности человека для выживания в чрезвычайной ситуации. | 1 |  |  |
| 29 | Характер и темперамент | Типы темперамента. Характер человека.. | 1 |  |  |
| 30 | Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии | Негативное влияние внезапного стихийного бедствия на психику человека.. | 1 |  |  |
|  | **Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (2 часа)**  **Наложение повязок и помощь при переломах** | |  |  |  |
| 31 | Правила наложения повязок | Средства перевязки и правила наложения повязок. | 1 |  |  |
| 32 | Первая помощь при переломах, переноска пострадавших | Закрытые и открытые переломы | 1 |  |  |
|  | **Основы здорового образа жизни**  **Режим учебы и отдыха подростка (3 часа)** | |  |  |  |
| 33 | Режим — необходимое условие здорового образа жизни | Труд и отдых в режиме дня. |  |  |  |
| 34 | Профилактика переутомления и содержание режима дня | Режим дня. | 1 |  |  |
| 35 | Контроль знаний. Практическое занятие. | Контроль знаний по предмету | 1 |  |  |

**6.Планируемые результаты освоения курса**

Личностные результаты:

* усвоение правил индивидуального и коллективного без­опасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
* формирование понимания ценности здорового и без­опасного образа жизни;
* усвоение гуманистических, демократических и тра­диционных ценностей многонационального российского об­щества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
* формирование ответственного отношения к учению, го­товности и способности обучающихся к саморазвитию и са­мообразованию на основе мотивации к обучению и позна­нию, осознанному выбору и построению дальнейшей инди­видуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
* формирование целостного мировоззрения, соответству­ющего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
* формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
* освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
* формирование коммуникативной компетентности в об­щении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и млад­шими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов дея­тельности;
* формирование основ экологической культуры на осно­ве признания ценности жизни во всех её проявлениях и не­обходимости ответственного, бережного отношения к окружа­ющей среде;
* осознание значения семьи в жизни человека и общест­ва, принятие ценности семейной жизни, уважительное и за­ботливое отношение к членам своей семьи;
* формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безо­пасности жизнедеятельности.

Метапредметные результаты:

* умение самостоятельно определять цели своего обуче­ния, ставить и формулировать для себя новые задачи в учё­бе и познавательной деятельности, развивать мотивы и инте­ресы своей познавательной деятельности;
* умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознан­но выбирать наиболее эффективные способы решения учеб­ных и познавательных задач;
* умение соотносить свои действия с планируемыми ре­зультатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
* умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собствен­ные возможности её решения;
* владение основами самоконтроля, самооценки, приня­тия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
* умение определять понятия, создавать обобщения, ус­танавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно вы­бирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умо­заключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и де­лать выводы;
* умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и позна­вательных задач;
* умение организовывать учебное сотрудничество и сов­местную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разре­шать конфликты на основе согласования позиций и учёта ин­тересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
* формирование и развитие компетентности в области ис­пользования информационно-коммуникационных технологий;
* освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характе­ра, в том числе оказание первой помощи пострадавшим;
* формирование умений взаимодействовать с окружающи­ми, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**7. Оценочные материалы**

Аттестация обучающихся проводитсяи осуществляется в следующих формах: опрос, тестирование, творческое задание, выставка.

Анализ полученных результатов позволяет педагогу подобрать необходимые способы оказания помощи отдельным детям и разработать адекватные задания и методики обучения и воспитания.

Критерии оценки усвоения программного материала

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Критерии | Уровни | | |
| Низкий | Средний | Высокий |
| Интерес | Работает только под контролем, в любой момент может бросить начатое дело | Работает с ошибками, но дело до конца доводит самостоятельно | Работает с интересом, ровно, систематически, самостоятельно |
| Знания и умения | До 50 % усвоения данного материала | От 50-70% усвоения материала | От 70-100% возможный (достижимый) уровень знаний и умений |
| Активность | Работает по алгоритму, предложенному педагогом | При выборе объекта труда советуется с педагогом | Самостоятельный выбор объекта труда |
| Объем труда | Выполнено до 50 % работ | Выполнено от 50 до 70 % работ | Выполнено от 70 до 100 % работ |
| Творчество | Копии чужих работ | Работы с частичным изменением по сравнению с образцом | Работы творческие, оригинальные |
| Качество | Соответствие заданным условиям предьявления, ошибки | Соответствие заданным условиям со второго предьявления | Полное соответствие готового изделия.  Соответствует заданным условиям с первого предьявления |

**8.Формы обучения, методы, приемы, педагогические технологии**

Формы занятий: наблюдение, тестирование, контрольный опрос (устный), анализ контрольного задания, собеседование (групповое, индивидуальное), самостоятельно выполненная, выставляемая после занятия в шкафах-витринах кружковой комнаты.

Методы и приемы организации образовательного процесса:

Метод:

-научности;

-доступности (обучающимся);

-результативности;

-воспроизводимости (другими педагогами);

-эффективности.

Приём:

-приёмы работы с текстовыми источниками информации;

-приёмы работы со схемами;

-приёмы работы с иллюстративными материалами;

-игровые приёмы;

-вербальные приёмы обучения.

Педагогические технологии:

-здоровьесберегающие (направлены на максимальное укрепление здоровья обучающихся);

-личностно-ориентированные (в центре внимания которых – неповторимая личность, стремящаяся к реализации своих возможностей и способная на ответственный выбор в разнообразных жизненных ситуациях);

-игровые (обладают средствами, активизирующими и интенсифицирующими деятельность учащихся. В их основу положена педагогическая игра как основной вид деятельности, направленный на усвоение общественного опыта);

-технологии коллективной творческой деятельности (предполагают организацию совместных действий, коммуникацию, общение, взаимопонимание, взаимопомощь, взаимокоррекцию);

-коммуникативные (обучение на основе общения. Участники обучения - педагог - ребенок. Отношения между ними основаны на сотрудничестве и равноправии).

**9. Методическое обеспечение программы**

### *Материально- технические условия образовательного процесса.*

1. Кабинет специальной подготовки.
2. - компьютер для педагога 3 - проектор

4. Аптечка индивидуальная АИ-2. 5.Сумка медицинская.

1. Набор шин для иммобилизации.
2. Бинты марлевые медицинские.
3. Индивидуальный перевязочный пакет.
4. Макет-тренажер для проведения НМС и ИВЛ.
5. Носилки медицинские мягкие.
6. Жгут резиновый.

## 

## 10.Список литературы.

1. Учебник спасателя. С.К.Шойгу, М.И.Фалеев, Г.Н.Кириллов. 3-е изд.,2010 г
2. Охрана труда спасателя. С.К.Шойгу, С.М.Кудинов. М., 2012 г
3. Основы медицинских знаний. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова.М., 2011 г
4. Атлас добровольного спасателя. Первая медицинская помощь на месте происшествия. В.Г. Бубнов, Н.В. Бубнова. М., 2011 г
5. Катастрофы и человек. Ю.Л.Воробьев. М., кн. 1, 2010 г

При условии посещения занятий школьниками в рамках дополнительного образования или внеурочной деятельности VR-AR, можно предложить учащимся сконструировать виртуальную модель опасных природных явлений, характерных для своей местности, используя оборудование «Точек роста»

Во время урочной и внеурочной деятельности возможно использование оборудования «Точек роста» - беспилотных летательных аппаратов для съемки местности с последующим выделением, например, зон возможного затопления, территорий опасных во время ураганов и бурь и т.д. Возможно построение, например, ортофотопланов и последующий анализ, использование их для моделирования.

Список актуальных ресурсов для реализации Программы содержится в материалах дистанционного курса «[ОБЖ: Точка роста](https://np-education.ru/course/863)», точка доступа <https://np-education.ru/course/863>

В приложении к Программе содержится описание дополнительных форм проведения практических занятий по ОБЖ.

Приложение к Рабочей программе учебного предмета

«Школа безопасности », 5-7 классы

**Дополнительные формы проведения уроков ОБЖ**

# Тематическая линия «Основы здорового образа жизни»

### Индивидуальная модель здорового образа жизни:

Сначала делаем мозговой штурм в мини-группах: соревнование, кто напишет больше всех полезных привычек.

Группа, которой удалось написать максимальное количество привычек озвучивает свой список, если что-то не названо, остальные добавляют.

После каждому ученику дается задание написать свою модель здорового образа жизни, учитывая личные особенности.

Разделы:

* Сон
* Питание
* Гигиена
* Физическая активность

### Характеристика влияния вредных привычек на здоровье человека На карточках пишем вредные привычки:

* табакокурение;
* распитие алкогольных напитков;
* пристрастие к вредной еде/переедание (фастфуд, мучное, сладости);
* игромания;
* сквернословие;
* шопоголизм.

Делим класс на 6 команд по 3-4 человека, вызываем по одному представителю, жребием они решают кому какая привычка досталась. Даем время на то, чтобы они сформулировали ВСЕ возможные последствия всех этих вредных привычек. Каждая команда рассказывает, что у них получилось, все остальные дополняют список последствий.

\*если в классе много человек, можно добавить другие вредные привычки.

# Тематическая линия «Первая помощь пострадавшим»

## Тема: «Что делать при ожоге/порезе/ушибе?

Класс делится на пары, и каждая получает памятки, что нужно делать при ожоге/порезе/ушибе. Задача каждого ученика отработать алгоритм действия на соседе.

## Раны:

Даже небольшая царапина требует внимания и обработки. Эти рекомендации помогут вам правильно заботиться о ранах:

**Вымойте руки**. Это помогает избежать заражения. Если под рукой есть одноразовые перчатки, наденьте их.

**Остановите кровотечение**. Если рана совсем маленькая, оно обычно прекращается само. Если же нет, окажите на рану мягкое давление сквозь стерильную салфетку, бинт или чистую ткань.

**Очистите рану.** Промойте её проточной или чистой водой. Кожу вокруг вымойте с мылом (при необходимости потрите). Старайтесь, чтобы мыло не попадало в рану, это может вызвать раздражение.

**Если грязь или мусор остались в ране после мытья.** Используйте пинцет, очищенный спиртом, чтобы их удалить. Если это не помогает, обратитесь

к врачу. Тщательная обработка раны снижает риск заражения и столбняка. При этом нет необходимости использовать йод и йодсодержащие средства. Они могут вызвать раздражение.

**Обработайте рану антисептиком**. Антисептики для первичной обработки используются в виде растворов (чаще и удобнее) или порошков. (хлоргексидин, перекись водорода, банеоцин). Не используются

для первичной обработки раны мази, крема или эмульсии, которые образуют пленку, препятствующую дополнительному механическому очищению раны раствором антисептика.

**При необходимости наложите повязку или пластырь.** Маленькую царапину оставьте открытой.

Существует **три степени ожогов**:

## Ожоги:

При ожогах **первой степени** кожа краснеет и немного отекает, а также болит. Спустя день или два она может начать шелушиться.

Ожоги **второй степени** обычно сопровождаются появлением волдырей, иногда возникает сильный отек.

Ожоги **третьей степени** наносят ущерб всем слоям кожи и она может выглядеть обугленной. При этом боль может быть небольшой или её может не быть вовсе из-за повреждения нервов и тканей.

Самостоятельно можно справится с ожогом первой степени и второй, но только если поврежденная зона меньше 5—7 сантиметров.

### Чтобы оказать первую помощь:

* Промойте ожог в прохладной воде. Подержите в воде хотя бы пять минут. Это уменьшит отек.
* Обработайте ожоговую поверхность антисептическими растворами, наложите чистую (в идеале — стерильную) салфетку. Для дальнейшего лечения ожоговой поверхности нанесите крем, мазь или эмульсию

с бацитрацином/неомицином. При появлении сыпи прекратите дальнейшее применение препарата.

* При необходимости примите обезболивающие. Безрецептурный препарат облегчит боль и уменьшит воспаление.

\*Существует миф, что при ожогах помогает масло. На самом деле его использование может принести только вред и способствовать развитию инфекции.

### Ушибы:

С незначительными ушибами и легкими спортивными травмами можно справиться, если

* Cоблюдать покой 48—72 часа. Это поможет не травмироваться повторно и не усугубить ситуацию.
* Первое время регулярно прикладывать лед (он должен быть в пакете), чтобы уменьшить отек.
* Можно также принять безрецептурное обезболивающее.
* Обязательно обратитесь к врачу, если вам не становится лучше в течение нескольких дней или даже недель.

Помните, что при серьезных травмах за медицинской помощью нужно обращаться незамедлительно. В некоторых случаях восстановление может занять несколько недель или месяцев и требует выполнения врачебных рекомендаций.

## Тема: «Что делать при закрытом переломе?»

**Работа в мини-группах с манекеном/участником группы:** каждой группе выдается карточка с задачей, например, «перелом кости предплечья»,

«перелом тазобедренного сустава», «перелом голени». Задача каждой группы показать на манекене правильные действия при том или ином виде перелома.

С помощью специальной шины, палки, доски, куска фанеры зафиксировать и обездвижить пострадавшую конечность.

* Если сломаны кости предплечья, обездвиживаются лучезапястный и локтевой суставы.
* Если пострадала плечевая кость – локтевой и плечевой суставы.
* При переломе бедренной кости фиксируются тазобедренный и коленный суставы (шина крепится одним концом за туловище по боковой поверхности, другим – за голень и стопу), голени – коленный и голеностопный.

Если ничего под рукой нет, поврежденную ногу можно прибинтовать к здоровой, а сломанную руку – к туловищу; к месту перелома приложить холод.

**Обратиться за помощью** в «скорую помощь» или в ближайший травмопункт.

## Тема: «Первая помощь при утоплении»

Работа с манекеном в мини-группах.

Главное правило – не терять время, собраться и выполнить следующие действия:

Оказание помощи после извлечения пострадавшего из воды:

### Положить пострадавшего на спину и проверить пульс и реакцию зрачков на свет;

1. **При отсутствии пульса и самостоятельного дыхания немедленно приступайте к реанимации:**
   * Под плечи пострадавшего надо положить какой-либо предмет (одежду, покрывало), чтобы голова его несколько запрокинулась назад.
   * Рот пострадавшего накрывают платком.
   * Оказывающий помощь, сделав свободный вдох, плотно прижимается своим ртом ко рту пострадавшего и вдувает в его дыхательные пути воздух из своих легких.
   * Во время вдувания воздуха нос пострадавшего должен быть зажат.
   * После такого искусственного «вдоха» грудная клетка спадается до первоначального объема, осуществляя «выдох».
   * Вдувание воздуха в легкие пострадавшего нужно повторять примерно 16—18 раз в минуту.
   * При остановке сердечных сокращений производят непрямой массаж сердца. Нужно встать с левой стороны пострадавшего и с некоторым усилием надавливать на область сердца кистями рук, положенными одна на другую, 50—60 раз в минуту.
   * Массаж сердца следует сочетать с искусственным дыханием. После 4— 5 надавливаний на сердце производят одно вдувание воздуха в легкое.

При появлении пульса и дыхания необходимо обтереть пострадавшего сухим полотенцем, укрыть его чем-либо теплым, вызвать «Скорую помощь».

Помните! При утоплении реанимация приводится в течение 30-40 минут даже при отсутствии признаков ее эффективности.

### При наличии пульса и дыхания:

* + повернуть пострадавшего на живот;
  + перекинуть его через бедро (спинку стула, толстую ветку дерева и т.п.);
  + очистить полость рта: засунуть ему два пальца в рот как можно глубже и надавить на корень языка. Если после этого появились рвотные движения и кашель - удалить воду из легких и желудка, для чего в течение следующих 5-10 минут периодически давить на корень языка, пока вода не перестанет выделяться, при этом можно похлопывать ладонями по спине, а также несколько раз сжать с боков грудную клетку во время выдоха;
  + после удаления воды положить пострадавшего на бок или живот;
  + вызвать «Скорую помощь»;
  + согреть пострадавшего;
  + наблюдать за пострадавшим, так как в любую минуту может произойти остановка сердца и потребуется реанимация.

## Тема: «Что делать при пищевом отправлении?»

Получить полный алгоритм действия при пищевом отравлении.

Детям выдаются разрезанные карточки, в которых описаны разные действия, которые можно и нельзя делать при отравлении или показать все действия в разнобой на экране.

**Задача:** распределить в два столбика что можно делать при отравлении, что нельзя.

|  |  |
| --- | --- |
| **Нужно сделать** | **Нельзя делать** |
| * Промыть желудок | * Пить закрепляющие препараты при диарее |
| * Принять сорбенты | * Класть грелку на область живота |
| * Пить больше воды | * Пить молоко или воду с газом |
| * Соблюдать режим и диету | * Есть |
| * Не есть до полной остановки рвоты | * Вызвать рвоту, если человек без сознания |
| * Позвонить в скорую при продолжительной рвоте/диарее | * Подождать, пока само пройдет |

Когда ученики закончат, огласить правильный алгоритм действий, чтобы ученики исправили свои ошибки, написать на доске/показать на экране итоговую версию.

## Тема «Что делать при токсическом (неинфекционном) отравлении?»

**Токсические (неинфекционные)** отравления. Возникают при попадании в организм с пищей естественных или химических токсинов. Например, яда несъедобных грибов и растений, а также химикатов.

Класс делится на три команды (или на шесть и задания дублируются). Они пытаются составить свои списки. Потом зачитывают, остальные добавляют, вместе формируем итоговый алгоритм действия.

**Первая команда** пытается понять, что делать при **отравлении алкоголем**, недоброкачественной пищей, грибами, ядовитыми растениями и их плодами, когда яд в организм поступает через рот:

* + Промыть желудок (выпить большое количество жидкости и вызывают рвоту надавливанием на корень языка пальцами. процедуру повторяют до чистых промывных вод);
  + Принять сорбенты;
  + Соблюдать режим и диету;
  + Пить больше воды (восстанавливаем водный баланс);
  + Не есть до полной остановки рвоты;
  + Позвонить в скорую при продолжительной рвоте/диарее;

\**При отравлении кислотами (уксус) и щелочами промывать желудок нельзя!*

**Вторая команда:** при **отравлении газообразными химическими веществами** (угарный газ, окислы азота, аммиака, пары брома, фтористого водорода, хлор, сернистый газ, и др.), когда яд поступает в организм через легкие*:*

* + Пострадавшего в первую очередь нужно вывести на свежий воздух, обеспечить ему удобное горизонтальное положение, освободить от стесняющей одежды;
  + Растереть тело пострадавшего ладонями для улучшения кровообращения, затем тепло укутать, приложить согревающие грелки к его ногам;
  + Дать понюхать ватку с нашатырным спиртом, если пострадавший в сознании, прополоскать горло и рот раствором соды.
  + В случае отсутствия дыхания или его значительного ослабления нужно начать проведение искусственного дыхания.
  + Независимо от степени отравления пострадавшего госпитализируют в стационар, на случай, если позднее возникнут осложнения со стороны нервной и дыхательной систем.

**Третья команда:** при **отравлении токсическими веществами** (некоторые ядовитые растения, химические растворители и средства от насекомых - фосфорорганические соединения (карбофос, дихлофос и др.), когда яд в организм проникает через кожу:

* + Нужно как можно быстрее снять это вещество с поверхности кожи ватным или марлевым тампоном, стараясь не размазывать его на поверхности кожи.
  + После этого кожу следует хорошо обмыть теплой водой с мылом или слабым раствором питьевой (пищевой) соды, обработать место поражения на коже 5—10%-ным раствором нашатырного спирта.
  + При наличии раны например ожога, наложите чистую или стерильную влажную повязку.
  + Далее дважды промыть желудок 2%-ным раствором пищевой соды (1 ч. л. соды на 1 стакан воды).
  + Затем следует выпить 0,5 стакана 2%-ного раствора пищевой соды с добавлением активированного угля или солевое слабительное. Пострадавшему дают выпить крепкий чай.
  + Дождаться прибытия бригады скорой медицинской помощи.

### Потом все вместе выводим общие правила:

* + Остановить или ограничить поступление яда в организм.
  + Как можно скорее вывести из организма уже попавший яд, если это возможно.
  + Обеспечить пострадавшему безопасные условия.
  + Привести пострадавшего в чувства, при необходимости -

провести искусственное дыхание и непрямой массаж сердца.

* + Как можно скорее доставить пострадавшего в больницу.

# Тематическая линия: «Безопасность во время пребывания в различных средах»

## Тема: «Действия при пожаре»

### Даем задание: Что бы вы делали при пожаре в квартире?

По рядам пускаем лист, в который нужно вписать правило, которое еще не было на нем написано по цепочке, и вернуть к первому ученику, который отвечает за всех. Остальные дополняют его ответ. Если что-то важное не было сказано задаем наводящие вопросы: Кто вспомнит номер пожарной охраны? Что нужно сделать, если пожар начался из-за проводки электросети? Что нельзя тушить водой? и т.д. Далее должен получиться следующий список:

### Действия при пожаре в квартире:

1. Сообщите о пожаре в пожарную охрану по телефонам «112», «01» (с сотового тел. 01\*, 112).
2. Если нет опасности поражения электротоком, приступайте к тушению пожара водой, или используйте плотную (мокрую ткань).
3. При опасности поражения электротоком отключите электроэнергию.
4. Горючие жидкости тушить водой нельзя (тушите песком, землёй, огнетушителем, если их нет, накройте плотной смоченной в воде тканью).
5. При пожаре ни в коем случае не открывайте форточки и окна.
6. Если вам не удаётся своими силами ликвидировать пожар, выйдите из квартиры, закрыв за собой дверь, и немедленно сообщите о пожаре соседям и жильцам выше-ниже находящихся квартир.
7. Встретьте пожарных и проведите их к месту пожара.
8. При высокой температуре, сильной задымлённости необходимо передвигаться ползком, так как температура у пола значительно ниже и больше кислорода.
9. При невозможности эвакуироваться из квартиры через лестничную площадку, когда пути эвакуация отрезаны, необходимо выйти на балкон, закрыв за собою дверь, и звать на помощь прохожих.

## Тема: «Безопасность дорожного движения» Ролевая игра «Участники дорожного движения»:

Дети делятся на группы, внутри групп делятся на участников дорожного

движения:

* + Машины
  + Велосипедисты
  + Пешеходы

Делаем разметку на полу/асфальте на полосы дорожного движения.

Каждой мини-группе выдается ситуация, в которой нужно разобраться согласно правилам дорожного движения:

### Движение по тротуару:

1. Правостороннее движение
2. Не толкаться, не размахивать руками, громко не разговаривать
3. Не выходить на проезжую часть
4. Быть внимательными

### Переход дороги без светофора:

1. Посмотреть налево
2. Посмотреть направо
3. Убедиться, что нет машин, спокойно перейти дорогу.

### Как безопасно перейти дорогу, выйдя из общественного транспорта:

1. Дойти до ближайшего пешеходного перехода;
2. Дождаться пока транспорт уедет и обзор будет полным с обеих сторон;
3. Нельзя обходить маршрутное транспортное средство ни спереди, ни сзади.

**Движение велосипедистов старше 14 лет** возможно в порядке убывания:

1. По велосипедной, вело-пешеходной дорожкам или полосе для велосипедистов.
2. По правому краю проезжей части.
3. По обочине.
4. По тротуару или пешеходной дорожке.

## Тема: “Сигналы регулировщика”

Класс делится на группы, в каждой группе выделяется:

* + Регулировщик;
  + Пешеходы;
  + Общественный транспорт;
  + Машины

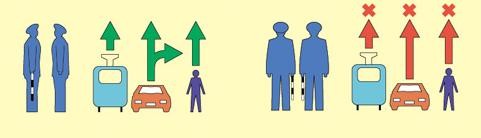
Ученикам выдаются карточки с возможными знаками регулировщика, они должны разыграть каждую из них, чтобы понять алгоритм действий при работе регулировщика.

### Регулировщик поднял руку вверх



Этот сигнал регулировщика означает, что движение любого транспорта и пешеходов запрещено во всех направлениях одновременно. Этот сигнал применяется в случае необходимости пропустить машины спецтранспорта (пожарная служба, милиция, скорая помощь и так далее).

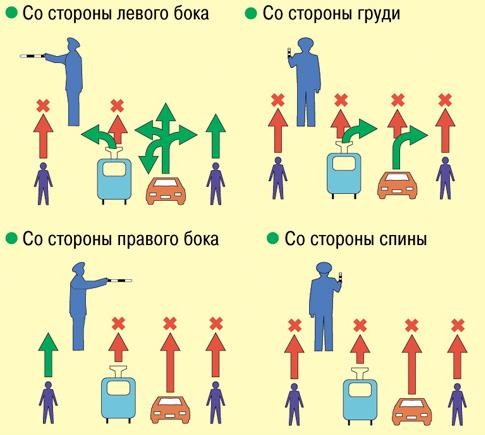
### Руки регулировщика вытянуты в стороны или опущены



В этом случае имеет значение положение корпуса регулировщика:

* + Регулировщик обращен к водителю спиной или грудью – движение запрещено.
  + Регулировщик стоит к водителям боком – разрешено движение прямо и/или направо. Однако водитель трамвая не имеет права на поворот и может двигаться только по прямой. Этот же сигнал регулировщика позволяет пешеходам переходить дорогу, поэтому будьте внимательны.

### Регулировщик вытянул вперед правую руку



1. Если регулировщик повернут к вам лицом и корпусом – можно проезжать направо. Другие направления движения запрещены.
2. Если регулировщик стоит правым боком или спиной -- движение в любом направлении запрещено.
3. Если регулировщик стоит к Вам левым боком — движение **машинам** разрешено во всех направлениях. **Трамваи** в этом случае разрешено поворачивать только налево. **Пешеходы** при таком сигнале регулировщика имеют право переходить дорогу за его спиной.

### Несколько общих правил:

* 1. Регулировщик всегда разрешает движение только с двух сторон перекрестка.
  2. Вытянутые руки всегда показывают на направления, откуда движение разрешено.
  3. Спина регулировщика — это красный сигнал светофора: всегда запрещает движение в любом направлении. Трамваям разрешено движение вдоль рук регулировщика, а машинам еще и разрешается движение правее (исключение — разворот).

## Тема: «Правила дорожного движения»

Класс делится на несколько мини-групп, каждой группе дается задание, написать все известные им правила дорожные движения для пешеходов за определенное время 5-7 минут.

После группа, у которой получилось больше всего зачитывает правила, остальные помечают совпадения, потом, остальные группы по очереди называют правила, которые не были названы и формируют полный список.

Если что-то не было названо преподаватель озвучивает недостающие правила.

По итогу урока можно сделать большой плакат, куда каждый ученик впишет правило, его можно будет повесить в классе для наглядности.

Для старших классов можно расширить задание до всех участников дорожного движения, а не только для пешеходов, но и для велосипедистов, автомобилистов, водителей общественного транспорта.

# Тематическая линия: «Основы комплексной безопасности населения Российской Федерации»

## Тема: «Чрезвычайные ситуации»

**Задание:** Соотнести чрезвычайные ситуации, её признаки и классификацию. Карточки разного цвета (цвета могут быть любыми):

**Карточки красного цвета:** биолого-социальные, военные, природные, экологические, техногенные

**Карточки зеленого цвета (с примерами ЧС, перемешанные между собой):** инфекционная заболеваемость людей, инфекционная заболеваемость сельскохозяйственных животных, извержение вулканов, поражения сельскохозяйственных растений болезнями и вредителями, голод, терроризм, религиозный конфликт, война, межнациональный конфликт, землетрясение, цунами, наводнение, оползень, «ядерная зима», глобальное потепление.

**Карточки синего цвета (с признаками чрезвычайных ситуаций, могут соответствовать нескольким видам ЧС):** опасность для жизни и здоровья людей; объектов экономики и окружающей среды; существенное нарушение экологического равновесия в районе ЧС; выход из строя систем жизнеобеспечения и управления; полное или частичное прекращение хозяйственной деятельности; значительный материальный и экономический ущерб; необходимость привлечения больших сил и средств для спасения людей и ликвидации последствий; психологический дискомфорт для больших групп людей; экологические ухудшение природной среды; потеря хозяйственной ценности территорий.

**Карточки желтого цвета** (поражающие факторы): ударная волна (воздушная, подземная, подводная), температура, световое излучение, ионизирующее излучение, сильнодействующие ядовитые вещества, бактериальные агенты, аэрогидродинамический фактор, психоэмоциональное воздействие; химическое загрязнение окружающей среды и местности; биологическое заражение местности; радиоактивное загрязнение местности; сейсмические волны;

## Тема «Основы противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму». Подтема: «Экстремизм»

**Задача понять относится ли пример проявлением экстремизма.** Проводить можно с помощью мяча или мягкой игрушки: кидаем одному из учеников пример, он должен ответить «является или это экстремизмом или нет» и кинуть мяч обратно – опросить всех и вместе составить общий список проявлений экстремизма.

* *добровольное объединение граждан РФ, иных лиц, постоянно и на законных основаниях, проживающих на территории России, образованное в целях совместного исповедания и распространения веры*

*– создание религиозного объединения;*

* насильственное изменение основ конституционного строя и нарушение целостности Российской федерации;
* публичное оправдание терроризма и иная террористическая деятельность;
* *организация митинга/пикета против действующей в Российской федерации власти;*
* возбуждение социальной, расовой, национальной или религиозной розни;
* пропаганда исключительности, превосходства либо неполноценности человека по признаку его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности, или отношения к религии;
* нарушение прав, свобод и законных интересов человека и гражданина в зависимости от его социальной, расовой, национальной, религиозной или языковой принадлежности, или отношения к религии;
* *ведение публичного образовательного канала про влияние наркотических веществ на организм человека;*
* воспрепятствование осуществлению гражданами их избирательных прав и права на участие в референдуме или нарушение тайны голосования, соединенные с насилием либо угрозой его применения;
* воспрепятствование законной деятельности государственных органов, органов местного самоуправления, избирательных комиссий, общественных и религиозных объединений или иных организаций, соединенное с насилием либо угрозой его применения;
* пропаганда и публичное демонстрирование нацистской атрибутики или символики либо атрибутики или символики, сходных с нацистской атрибутикой или символикой до степени смешения;
* публичные призывы к осуществлению указанных деяний либо массовое распространение заведомо экстремистских материалов, а равно их изготовление или хранение в целях массового распространения;
* *публичная критика действующей в стране системы государственной власти, её действий и представителей;*
* публичное заведомо ложное обвинение лица, замещающего государственную должность, в совершении им в период исполнения своих должностных обязанностей деяний, указанных в настоящей статье и являющихся преступлением;
* организация и подготовка указанных деяний, а также подстрекательство к их осуществлению;
* *изучение идеологии фашизма, написание статей и научных работ на эту тему;*
* финансирование указанных деяний либо иное содействие в их организации, подготовке и осуществлении, в том числе путем предоставления учебной, полиграфической и материально-технической базы, телефонной и иных видов связи или оказания информационных услуг.

\*курсивом выделено то, что не является экстремистской деятельностью, примеры можно дополнять, расширяя список.

## Тема: «Что делать при террористическом акте в школе?»

Что должны делать учащиеся и сотрудники должны оказавшись в заложниках в помещениях школы?

Дети получают карточки с тем что нужно делать при террористической атаке с вариантами ответа.

### Задача: выбрать правильный вариант ответа:

* + ваша цель: остаться в живых/*обезвредить террористов*;
  + сохранять выдержку и самообладание/*кричать о помощи, привлекать к себе внимание;*
  + *высказать террористам свои требования, задавать вопросы*/не пререкаться с террористами, выполнять их требования;
  + на все действия спрашивать разрешения у террористов/*делать, что тебе хочется, спокойно выходить из помещения;*
  + *провоцировать террористов на открытие огня с целью начала штурма*/не допускать никаких действий, которые могут спровоцировать террористов к применению оружия и привести к человеческим жертвам;
  + помнить, что, получив сообщения о вашем захвате, спецслужбы уже начали действовать и предпримут все необходимое для вашего освобождения/*не доверять действиям спецслужб, спланировать побег и операцию по обезвреживанию террористов и спасению заложников;*
  + *при появлении сотрудников спецслужб, бегите к ним навстречу, не обращая ни на кого внимания* /при проведении операции по вашему освобождению ни в коем случае не бежать навстречу сотрудникам спецслужб или от них, так как они могут принять вас за преступников;
  + *найти место под окном или в дверном проеме, чтобы вас было видно с улицы*/по возможности держаться дальше от проемов дверей и окон, лежать лицом вниз, закрыв голову руками и не двигаться.

\*курсивом выделено то, что НЕ является правильном поведении при террористической атаке.

После окончания работы, озвучиваем правильные ответы, обсуждая почему важно вести себя именно так, а не иначе.