



ПРОГРАММА ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

I. В общеобразовательных школах всех типов занятия по "Основам безопасности жизнедеятельности" проводятся по настоящей Программе:

- 1-3 классы - по 6 часов;
- 4 классы - 10 часов;
- 5-9 классы - 15 часов;
- 10-11 классы - (раздел "Гражданская оборона в общем количестве 25 часов, входит в начальную военную подготовку).

Всего - 128 часов.

Занятия по "Основам безопасности жизнедеятельности" проводятся:

- в 1-4 классах — учителями начальных классов;
- в 5-9 классах – учителями физической культуры,
- в 10-11 кл. - преподавателями-организаторами начальной военной подготовки.

Занятия по "Основам безопасности жизнедеятельности" являются обязательными и проводятся в учебное время на уроках физической культуры и НВП.

Занятия по медицинским темам проводятся лицами, имеющими медицинское образование или прошедшими специальную медицинскую подготовку.

II. В профессионально-технических школах и средних специальных учебных заведениях изучается раздел "Гражданская оборона" в количестве 25 часов, который входит в начальную военную подготовку.

2. Расчет учебных часов по разделам Программы "Основы безопасности жизнедеятельности"

Наименование раздела	Название тем	Общее кол-во									
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	часов
1. Безопасность и защита в чрезвычайных ситуациях	1. 1. Условия безопасного поведения учащихся	6	6	6	6						24
	1.2. Чрезвычайные ситуации локального характера					6	2				8
	1.3. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного происхождения, защита населения от их последствий						4	6	6	8	24
2. Основы медицинских знаний и охраны здоровья детей.	1.5. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи				2	7	7	7	5	5	33
	1.6. Основы здорового образа жизни				2	2	2	2	4	2	14
ИТОГО		6	6	6	10	15	15	15	15	15	103

3. ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ 1 КЛАСС.

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

№	Наименование разделов и тем занятий	Кол-во часов
1 РАЗДЕЛ "БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ"		
1.1. Условия безопасного поведения учащихся		
1	Безопасность	1
2.	Улица полна неожиданностей	2
3.	Безопасность на воде	1
4.	Безопасность в помещении	1
5.	Практические занятия	1

Безопасность

Что такое безопасность и что такое чрезвычайная ситуация? Город, поселок, микрорайон, где мы живем.

Улица полна неожиданностей

Безопасность на улице. Наиболее безопасный путь в школу и домой. Как правильно переходить дорогу. Разбор конкретного маршрута.

Наши верные друзья на улицах и дорогах

Сигналы регулирования дорожного движения. Светофор и его сигналы Знакомство с дорожными знаками: "Пешеходный переход", Пешеходная дорожка", "Движение пешеходов запрещено", "Дети", "Подземный переход" и др.

Это должны знать все

Зачем нужно знать правила безопасного поведения на улицах и дорогах. Будь внимательным и осторожным. Движение группами. Особенности движения по мокрой и скользкой дороге и где нельзя играть.

Мы — пассажиры

Знакомство с транспортом города (поселка). Ожидание общественного транспорта на остановках. Посадка и высадка пассажиров. Правила поведения в транспорте. Безопасные места для детей.

Безопасность на воде

Правила и меры безопасного поведения на водоемах в осенний, зимний, весенний и летний периоды. Основные спасательные средства.

Безопасность в помещении

Какие опасности нас подстерегают в помещении. Основные правила поведения пожарной безопасности. Меры предосторожности с огнем. Детские шалости с огнем и их последствия. Как действовать при возникновении пожара дома, в школе, в транспорте.

Практические занятия

Мы - пешеходы. Разбор наиболее безопасных маршрутов в школу и домой. Игры "Угадай какой знак", "Улица города поселка)", "Виды перекрестков". Мы - пассажиры. Знакомство с транспортом города (поселка), личный и служебный транспорт. Особенности передвижения сельхозмашин. Что делать если в школе возникнет пожар?

Обработка действий учащихся по предупредительному сигналу "Внимание всем!". Правила поведения учащихся во время землетрясения, производственной аварии на соседнем предприятии.

II КЛАСС

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

№№	Наименование разделов и тем занятий	Кол-во часов
1 РАЗДЕЛ "БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ»		
1.1. Условия безопасного поведения учащихся		
1.	Окружающая среда и современное жилище	1
2.	Огонь - друг и враг человека	1
3.	Природа	1
4.	Водоемы	1
5.	Основные правила поведения учащихся на улице и дороге	1

6.	Практические занятия по безопасности	1
----	--------------------------------------	---

Окружающая среда - что это?

Взаимодействие человека с окружающей средой. Какие опасности могут возникнуть в повседневной жизни. Телефоны: 01 - вызов пожарной охраны, 02 - вызов милиции, 03 - вызов скорой помощи, 04 — вызов аварийной газовой службы.

Современное жилище

Особенности жизнеобеспечения современного жилища. Чем оно опасно для человека. Виды опасных и вредных факторов современного жилища. Как правильно пользоваться электроприборами, газом, водой. Какие еще опасные ситуации могут возникнуть дома, как их можно избежать и как и действовать в чрезвычайной ситуации (бытовая химия, острые режущие предметы и инструменты, незнакомец звонит в дверь, встреча с ним на улице, в лифте, подъезде.) Меры безопасности при обращении и уходе за домашними животными.

Огонь - друг и враг человека

Отчего может возникнуть пожар (в помещении, на транспорте, природе)? Чем он опасен? Какие противопожарные меры мы должны знать и как действовать при пожаре.

Природа

Экстремальная ситуация для человека в природной среде. Что это (жара, холод, ветер, дождь, голод, жажда, переутомление физическая боль, отравление и др.)? Съедобные и несъедобные ягоды, плоды, грибы. Пожар в лесу. Водная переправа. Умей ориентироваться (простейшие способы ориентирования).

Водоемы

Наше озеро, река, пруд. Меры безопасности в осеннее и зимнее время Меры безопасности при пользовании водной переправой. Предосторожности при движении по льду, катания на лыжах и коньках. Беда на льду. Способы самоспасения, помощь терпящим бедствие. Основные подручные спасательные средства.

Основные правила поведения учащихся на улице и дороге

Почему на улице опасно. Дорожно-транспортные происшествия. Конкретные маршруты на стадион, в парк, кинотеатр, музей и т.п. Места игр и катания на велосипедах, лыжах, коньках и санках.

Знакомство с дорожными знаками и сигналами для регулирования дорожного движения

Дорожные знаки: "Пешеходный переход", "Въезд запрещен", "Движение пешеходов запрещено", "Пешеходная дорожка" Место остановки", "Место стоянки", "Подземный переход" Наземный переход", "Телефон" и др. Разметка улиц и дорог. Светофоры. Регулировщик движения.

Практические занятия

Обработка действия учащихся по предупредительному сигналу "Внимание всем!" Закрепление знаний и умений: -мы учимся соблюдать правила дорожного движения настольные игры, модели, макеты; -экскурсии по городу, посещение детских городков ГАИ; - экскурсия на природу - лесная аптека. Простейшие способы ориентирования

III КЛАСС

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

№№	Наименование разделов и тем занятий	Кол-во часов
	I РАЗДЕЛ «БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ»	
	1.1. Условия безопасного поведения учащихся	
1.	Чрезвычайные ситуации - что это?	1
2.	Предупреждение бытового травматизма	1
3.	Правила поведения учащихся на улице, на дороге	2
4.	Практические занятия по безопасности	2

Чрезвычайные ситуации — что это?

Производственные аварии, стихийные бедствия и их последствия, возможные в районе расположения школы и месте проживания учащихся. Страх и паника при чрезвычайных ситуациях и их преодоление.

Предупреждение бытового травматизма

Виды травм (переломы, ушибы, раны, ожога и т.д.) Травмы при падении с высоты, их предупреждение. Травмы во время подвижных игр, игр с колющими и режущими предметами, при купании и др. Травмы глаза. Отравления. Травмы на уроках труда и при работе на приусадебных участках. Как помочь себе и товарищу.

Правила поведения на водоеме

Меры безопасности при пользовании водными переправами (в поселке, в турпоходах, и других случаях). Правила купания и меры безопасности в оборудованных местах. Знаки безопасности на воде ("Место купания", "Купание запрещено" и др.) Простейшие приемы оказания помощи терпящим бедствие на воде и на льду. Способы самоспасения. Основные правила поведения учащихся на улице, на дороге. Детский дорожно-транспортный травматизм.

Соблюдение правил дорожного движения - залог безопасности пешеходов. Разбор конкретных случаев дорожно-транспортных происшествий, их причины в городе (поселке), микрорайоне.

Движение пешеходов по улицам и дорогам

Движение пешеходов по тротуарам и обочине дороги. Правостороннее движение транспортных средств и пешеходов. Перекрестки и их виды. Особенности движения пешеходов на загородных дорогах.

Элементы улиц и дорог

Рассказ о дороге и ее главных составных частях: проезжая часть, обочина дороги, кювет, пешеходная и велосипедная дорожка. Дорожная разметка и дорожные знаки. Перекрестки. Сигналы светофора и регулировщика. Сигналы, подаваемые водителями транспортных средств. Переход улиц и дорог. Одностороннее и двустороннее движение.

Условия безопасности при пользовании общественным транспортом

Обязанности пассажиров. Правила перехода улицы (дороги при посадке из общественного транспортного средства автобуса, трамвая, троллейбуса).

Практические занятия

Экскурсия на природу- как правильно ориентироваться на местности. Лесная аптека- сбор лекарственных трав и ягод.

Отработка действий учащихся по предупредительному сигналу "Внимание всем!"

Отработка действий учащихся при землетрясении.

Отработка учащимися навыков в пользовании простейшими средствами защиты органов дыхания.

IV КЛАСС

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ		
№№	Наименование разделов и тем занятий	Кол-во часов
.	1 РАЗДЕЛ "БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ"	
1.1. Условия безопасного поведения учащихся		
1.	Предупреждение бытового травматизма Безопасность на воде Безопасность пешеходов Знаем ли мы правила дорожного движения Практические занятия	1 .
2.		1
3.		1
4.		1
5.6.		2
2. РАЗДЕЛ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ»		
2.1. Основы медицинских знаний и правила оказания Первой медицинской помощи		
6.	Основные виды травм у детей младшего школьного возраста и	2

	первая медицинская помощь	
2.2. Основы здорового образа жизни		
7.	Понятие о здоровье и факторах, на него влияющих	2

Предупреждение бытового травматизма

Основные причины бытового травматизма среди детей: шалости на балконах, чердаках и крышах, у открытых окон, на лестничных перилах, игры с огнем, "химические эксперименты" с карбидом, серой, ртутью и пр., рогатки, самопалы, прикосновение к неизолированным электрическим проводам, баловство в лифте, стройплощадке и местах ремонта дорог, коммуникаций, у открытых люков и др.

Безопасность на воде

Меры безопасности при пользовании гребными лодками Водоемы нашей местности, правила купания в них и меры безопасности. Основные и подручные средства спасения на воде.

Безопасность пешеходов

Виды транспортных средств. Любой движущийся транспорт угроза безопасности человека. Интенсивность и скорость движения городского транспорта. Может ли машина (автобус, трамвай и т.д.) сразу остановиться? Тормозной путь Тормозное расстояние. Стоящий (остановившийся) транспорт - как его обходить. Поведение школьников вблизи железнодорожных путей Правила перехода и переезда через них. Охраняемые и неохранные железнодорожные переезды. Условия безопасности при пользовании электропоездами.

Знаем ли мы правила дорожного движения (ПДД)

Причины дорожно-транспортного травматизма пешеходов и пассажиров: невыполнение пешеходами правил движения, несоблюдение пассажирами правил поведения в транспорте, недисциплинированность на улице и в транспорте и др.

Практические занятия

Выход на природу: на поляне или в лесу учащиеся находят лекарственные и опасные растения, ягоды и плоды. Рассказывают о порядке их сбора и применения.

Ориентирование на местности: как определить расстояние; как определить стороны горизонта по местным ориентирам, по солнцу и приборам.

Знаем ли мы правила дорожного движения (ПДД)- Игры на макетах.

Как правильно пользоваться огнетушителем.

Практическая отработка действий учащихся по предупредительному сигналу "Внимание всем!"

Основные виды травм у детей младшего школьного возраста и первая медицинская помощь

Основные виды причины травм в младшем школьном возрасте. Первая медицинская помощь при травмах. Выработка умений по оказанию первой медицинской помощи при травмах, ссадинах, порезах, ожогах, укусах насекомых, носовом кровотечении, попадании инородного тела в глаз. Понятие о само и взаимопомощи.

Понятие о здоровье и факторах, на него влияющих

Влияние окружающей среды на здоровье человека. Взаимосвязь здоровья и образа жизни. Режим учебы и отдыха. Рациональное питание, физическая культура, закаливание. Личная и общественная гигиена. Инфекционные заболевания и их профилактика.

Начальные сведения о вредных привычках (курение" употребление алкоголя, наркотиков) и их влияние на здоровье человека. Вред пассивного курения.

V КЛАСС

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

№№	Наименование разделов и тем занятий	Кол-во часов
1 РАЗДЕЛ "БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ"		
1.2. Чрезвычайные ситуации локального характера		
1.	Город (поселок) как источник опасности	1
2.	Чрезвычайная ситуация аварийного характера в жилище	1

3.	Чрезвычайные ситуации на транспорте	1
4.	Чрезвычайные ситуации криминогенного характера	1
5.	Чрезвычайные ситуации в природе	1
6.	Смена климатогеографических условий	1
2.. РАЗДЕЛ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ»		
	2.1. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи	
7.	Правила оказания первой медицинской помощи при кровотечениях и ожогах	2
8.		2
9.	Правила оказания первой медицинской помощи в природных условиях	2
10.	Правила оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах	1
	Оказание первой медицинской помощи при отравлениях сильнодействующими ядовитыми веществами	
	2.2. Основы здорового образа жизни	
11.	Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни	2

Город (поселок) как источник опасности

Особенности города (поселка) как среды обитания человека (нарушение межличностных связей, скопление людей профессиональное деление людей). Наличие зон повышенной опасности (транспорт, места массового скопления людей) Нарушение экологического равновесия, связанного с деятельностью человека. Загрязнение воздуха, воды и почвы в местах проживания, возможные их причины.

Основные мероприятия по обеспечению безопасности человека при нарушении экологического равновесия в местах проживания (герметизация жилья, очистка воздуха в квартире, водоочистка, контроль за качеством продуктов и выдержка сроков их хранения) и порядок их выполнения.

Государственные и муниципальные системы обеспечения безопасности (милиция, пожарная охрана, скорая помощь и др.), их задачи и возможности.

Чрезвычайные ситуации аварийного характера в жилище

Современное жилище, его конструкция и особенности его жизнеобеспечения (водоснабжение, отопление, канализация, освещение и др.). Возможные ситуации аварийного характера в жилищах (пожар, затопление, повреждение конструкций, разрушение).

Пожар в жилище. Возможные причины возникновения пожара (неполадки или нарушение правил эксплуатации электросети, возгорание телевизора, утечка газа, нарушение правил топки печей, нарушение правил эксплуатации нагревательных приборов, обращение с огнем и др.). Особенности горения синтетического материала. Огнестойкость строений Рекомендации по правилам поведения при пожаре. эксплуатации из многоэтажных зданий. Средства пожаротушения и правила пользования ими. Подручные средства пожаротушения"(вода, песок и др.). Огнетушители, и особенности их использования.

Затопление жилища. Возможные причины (лопнула рея центрального отопления, поступает вода из капаля забыли закрыть кран и т.д.). Правила поведения при затоплении и меры, которые необходимо предпринять для устранения причины затопления.

Средства бытовой химии. Возможные опасности при нарушении правил пользования ими (отравления, ожоги) оказание первой медицинской помощи при отравлениях и ожогах.

Чрезвычайные ситуации на транспорте

Современный транспорт - зона повышенной опасности. Краткая характеристика видов современного транспорта - общественного (автобус, трамвай, троллейбус, метро),

железнодорожного водного и авиационного. Энергетика современного транспорта и условия безопасности.

Опасности, подстерегающие пассажира при посадке и высадке из транспорта, в процессе передвижения и в аварийных ситуациях. Основные правила безопасности поведения при пользовании транспортными средствами.

Общественный транспорт. Правила поведения участников дорожного движения.

Дорожно-транспортные происшествия, причины их возникновения и возможные последствия. Правила поведения в аварийных ситуациях, первая помощь пострадавшим.

Железнодорожный транспорт. Обеспечение безопасности пассажиров. Возможные чрезвычайные ситуации (крушение, пожар в вагоне, авария токоснабжения, экстренное торможение, отстали от поезда и др.). правила поведения при их возникновении.

Водный транспорт. Меры безопасности пассажиров. Коллективные и индивидуальные спасательные средства. Возможные чрезвычайные ситуации, способы покидания судна, правила поведения в чрезвычайных ситуациях.

Авиационный транспорт. Обеспечение безопасности при полетах самолетов. Правила безопасного поведения пассажиров в различных опасных ситуациях (при взлете, посадке, возникновении пожара, вынужденной посадке и аварийном покидании самолета, при захвате самолета террористами). Безопасное расположение в салоне.

Чрезвычайные ситуации криминогенного характера

Общая криминогенная ситуация в городе (поселке), районе проживания, наиболее характерные случаи ее проявления. Возможные случаи покушения на имущество и жилище, основные способы защиты жилища от проникновения посторонних. Правила поведения детей дома и в различных криминогенных ситуациях. Зоны повышенной криминогенной опасности (вокзалы, стадионы, рынки, кино- концертные залы, другие места массового скопления людей), правила поведения в криминогенной ситуации.

Эвакуация (при пожаре и панике). Роль ин-формационного фактора в оценке ситуации и обеспечении безопасности, своевременное принятие на действие, в том числе и на самооборону. Самооборона и ее пределы юридическая защита прав личности.

Чрезвычайные ситуации в природе

Чрезвычайные ситуации в природе, их разновидности и возможные причины возникновения (смена климатогеографических условий, автономное существование в природных условиях, заболевание (повреждение) в походе, отравления, укусы и др.).

Правила безопасного поведения человека на природе.

Смена климатогеографических условий

Вынужденная смена климатогеографических условий (переезд родителей к новому месту жительства, поездка на отдых, служба в армии и др.) и факторы, оказывающие влияние на состояние человека (температурный режим, режим солнечного воздействия, режим времени/режим питания, питьевой режим и т.д.).

Правила безопасного поведения при акклиматизации.

Правила оказания первой медицинской помощи при кровотечениях и ожогах

Правила оказания первой медицинской помощи при кровотечениях. Способы временной остановки кровотечения Точки пальцевого прижатия артерии. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и закрутки из подручных средств. Правила оказания первой медицинской помощи ожогах. Как правильно пользоваться перевязочным пакетом

Правила оказания первой медицинской помощи в природных условиях

Оказание первой медицинской помощи и самопомощи при ссадинах, порезах, укусах насекомых и змеи. Оказание помощи при вывихах и переломах, при обморожении и при солнечных ударах.

Первая помощь утопающему. Основные способы и искусственного дыхания.

Правила оказания первой медицинской помощи при ранениях и травмах

Оказание первой медицинской помощи при ранениях Профилактика осложнения ран.

Правила наложения стерильных повязок (бинтовых, косыночных, подручными средствами) на голову и грудь.

Правила оказания первой медицинской помощи при переломах верхних и нижних конечностей.

Эвакуация пострадавших. Способы безносилочного переноса пострадавших.

Оказание первой медицинской помощи при отравлениях сильнодействующими ядовитыми веществами

Порядок оказания первой медицинской помощи при отравлении СДЯВ.

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Здоровье человека, общие понятия и определения. Критерия состояния здоровья, понятие о резервах здоровья, здоровье физическое и духовное. Пути достижения высокого уровня здоровья.

VI КЛАСС

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

№	Наименование разделов и тем занятий	Кол-во часов
1. Раздел «Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях»		
1.2. Чрезвычайные ситуации локального характера		
1.	Автономное существование человека в природе	1
2.	Средства оказания медицинской помощи	1
1.3. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного происхождения, защита населения от их последствий		
3.	Землетрясения	2
4.	Оползни, сели и обвалы	1
5.	Ураганы, метели и бури	1
2. Раздел «Основы медицинских знаний и охрана здоровья детей»		
2.1. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи		
6.	Оказание первой медицинской помощи при отравлениях сильнодействующими ядовитыми веществами.	1
7.	Первая медицинская помощь при различных видах травм	1
8.	Первая медицинская помощь при массовых поражениях	2
9.	Первая медицинская помощь при ранениях, травмах и несчастных случаях	3
2.2. Основы здорового образа жизни		
10.	Понятия о привычках здорового образа жизни	2

Автономное существование человека в природе

Возможные случаи автономного существования человека в природных условиях. Авария транспортных средств в малонаселенной местности. Заблудились в лесу, в горах, в степи. Отстали от группы в турпоходе. Правила поведения человека при попадании в условия вынужденного автономного существования в природных условиях. Преодоление страха и возможного стрессового состояния. Последовательность действий при вынужденной автономии (оценка ситуации, принятие решений, разработка плана действий, его выполнение). Сигналы бедствия и сигнальные средства.

Проблемы, возникающие при вынужденном автономном существовании человека в природных условиях по сохранению жизни и здоровья. Обеспечение пищей и проблема выживания в условиях голодания. Обеспечение водой и пути преодоления отрицательного воздействия жажды. Ориентирование на местности, сооружение временного укрытия из подручных средств, способы добычи огня и приготовления пищи, профилактика возможных заболеваний и оказание самопомощи при травмах, укусах насекомых и животных, отравлениях.

Средства оказания медицинской помощи

Медицинская аптечка (носимый минимальный аварийный набор предметов на случай вынужденной автономии), перевязочные и лекарственные средства в условиях автономии. Использование природных лекарственных средств

Землетрясения

Происхождение землетрясений. Очаг землетрясения. Эпицентр землетрясения. Основные параметры землетрясения. Последствия землетрясения. Меры, предпринимаемые по снижению потерь и ущерба от землетрясения. Рекомендации поавшим безопасного поведения во время землетрясения.

Оползни, сели и обвалы

Краткая характеристика и возможные последствия во время оползней, селей и обвалов. Меры, принимаемые по предупреждению оползней, селей, обвалов и снижению ущерба от их последствий. Рекомендации населению по действию при угрозе и в ходе оползней, селей и обвалов.

Ураганы, метели и бури

Возможные последствия при ураганах, метелях и бурях. Меры, принимаемые по снижению ущерба от последствий ураганов, метелей и бурь. Действия населения при угрозе и во время ураганов, метелей и бурь.

Оказание первой медицинской помощи при отравлениях сильнодействующими ядовитыми веществами

Порядок оказания первой медицинской помощи при отравлении СДЯВ.

Первая медицинская помощь при различных видах травм

Способы обработки ран. Меры асептики и антисептики. Первая помощь при отравлении препаратами бытовой химии, ожогах, щелочью и кислотой. Способы уменьшения боли при травме, правила оказания первой медицинской помощи при ушибах головы и Уменьшения боли при ушибах головы и травмах позвоночника. Первая помощь утопающему. Методика проведения искусственного дыхания по способу "рот в рот" в комбинации с непрямым массажем сердца

Первая медицинская помощь при массовых поражениях

Первая медицинская помощь при радиационном поражении в сочетании с травматическими поражениями. Признаки поражения отравляющими и сильнодействующими ядовитыми веществами, первая медицинская помощь. Индивидуальная аптечка и правила ее использования. Шприц-тюбик. Индивидуальный противохимический пакет и правила пользования им. Аппараты искусственной вентиляции легких (РПА-1 и др.) и их применение.

Первая медицинская помощь при ранениях, травмах и несчастных случаях

Первая медицинская помощь при ранениях. Профилактика осложнения ран. Понятие о повязке и перевязке. Правила наложения стерильных повязок на голову и грудь, на живот и верхние конечности, на промежность и нижние конечности.

Понятия о привычках здорового образа жизни

Психологические и физиологические особенности организма подростка. Психологическая уравновешенность и значение для здоровья человека. Правила выработки умен управлять своими чувствами. Режим учебы и отдыха подростка.

VII класс

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ по темам

№	Наименование разделов и тем занятий	Кол-во часов
РАЗДЕЛ 1. "БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ»		
1.3. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного происхождения, защита населения от их последствий		
1.	Наводнения	1
2.	Лесные и степные пожары	1
3.	Производственные аварии и катастрофы	2
4.	Аварии с выбросом сильнодействующих ядовитых веществ	2
2. РАЗДЕЛ "ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ"		
2.1. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи		
5.	Первая медицинская помощь при ранениях, травмах и несчастных случаях	7
2.2. Основы здорового образа жизни		

6.	Понятия о привычках здорового образа жизни	2
----	--	---

Наводнения

Основные понятия и классификация наводнений. Нагонные волны. Возможные последствия от наводнений. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнений.

Лесные и степные пожары

Пожарная опасность в лесу. Причины возникновения лесных и степных пожаров. Возможные последствия лесных и степных пожаров. Рекомендации населению по профилактике лесных и степных пожаров, меры безопасности при их тушении. Правила безопасного поведения во время пожаров и защиты от них.

Производственные аварии и катастрофы

Аварии на объектах хозяйствования. Закон Республики Казахстан "О чрезвычайных ситуациях природного и техногенного характера". Основные понятия и определения аварий и катастроф. Характеристика очагов поражения и возможные последствия (пожары, взрывы, выбросы сильнодействующих, ядовитых, радиоактивных веществ и др.).

Аварии с выбросом сильнодействующих ядовитых веществ

Химически опасные объекты производства. Сильнодействующие ядовитые вещества (СДЯВ), их характеристика, поражающие факторы. Возможные последствия при авариях на химически опасных объектах. Правила поведения и действия населения при авариях с выбросом СДЯВ.

Первая медицинская помощь при ранениях, травмах и несчастных случаях

Первая медицинская помощь при кровотечениях, способы временной остановки кровотечения. Точки пальцевого прижатия артерий. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и закрутки из подручных средств. Помощь при большой потере крови. Повреждение внутренних органов и первая медицинская помощь при них. Понятие об ушибе, вывихе, растяжении связок и первая медицинская помощь при них. Приемы иммобилизации конечностей при растяжениях, вывихах, переломах. Понятие о переломах костей и их признаки. Виды переломов и их осложнения. Травматический шок и его профилактика. Способы оказания первой медицинской помощи при переломах костей: черепа, плечевого пояса, грудной клетки, верхних и нижних конечностей.

Понятия о привычках здорового образа жизни

Режим труда и отдыха подростков. Динамика умственной и физической работоспособности человека в течение дня, недели, года. Профилактика переутомления. Выработка привычек к систематическому занятию физической культурой и закаливанием. Правила использования факторов окружающей среды для закаливания. Получение знаний по основным формам самоконтроля нагрузок.

VIII КЛАСС

РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

№№	Наименование разделов и тем занятий	Кол-во часов
1. Раздел «Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях»		
1.3. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного происхождения, защита населения от их последствий		
1.	Аварии с выбросом сильнодействующих ядовитых веществ	4
2	Пожары и взрывы	2
2. РАЗДЕЛ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ»		
2.1. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи		
3.	Первая медицинская помощь при ранениях, травмах и несчастных случаях	3
4.	Инфекционные болезни и их профилактика	2
2.2. Основы здорового образа жизни		

5.	Понятия о привычках здорового образа жизни	1
6.	Здоровье и образ жизни молодежи	3

Аварии с выбросом сильнодействующих ядовитых веществ

Химически опасные объекты производства. Сильнодействующие ядовитые вещества (СДЯВ), их характеристика, поражающие факторы. Возможные последствия при авариях на химических объектах. Правила поведения и действия населения при авариях с выбросом СДЯВ.

Пожары и взрывы

Характеристика и возможные последствия при пожарах и взрывах. Рекомендации населению по правилам безопасного поведения при пожарах и угрозе возникновения взрывов.

Первая медицинская помощь при ранениях, травмах и несчастных случаях

Понятие об острой сердечной недостаточности, инсульте. Способы определения остановки сердечной деятельности и прекращения дыхания. Признаки жизни, признаки смерти. Порядок проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.

Инфекционные болезни и их профилактика

Понятие об инфекционных болезнях. Причины их возникновения и механизм. Передачи инфекций. Профилактика инфекционных болезней. Понятие об иммунитете экстренной и специфической профилактики.

Понятия о привычках здорового образа жизни

Правила личной гигиены подростка и рационального питания. Профилактика факторов риска основных неинфекционных заболеваний.

Здоровье и образ жизни молодежи

Личная заинтересованность и ответственность каждого человека в здоровье. Меры укрепления здоровья и профилактика заболеваний. Факторы риска основных инфекционных заболеваний.

Возрастные особенности подростка. Девушки и юноши в период полового созревания, физиологическая и психологическая перестройка организма. Режим труда и отдыха подростка. Влияние алкоголя, никотина и наркотиков на организм подростка.

Физиологические основы влияния внешней среды на работоспособность и утомляемость при работе. Влияние на организм высокой температуры, запыленно-высокой влажности и т.д. Требования к оснащенности рабочего места.

IX Класс

№№	Наименование разделов и тем занятий	Кол-во часов
1. Раздел «Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях»		
1.3. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного происхождения, защита населения от их последствий		
1.	Аварии с выбросом радиоактивных веществ	4
2.	Гидродинамические аварии	2
3.	Нарушение экологического равновесия	2
2. РАЗДЕЛ «ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОХРАНА ЗДОРОВЬЯ ДЕТЕЙ»		
2.1. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи		
4.	Меры профилактики травм в старшем школьном возрасте	1
5.	Первая медицинская помощь при ранениях, травмах и несчастных случаях	4
2.2. Основы здорового образа жизни		
6.	Здоровье и образ жизни молодежи	2

распределение учебного времени по темам

Аварии с выбросом радиоактивных веществ

Радиационно-опасные объекты. Характеристика очагов поражения при авариях на АЭС, особенности радиоактивного заражения (загрязнения) местности, воздуха и воды при

авариях на АЭС, Характер поражения людей и животных, загрязнения радионуклидами сельскохозяйственных растений, пи-сырья и продовольствия. Последствия радиационных аварий. Правила поведения и действия населения при радиационных авариях и радиоактивном заражении местности.

Гидродинамические аварии

Гидродинамические аварии, их последствия. Рекомендации по действию населения в условиях угрозы и в ходе наводнения при гидродинамических авариях

Нарушение экологического равновесия

Нарушение экологического равновесия в местах проживания. Краткая характеристика состояния природной среды в связи с жизнедеятельностью человека. Загрязнение атмосферы, загрязнение почв, природных вод, радиация в биосфере. Загрязняющие вещества, понятия о предельно допустимой концентрации загрязняющих веществ. Меры защиты здоровья при нарушениях экологического равновесия в местах проживания. Роль одежды, обуви и других элементов быта для обеспечения жизнедеятельности.

Меры профилактики травм в старшем школьном возрасте

Безопасное поведение дома, на улице, в школе, на уроках физкультуры, при занятиях спортом. Правила безопасности на уроках химии, физики, при использовании электроприборов и режущих инструментов, при работе на сельхозтехнике и пользовании инструментами и орудиями.

Первая медицинская помощь при ранениях, травмах и несчастных случаях

Первая помощь при обморожениях и общем замерзании, тепловом и солнечном ударе, перегревании, поражении электрическим током и молнией.

Первая медицинская помощь при отравлении алкоголем, никотином, лекарственными препаратами, препаратами бытовой химии.

Здоровье и образ жизни молодежи

Анализ основных факторов, влияющих на здоровье. Здоровье индивидуальное, семейное, общественное.

Нравственность и здоровье. Формирование правильного взаимоотношения полов.

Психогигиена взаимоотношения в коллективе и семье.

Нормы поведения и их значение для охраны физического и психологического здоровья подростков. Социальные последствия вредных привычек - употребление алкоголя, наркотиков.