

# ТОЧКА РОСТА

МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«БАБАЮРТОВСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №3  
ИМ. З. А. МАРТУНКАЕВА»

«СОГЛАСОВАНО»

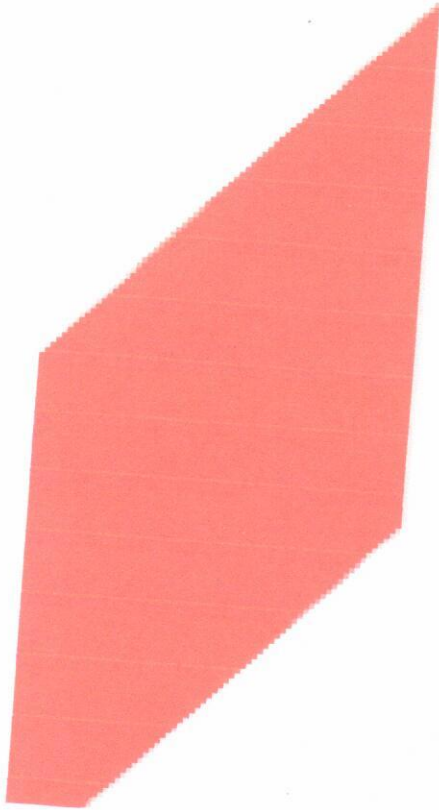
Руководитель ТР  
Адамова М.Р./



«УТВЕРЖДАЮ»

Директор  
Будаева Л.Х./

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО КУРСУ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ. «Основы Безопасности Жизнедеятельности»



Составитель:  
учитель

Магомедгаджиев О.И.

с. Бабаюрт  
2021-2022 год

## Содержание:

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета ОБЖ
2. Содержание учебного предмета ОБЖ
3. Тематическое планирование.

### Пояснительная записка.

24 декабря 2018 года на коллегии Министерства просвещения Российской Федерации утверждена новая концепция преподавания предмета «Основы безопасности жизнедеятельности». Концепция ориентирована на изменение мотивации к изучению учебного предмета, а также учитывает необходимость формирования у школьников практических навыков по действиям в экстремальных ситуациях. Изучение учебного предмета «ОБЖ» обеспечивает формирование базового уровня культуры безопасности жизнедеятельности, способствует выработке умений распознавать угрозы, избегать опасности, нейтрализовать конфликтные ситуации, решать сложные вопросы социального характера, грамотно вести себя в чрезвычайных ситуациях. Все это содействует закреплению навыков, позволяющих обеспечивать защиту жизни и здоровья обучающегося, формированию необходимых для этого волевых и морально-нравственных качеств, предоставляет широкие возможности для эффективной социализации, необходимой для успешной адаптации к современной техно-социальной и информационной среде, способствует проведению превентивных мероприятий в сфере безопасности.

Рабочая программа в рамках предметной области «Физическая культура и Основы безопасности жизнедеятельности» в 5-7 классах составлена на основе основной образовательной программы основного общего образования (Название образовательной организации) по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности», в соответствии с требованиями к



результатам освоения ООП ООО, представленных в федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования.

Рабочая программа поддерживает образовательный процесс в организациях, реализующих Концепцию преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в условиях Центров образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста». Программа учитывает также основные положения документа "О Стратегии национальной безопасности Российской Федерации" (Указ Президента РФ от 31 декабря 2015 г. N 683).

Представленная Рабочая Программа для 5 -7классов по учебному предмету Основы Безопасности Жизнедеятельности (предметная область Физическая культура и ОБЖ) соответствует требованиям Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года №1897, Примерной программе по ОБЖ (2015 г., сайт Минобрнауки), Программе формирования УУД. В основу данной Рабочей программы положена авторская программа по ОБЖ В. Н. Латчука, С.К. Миронова, С.Н. Вангородского, М. А. Ульяновой, при поддержке соответствующего УМК.

В программу не внесено изменений.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал образовательного учреждения, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций школьников.

Описание места учебного предмета, курса в учебном плане

Преподавание предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» реализуется в общеобразовательном учреждении в объеме 1 часа в неделю за счет времени регионального компонента, 34 часа в год.

Цели изучения курса (общеучебные и предметно-ориентированные).

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в 5-ом классе направлено на достижение следующих целей:

- -приобретение учащимися теоретических и практических навыков;



- -психологическая подготовка в области предупреждения чрезвычайных ситуаций в жизни и быту;
- -умения правильно действовать при возникновении чрезвычайных ситуаций различного характера.

В своей предметной ориентации предлагаемая программа нацеливает педагогический процесс на решение следующих задач:

- освоение учащимися знаний о здоровом образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- развитие качеств личности школьников, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитание у учеников чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- обучение учащихся умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случаях их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь.

Практические работы в разделе «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» проводится на базе Центра «Точка роста».

1. Планируемые результаты освоения учебного предмета ОБЖ

2. Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных, и экстремальных ситуациях а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию,
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего



социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;

- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### Метапредметные результаты:

#### *1) регулятивные*

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;

- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;

## *2) познавательные*

- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;

## *3) коммуникативные*

- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- умение работать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;



- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

#### Предметные результаты :

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение 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, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;

- знание безопасного поведения в условиях опасных и ЧС, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

По окончании 5 класса ученик научится:

- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;



- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты; безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности;
- оказывать первую помощь при наружном кровотечении;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- По окончании курса ученик получит возможность научиться:
- самостоятельно определять цели своего обучения и планировать пути их достижения, в том числе альтернативные в области безопасности жизнедеятельности для обеспечения личной безопасности в повседневной жизнедеятельности, в опасных и чрезвычайных ситуациях;

- самостоятельно ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, осознанно выбирать наиболее эффективные способы их решения в области безопасности жизнедеятельности для обеспечения личной безопасности в повседневной жизнедеятельности, в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- самостоятельно соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- самостоятельно оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- использовать способы профилактики игромании;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;



- анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками для достижения целей в ходе изучения основ безопасности жизнедеятельности;
- работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время моделирования возможных опасных и чрезвычайных ситуаций;
- слушать собеседника, понимать его точку зрения и признавать право другого человека на иное мнение при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- передавать содержание прослушанного, прочитанного текста в сжатом или развернутом виде при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- владеть устной и письменной речью, монологической и диалогической
- речью при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;



- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- осуществлять самостоятельный поиск, отбор и анализ необходимой информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий для решения учебных и познавательных задач;
- самостоятельно развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности в области безопасности жизнедеятельности для обеспечения личной безопасности в повседневной жизнедеятельности, в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;

## 1. Планируемые результаты освоения учебной программы

### Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;



- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;



- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;
- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причин-но-следственные связи внешних и внутренних опасностей, среды обитания и их влияние на деятельность человека;
- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- умение работать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;



- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

Предметные результаты:

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- 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 и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение 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, их последствий для личности, общества и государства;

**Тематическое планирование по ОБЖ 5 – 7 классы с учетом  
использования кабинетов Точки Роста**

Авторская программа по ОБЖ 5-7 классы А.Т. Смирнов . Б.О. Хреников.

| №  | Тема   | Количество часов | Дата проведения | Примечание |
|----|--|------------------|-----------------|------------|
| 1  | Безопасность в повседневной жизни                                | 1                | 6.09.<br>1.09   |            |
| 2  | Дорожное движение.<br>Безопасность участников дорожного движения | 1                | 13.09<br>8.09   |            |
| 3  | Пешеход .<br>безопасность пешехода                               | 1                | 15.09<br>20.09  |            |
| 4  | Пассажир.<br>Безопасность пассажира                              | 1                | 22.09<br>27.09  |            |
| 5  | Безопасное поведения в транспорте                                | 1                | 29.09<br>4.10   |            |
| 6  | Водитель   | 1                |                 |            |
| 7  | Безопасность велосипедиста                                       | 1                | 6.10<br>11.10   |            |
| 8  | Пожарная безопасность  | 1                | 13.10<br>18.10  |            |
| 9  | Правило личной безопасности при пожарах                          | 1                | 20.10<br>25.10  |            |
| 10 | Безопасное поведение в бытовых ситуациях                         | 1                | 27.10<br>8.11.  |            |
| 11 | Безопасное обращения электричеством                              | 1                | 10.11<br>15.11  |            |
| 12 | Безопасное обращение с бытовым                                   | 1                | 17.11<br>22.11  |            |



|    |   |   |                    |  |
|----|---|---|--------------------|--|
|    | газом   |   |                    |  |
| 13 | Меры безопасности при пользования в доме водой                              | 1 | 24.11<br>29.11     |  |
| 14 | Безопасность и компьютер  | 1 | 1.12<br>6.12       |  |
| 15 | Безопасность на водоемах  | 1 | 8.12<br>13.12      |  |
| 16 | Безопасность на замерзших водоемах  | 1 | 15.12<br>20.12     |  |
| 17 | Ч.С. природного характера   | 1 | 22.12<br>27.12     |  |
| 18 | Землетресения   | 1 | 29.12              |  |
| 19 | Наводнения  | 1 | 10.01              |  |
| 20 | Действия при объявлении Ч.С.  | 1 | 12.01 22.<br>17.01 |  |
| 21 | Криминогенная ситуация  | 1 | 19.01              |  |
| 22 | Обеспечения личной безопасности дома  | 1 | 26.101<br>24.01    |  |
| 23 | Правило поведения в опасных ситуаций которые могут произойти дома           | 1 | 2.02<br>31.01      |  |
| 24 | Обеспечение личной безопасности на улице                                    | 1 | 7.02<br>9.02       |  |
| 25 | Правило безопасного поведения в местах, где проводятся массовые мероприятия | 1 | 14.02<br>16.02     |  |
| 26 | Подготовка к активному отдыху на природе                                    | 1 | 27.02<br>23.02     |  |
| 27 | Ориентирование на местности   | 1 | 4.03<br>6.03       |  |

|    |  |   |                        |  |
|----|--|---|------------------------|--|
| 28 | Подготовка к выходу на природу   | 1 | 7.03                   |  |
| 29 | Определение места для бивака   | 1 | 9.03<br>16.03<br>14.03 |  |
| 30 | Разведения костра  | 1 | 23.03<br>21.03         |  |
| 31 | Общие правила безопасного поведения во время активного отдыха на природе | 1 | 4.04<br>6.04           |  |
| 31 | Автономное существование человека в природе                              | 1 | 11.04<br>13.04         |  |
| 32 | Добровольная автономия человека в природе                                | 1 | 18.04<br>20.04         |  |
| 33 | Вынужденная автономия человека в природе                                 | 1 |                        |  |
| 34 | Сооружения временного укрытия из подручных средств                       | 1 |                        |  |
| 35 | Обеспечение питанием. Поиск пищи в лесу                                  | 1 |                        |  |
| 36 | Правила безопасности при встрече с диким животным                        | 1 |                        |  |
| 37 | Укусы насекомых и защита от них  | 1 |                        |  |
| 38 | Клещевой энцефалит и его профилактика                                    | 1 |                        |  |
| 39 | Личная гигиена в природных условиях                                      | 1 |                        |  |
|    | Основы медицинских знаний  | 1 |                        |  |



|    |  |   |  |  |
|----|--|---|--|--|
| 40 | Инфекционные заболевание и их профилактика                                   | 1 |  |  |
| 41 | Неинфекционные заболевание и факторы риска их возникновения                  | 1 |  |  |
| 42 | Оказание первой медицинской помощи при ушибах, вывихах, и растяжениях        | 1 |  |  |
| 43 | Значение первой медицинской помощи по снижению последствий для пострадавшего | 1 |  |  |
| 44 | Оказание первой медицинской помощи при ранениях                              | 1 |  |  |
| 45 | Методы остановки кровотечения  | 1 |  |  |
| 46 | Травматические переломы. Оказание первой медицинской помощи при переломах    | 1 |  |  |
| 47 | Виды повязок и правила их наложения  | 1 |  |  |
| 48 | Оказание первой медицинской помощи при отравлений алкоголем и никотином      | 1 |  |  |
| 49 | Оказание первой медицинской помощи при отравлений бытовыми химикатами        | 1 |  |  |

|    |  |   |  |  |
|----|--|---|--|--|
|    | и ее значение для<br>здоровья  |   |  |  |
| 63 | Влияние двигательной<br>активности на<br>здоровье человека                                 | 1 |  |  |
| 64 | Закаливание и его<br>влияние на здоровье.  | 1 |  |  |
| 65 | Правило личной<br>гигиены.   | 1 |  |  |
| 66 | Практические занятия<br>по оказанию первой<br>медицинской помощи<br>при остановке сердца.  | 1 |  |  |
| 67 | Экстремизм и<br>терроризм.   | 1 |  |  |
| 68 | Современный<br>терроризм и его<br>сущность   | 1 |  |  |
| 69 | Виды экстремисткой и<br>террористической<br>деятельности                                   | 1 |  |  |
| 70 | Виды<br>террористических<br>актов и их<br>последствие.                                     | 1 |  |  |
| 71 | Ответственность не<br>совершеннолетние за<br>участие в<br>террористической<br>деятельности | 1 |  |  |
| 72 | Ответственность за<br>ложное сообщение о<br>терактах                                       | 1 |  |  |



Программа направлена на формирование поведенческих навыков, обеспечивающих защиту жизни и здоровья обучающегося, формированию необходимых для этого волевых и морально-нравственных качеств, предоставляет широкие возможности для эффективной социализации, необходимой для успешной адаптации к современной техно-социальной и информационной среде, способствует проведению превентивных мероприятий в сфере безопасности.

Обучение по программе способствует формированию обучающихся сознательного и ответственного отношения к собственному здоровью, к личной безопасности и безопасности окружающих, приобретению навыков сохранения жизни и здоровья в повседневной жизни и в опасных условиях.

1. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи - 16 ч.
2. Индивидуальная модель здорового образа жизни - 16 ч.
3. Безопасность в повседневной жизнедеятельности - 28 ч.
4. Информационная безопасность - 8ч.

Цель: развитие у школьников компетенций, обеспечивающих осознанного выполнения детьми и подростками правил поведения, обеспечивающих сохранность их жизни и здоровья в современных условиях улицы, природы, быта.

Обучающиеся будут знать:

- алгоритмы действий при возникновении опасных ситуаций: оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения, наружных кровотечениях, попадании инородного тела в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, обморожении, отравлениях.
- что такое здоровый образ жизни и его компоненты;
- алгоритмы действий при возникновении опасных ситуаций: при использовании бытовых устройств, приборов, инструментов, средств бытовой химии; при неисправности системы электроснабжения; при пожаре в доме/квартире; при утечке газа; на воде, в туристических походах.
- что такое личная безопасность в сети Интернет; цифровой след;
- пассивный и активный цифровой след;
- основы безопасного общения в Интернет;

# ВИДЫ ПОВЯЗОК

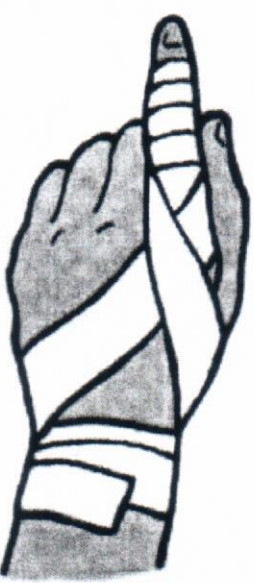
На локоть



На кисть



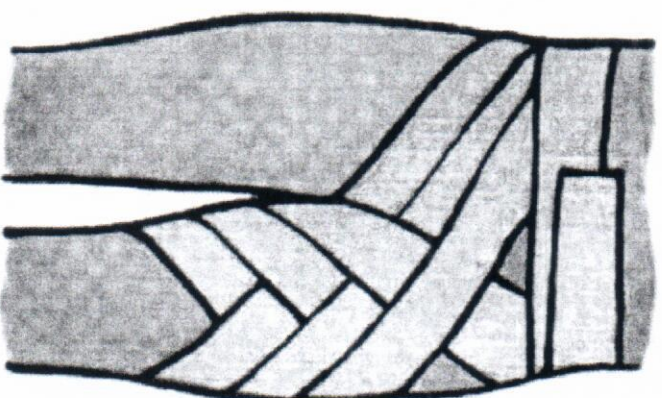
На палец



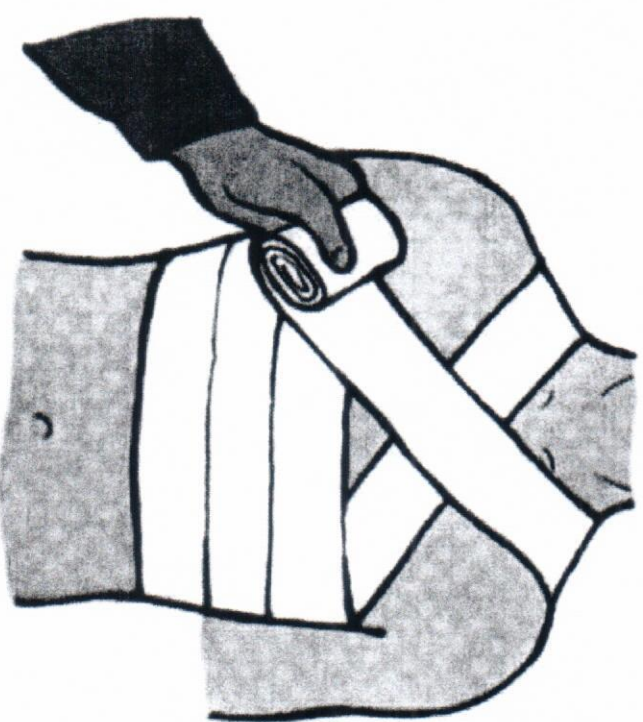
На голову



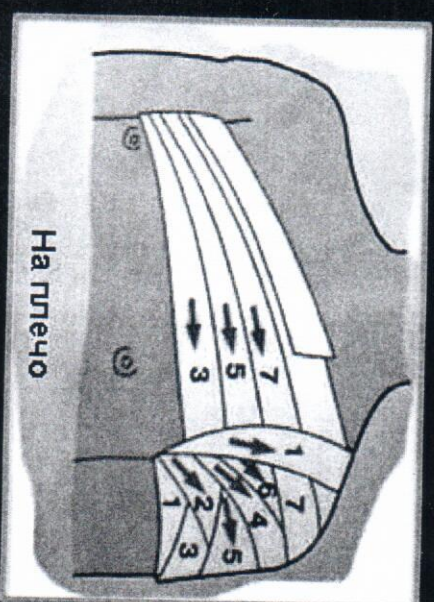
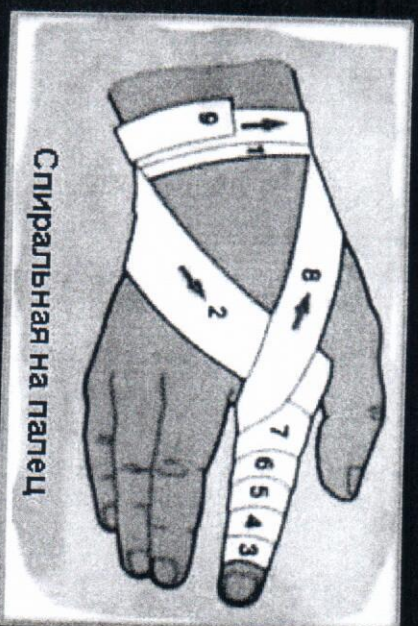
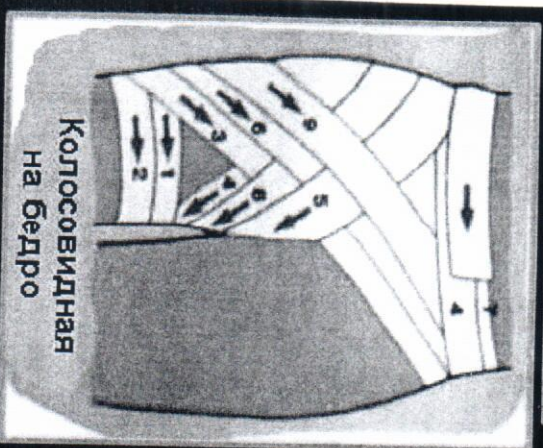
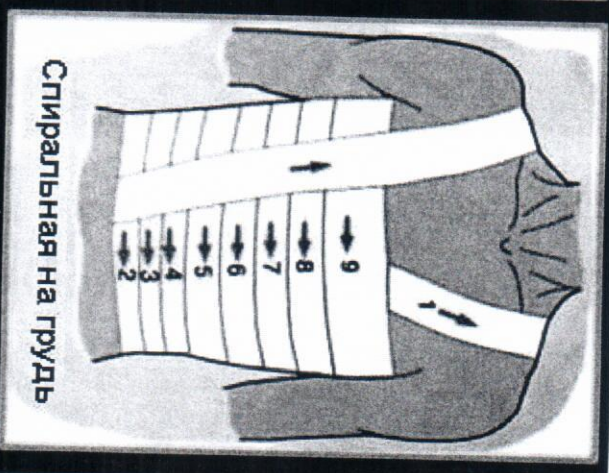
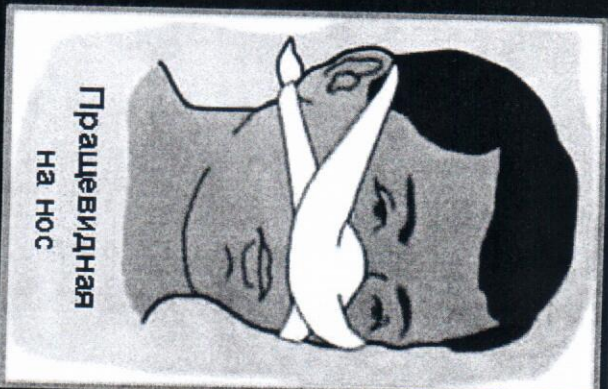
На паховую область



На грудь

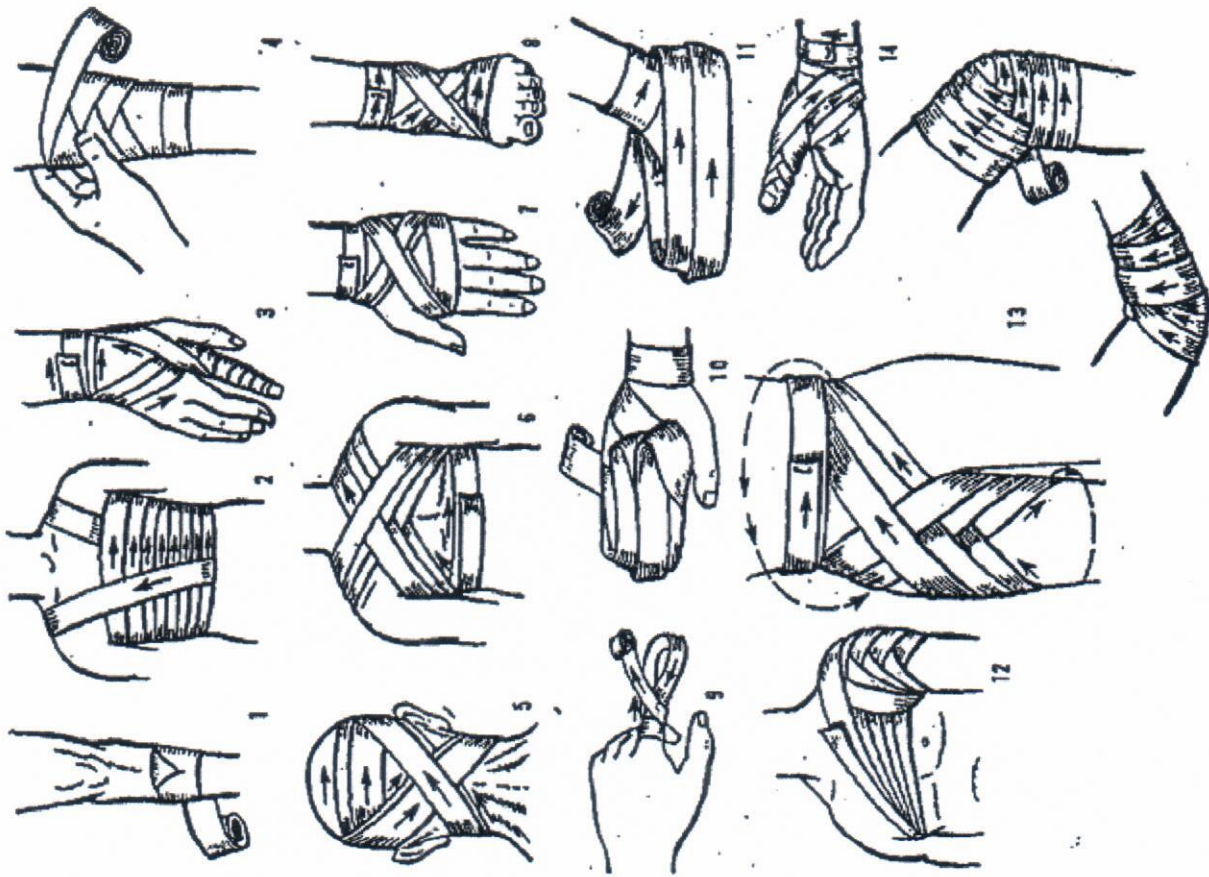






## Виды повязок и способы их наложения







# ПЕРЕЛОМЫ. ИММОБИЛИЗАЦИЯ

## ПРИЧИНЫ И ВИДЫ ПЕРЕЛОМОВ

Причиной перелома называют повреждение участка кости. Переломы бывают открытые и закрытые. Открытые переломы характеризуются тем, что поврежденная кость выступает за пределы мягких тканей. Закрытые переломы характеризуются тем, что поврежденная кость находится внутри мягких тканей.



В случае перелома необходимо оказать первую помощь пострадавшему.

## ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ПЕРЕЛОМАХ

- Оценить состояние пострадавшего, проверить пульс, дыхание.
- Обеспечить покой пострадавшему.
- Наложить шины (или другие средства фиксации) на поврежденную конечность.
- Наложить холод на место перелома.
- Наложить повязку на место перелома.
- Наложить шины (или другие средства фиксации) на поврежденную конечность.

## ПРИНЦИПЫ ИММОБИЛИЗАЦИИ

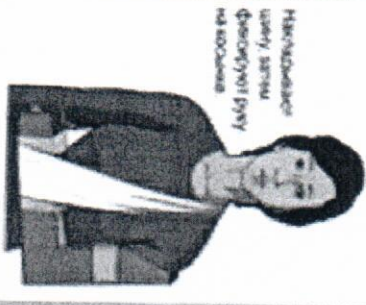
- Необходимо фиксировать не только саму конечность, но и соседние суставы.
- Шины накладывают на поврежденную конечность, чтобы не причинить дополнительной боли пострадавшему.
- Шины фиксируют бинтом, но не стягивают туловище пострадавшего.
- В случае перелома необходимо наложить шины на место перелома.

## ПЕРЕЛОМ ПЛЕЧЕВОЙ КОСТИ



Подвешивают руку к груди и фиксируют ее в согнутом положении.

## ПЕРЕЛОМ КОСТЕЙ ПЕРДОННОЙ



Наложив шину, руку фиксируют к туловищу.

## ПЕРЕЛОМ НИЖНЕЙ ЧАСТИ БЕДРА, КОДЕЛЯ



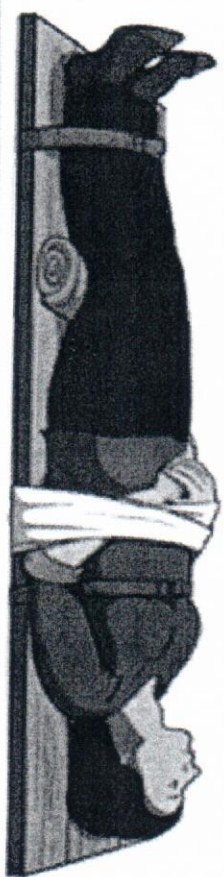
По бокам бедра привязывают шины или другие подручные материалы и фиксируют их в согнутом и вытянутом положениях. Руку фиксируют к туловищу.

## ПЕРЕЛОМ КОСТИ ТАЗА, БЕДРЕНАЯ ЧАСТЬ БЕДРА



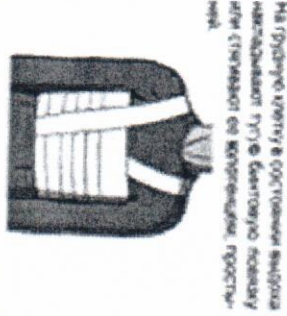
Пострадавшего укладывают спиной на твердую широкую доску, зафиксировав бедра и таз. Руку фиксируют к туловищу.

## ПЕРЕЛОМ ПОЗВОНОЧНИКА



Перелом позвоночника является наиболее тяжелой и болезненной травмой. С целью предотвращения в этом случае повреждения спинного мозга, пострадавшего необходимо уложить на жесткую ровную поверхность. Руку фиксируют к туловищу.

## ПЕРЕЛОМ РЕБРА



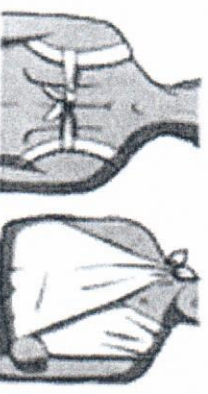
На грудную клетку в согнутом положении накладывают шину. Руку фиксируют к туловищу.

## ПЕРЕЛОМ КОСТИ ПАЛЬЦА



В месте перелома накладывают шину. Руку фиксируют к туловищу.

## ПЕРЕЛОМ КИСТИ



На кисть накладывают шину. Руку фиксируют к туловищу.

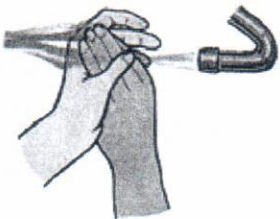


# ПЕРВАЯ МЕДИЦИ

## НАЛОЖЕНИЕ ПОВЯЗОК НА РАНЫ

**РАНА** – повреждение целостности кожных покровов тела, слизистых оболочек в результате механического воздействия

**Прежде чем наложить асептическую повязку, НЕОБХОДИМО:**



Промыть рану водой с мылом



ПАКЕТ ПЕРВОНАЧНЫЙ (ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ)



ПАКЕТ ПЕРВОНАЧНЫЙ (ИНДИВИДУАЛЬНЫЙ)

Вскрыть перевязочный пакет

Извлечь повязку из чехла

### ВИДЫ ПОВЯЗОК



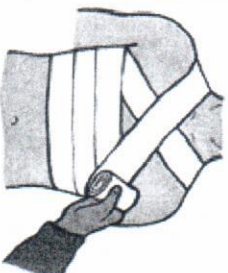
На палец



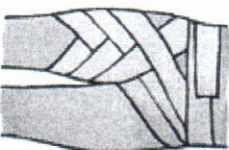
На кисть



На локоть



На грудь



На паховую область



На голову

## ИММОБИЛИЗАЦИЯ ПЕРЕЛОМОВ

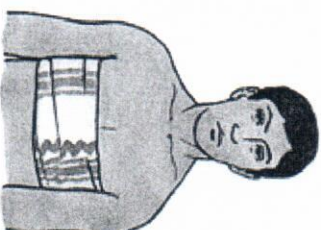
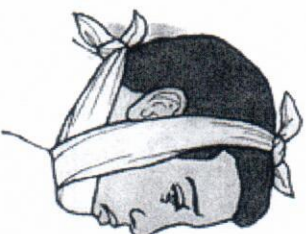
**ПЕРЕЛОМ** – частичное или полное нарушение целостности кости в результате удара, сжатия, сдавливания, перелом



Закрýтый перелом



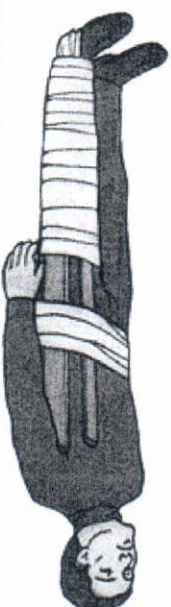
Открытый перелом



При переломе нижней челюсти наложить пращевидную повязку

При переломе ребёр обмотать грудь полотноцем

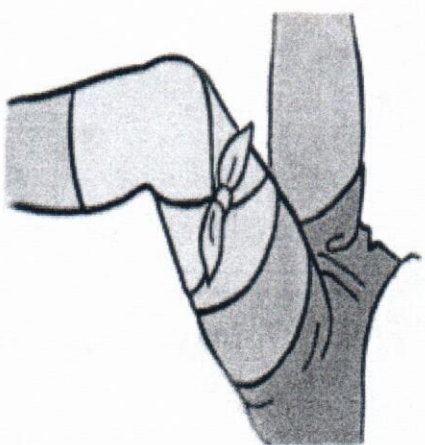
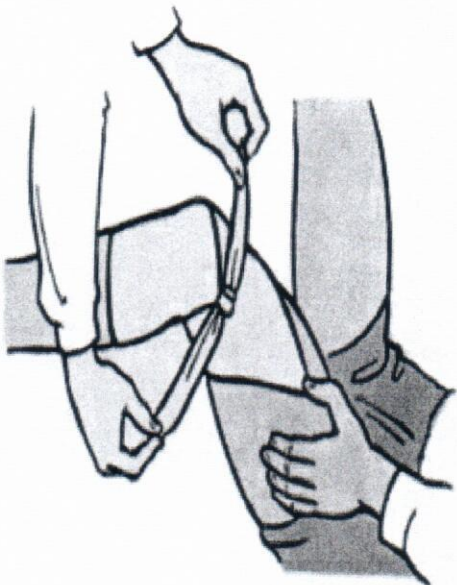
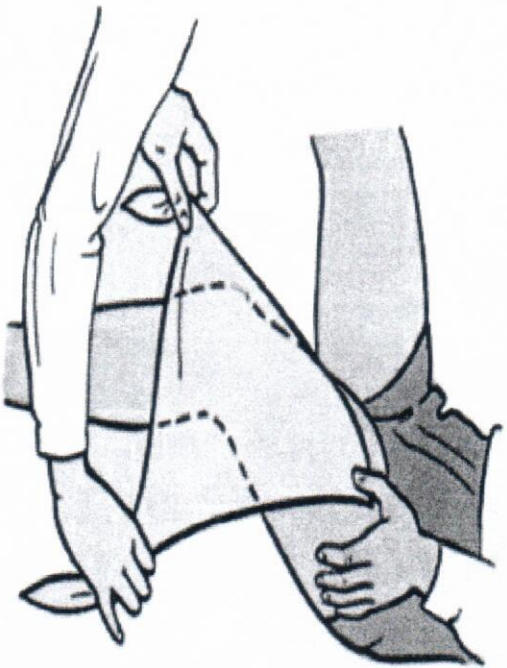
При переломе предплечья прибинтовать лестничную шину



При переломе бедренной кости прибинтовать подручные средства



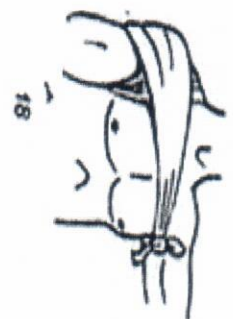
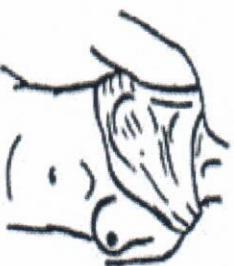
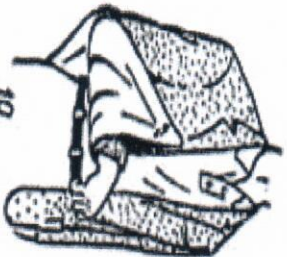
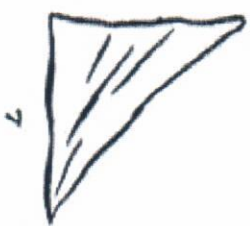
# КОСЫНОЧНАЯ ПОВ'ЯЗКА



а

б

в



13

14

15

16

17

18

19

12

11

10

9

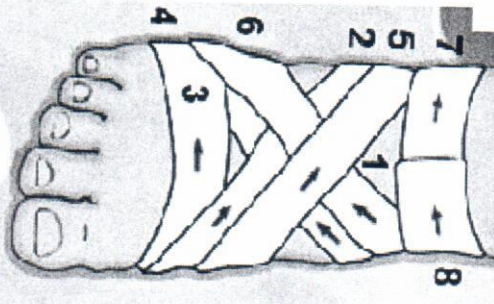
8

7

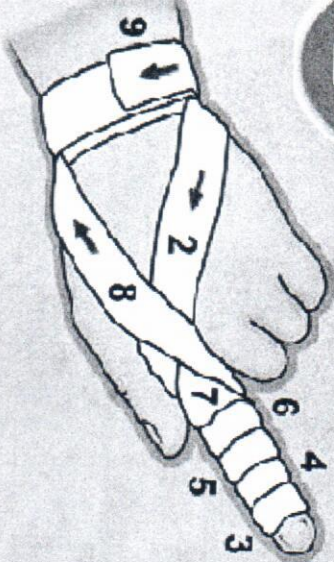


# ПУТЬ БИНТА

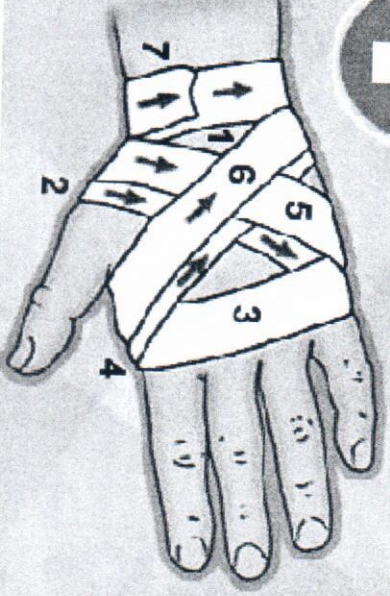
Повязка на голеностоп



Повязка на палец

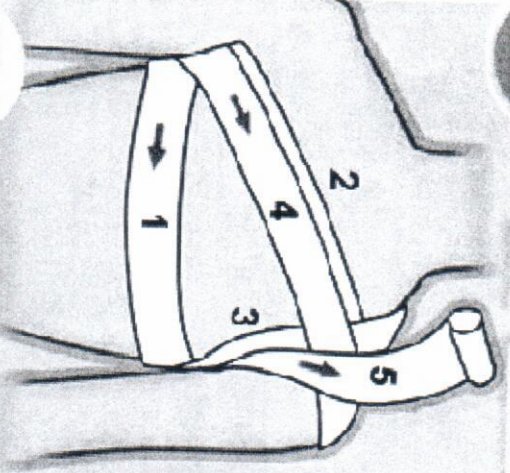


Повязка на кисть

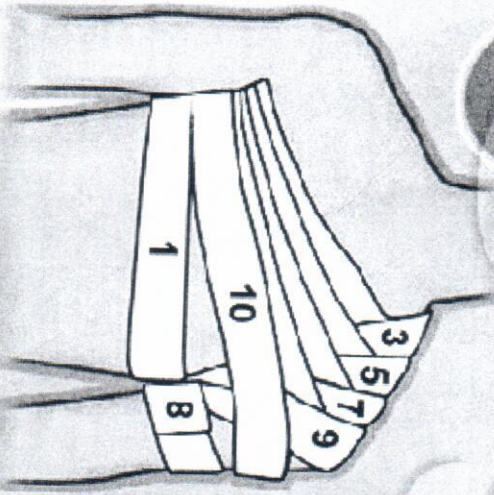


Бинтование всегда начинается с узкой части тела и лишь затем переходит на широкую

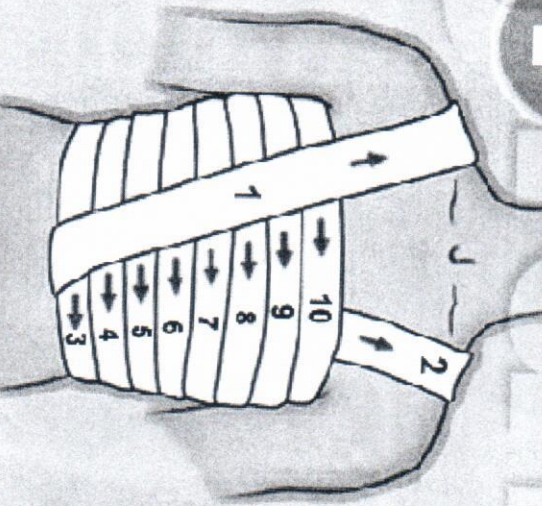
Повязка на плечевой сустав



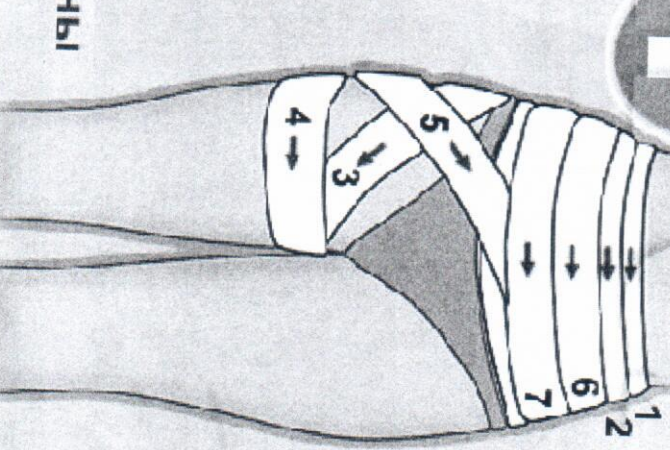
Повязка на грудь



Повязка на живот



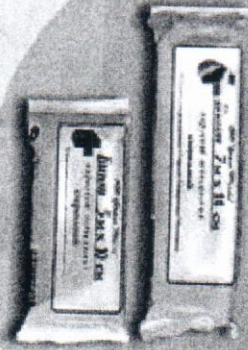
Повязка на живот



Каждым последующим туром бинта нужно прикрывать от половины до двух третей предыдущего



5 см - для пальцев кистей и стоп  
 7 см - для кисти, стопы, лучевой-локтевой  
 ИГЛЕНУСТОП-ОС СУС АВЗ  
 1С см - для головы, верхних конечностей, плечи  
 14 см - для груди и плечей живого, бедер





|    |   |   |  |  |
|----|---|---|--|--|
| 50 | Оказание медицинской помощи при отравлении лекарственными препаратами | 1 |  |  |
| 51 | Оказание первой медицинской помощи при отравлений угарным газом       | 1 |  |  |
| 52 | Оказание первой медицинской помощи при отравлении АХОВ                | 1 |  |  |
| 53 | Оказание первой медицинской помощи при ожогах                         | 1 |  |  |
| 54 | Оказание первой медицинской помощи при обморожении                    | 1 |  |  |
| 55 | Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе     | 1 |  |  |
| 56 | Вредные привычки и их влияние на здоровье человека                    | 1 |  |  |
| 57 | Курение   | 1 |  |  |
| 58 | Алкоголь и ее последствия на организм человека                        | 1 |  |  |
| 59 | Наркомания, ее последствия на организм человека                       | 1 |  |  |
| 60 | Стресс и его влияние на человека                                      | 1 |  |  |
| 61 | Режим труда и отдыха  | 1 |  |  |
| 62 | Рациональное питание  | 1 |  |  |