

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 23 с. Новозаведенного»

Принята на заседании  
педагогического совета  
от «30» августа 2024 года  
Протокол № 01

УТВЕРЖДАЮ  
Директор  
МБОУ СОШ № 23  
с. Новозаведенного  
Е.Р.Дзюбанюк  
«30» августа 2024 года  
М.П.



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ  
ПРОГРАММА  
физкультурно-спортивной направленности

### «Юный спасатель»

**Уровень программы:** базовый

**Возрастная категория:** от 12 до 16 лет

**Состав группы:** 15 обучающихся

**Срок реализации:** 1 год

**ID-номер программы в Навигаторе:** 16498

Автор-составитель:  
Корчагин Игорь Александрович,  
педагог дополнительного  
образования

с. Новозаведенное  
2024 год

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1. Рабочая программа по внеурочной деятельности по основам безопасности жизнедеятельности «Юный спасатель» для учащихся 5 - 9 классов разработана на основе положений Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования (приказ Министерства Образования и Науки РФ от 17.12.10 №1897), (с изменениями от 31.12.2015г. №1576).

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 техносциальной и информационной среде, способствует проведению превентивных мероприятий в сфере безопасности.

Рабочая программа в рамках предметной области « Основы безопасности жизнедеятельности» в 5-9 классах составлена на основе основной образовательной программы основного общего образования МБОУ СОШ №23 с. Новозаведенного 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). При составлении планирования использовалась программа для общеобразовательных учреждений 5-9 классов, автор программы А.Т. Смирнов. Планирование предусматривает использование УМК «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-9 классов общеобразовательных учреждений под общей редакции А.Т. Смирнова, издательство «Просвещение».

В целях реализации системного подхода и обеспечение непрерывного изучения предмета на уровне основного общего образования подразумевается внедрение единой структурно-логической схемы изучения тематических линий с учетом

психолого-возрастных особенностей обучающихся: **безопасность во время пребывания в различных средах** – «правила пребывания в различных средах → риски и действия по их снижению во время пребывания в различных средах → действия в условиях опасностей в различных средах»;

**здоровый образ жизни** – «значение для человека здорового образа жизни → правила здорового образа жизни и их соблюдение → экологическая безопасность»;

**первая помощь пострадавшим** – «принципы и общий порядок оказания первой помощи пострадавшим → приемы и правила оказания первой помощи пострадавшим при состояниях, угрожающих их жизни и здоровью»;

**основы комплексной безопасности населения Российской Федерации** – «правовые основы обеспечения комплексной безопасности → организация комплексной защиты населения → основные мероприятия комплексной защиты населения»;

Программа предполагает использование приема организации учебного материала по сферам возможных проявлений рисков и опасностей: помещения и бытовые условия, улица и общественные места, природные условия, коммуникационные связи и каналы, объекты и учреждения культуры. Для систематизации дидактических компонентов тематических линий программа предусматривает в парадигме безопасной жизнедеятельности соблюдать цикл действий: «предвидеть опасность → по возможности ее избегать → при необходимости действовать со знанием дела».

Использование практико-ориентированных интерактивных форм организации учебных занятий предполагает применение тренажерных систем и виртуальных моделей, способных отображать объекты, не воспроизводимые в обычных условиях, а также обеспечивающих электронную поддержку выданных для решения ситуационных задач, отражающих повседневную действительность, это становится возможно с учетом оборудования, которым обеспечена школа «Точка роста».

Внедрение в преподавание учебного предмета «ОБЖ» современных форм электронного обучения подчинено соблюдению следующих базовых принципов: использование электронной образовательной среды на учебных занятиях должно быть разумным; цифровые образовательные ресурсы являются дополнительным инструментом достижения цели учебного занятия, их использование не является самоцелью; компьютер и дистанционные образовательные технологии не способны полностью заменить педагога и практические действия обучающихся.

**2. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ**

**УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА ОБЖ** **Предметные**

**результаты**

**Выпускник научится** (предметные результаты на базовом уровне освоения программного минимума по предмету при изучении учебника из федерального перечня):

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;

- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и 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 правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном);
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах; – готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать

–

(обустраивать) временное жилище в автономных условиях; – подавать сигналы бедствия и отвечать на них;

– характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного

характера для личности, общества и государства;

– предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;

классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;

– безопасно использовать средства индивидуальной защиты;

– характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;

– предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;

– классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;

– безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;

– безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты; – комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;

– классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;

– классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;

– адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;

– адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;

– классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;

– классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;

– предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;

- 
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации; – характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи; классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе; – оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

**Выпускник получит возможность научиться** (достижение метапредметных и личностных аспектов):

- 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 вести и применять права покупателя;

- 
- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;
- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- оказывать первую помощь при коме;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
  - 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;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

### **3. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Согласно Концепции, освоение учебного предмета «ОБЖ» на уровне основного общего образования должно обеспечивать:

- понимание проблем безопасности и формирование у всех обучающихся базового уровня культуры безопасного поведения;
- предоставление каждому обучающемуся возможности выработки и закрепления умений и навыков, необходимых для дальнейшего существования

- в обществе, в том числе с учетом электронных учебных пособий и дистанционных образовательных технологий;
- усвоение обучающимися минимума основных ключевых понятий, которые в дальнейшем будут использоваться без дополнительных разъяснений, включенных в систематизированные знания основ комплексной безопасности личности;
- выработку практико-ориентированных компетенций, соответствующих возрастным особенностям и потребностям обучающихся, посредством применения интерактивных тренажерных систем, способных моделировать различные реальные ситуации повседневности;
- реализацию оптимального баланса межпредметных связей и их разумное взаимодополнение, способствующих формированию практических умений и навыков;
- корректную оценку результатов промежуточного и итогового контроля освоения основной образовательной программы.

Выделены обязательные тематические линии с определением их целесообразного объема и тематики, обязательных практических занятий в каждом классе:

- 1) безопасность во время пребывания в различных средах (в помещении, на улице, на природе, в общественных местах и на массовых мероприятиях, при коммуникациях, при воздействии рисков культурной среды),
- 2) здоровый образ жизни,
- 3) первая помощь пострадавшим,
- 4) основы комплексной безопасности населения Российской Федерации.

#### **Безопасность во время пребывания в различных средах.**

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах.

Правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном), ответственность за их нарушения. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. *Средства индивидуальной защиты велосипедиста*. Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах *и поездках*. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, *самозащита покупателя*). Элементарные способы самозащиты. Информационная безопасность подростка. **Основы здорового образа жизни.**

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов. Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка. **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.** Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. *Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика.* Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. *Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.*

Практические работы проводятся с использованием оборудования:

Набора имитаторов травм и поражений, Шины лестничной, Воротника шейного, Тренажёра-манекена для отработки сердечно-лёгочной реанимации, Табельных средств для оказания первой медицинской помощи, Коврика для проведения сердечно-лёгочной реанимации, Тренажёра-манекена для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей, поставленных в «Точки роста».

## Основы комплексной безопасности населения

### Российской Федерации

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению.

Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность.

Ответственность несовершеннолетних за правонарушения. Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

## 4. Тематическое планирование

### Тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Тема	Всего часов
	<b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства.</b>	<b>24</b>
1	Глава 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека.	5
2	Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера.	6
3	Глава 3. Опасные ситуации природного характера.	2
4	Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.	2
5	Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.	3

6	Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.	4
7	Глава 7. Средства индивидуальной защиты органов дыхания. Средства защиты кожи.	2
	<b>Раздел 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни.</b>	<b>11</b>
8	Глава 8. Первая помощь и правила ее оказания.	3
9	<i>Практическая работа «Наложение повязки, для остановки кровотечения» с использованием оборудования: Наборов имитаторов травм и поражений, поставленных в «Точки роста».</i> 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.	4
10	Глава 9. Основы здорового образа жизни.	3
	<b>Итого</b>	<b>34</b>

### Календарно-тематическое планирование 5 класс

№ п/п	Дата	Тема	Оборудование	Всего часов	
				Теория	Практика
		<b>Глава 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека.</b>		<b>5</b>	
1	04.09.2024	Тема №1. Город как среда обитания.	Интерактивная панель	1	
2	11.09	Тема №2. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	Интерактивная панель	1	
3	18.09	Тема №3. Особенности природных условий в городе.	Интерактивная панель	1	
4	25.09	Тема №4. Взаимоотношения людей,	Интерактивная панель	1	

		проживающих в городе и безопасность.			
5	02.10	Тема №5. Безопасность в повседневной жизни.	Интерактивная панель	1	
		<b>Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера.</b>		<b>6</b>	
6	09.10	Тема №1. Дорожное движение безопасность участников дорожного движения.	Интерактивная панель	1	
7	16.10	Тема №2. Пешеход. Безопасность пешехода.	Интерактивная панель	1	
8	23.10	Тема №3. Пассажир. Безопасность пассажира.	Интерактивная панель	1	
9	06.11	Тема №4. Водитель.	Интерактивная панель	1	
10	13.11	Тема №5. Пожарная безопасность.	Интерактивная панель	1	
11	20.11	Тема №6. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.	Интерактивная панель	1	
		<b>Глава 3. Опасные ситуации природного характера.</b>		<b>2</b>	
12	27.11	Тема №1. Погодные явления и безопасность человека.	Интерактивная панель		
13	01.12	Тема №2. Безопасность на водоемах.	Интерактивная панель		

		<b>Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера.</b>		<b>2</b>	
14	04.12	Тема №1. Чрезвычайные ситуации природного характера.	Интерактивная панель	1	
15	11.12	Тема №2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.	Интерактивная панель	1	
		<b>Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.</b>		<b>3</b>	
16	18.12	Тема №1. Антиобщественное поведение и его опасность.	Интерактивная панель	1	
17	25.12	Тема №2. Обеспечение личной безопасности дома.	Интерактивная панель	1	
18	15.01	Тема №3. Обеспечение личной безопасности на улице.	Интерактивная панель	1	
		<b>Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.</b>		<b>4</b>	
19	22.01	Тема №1. Экстремизм и терроризм : основные понятия и причины их возникновения.	Интерактивная панель	1	
20	05.02	Тема №2. Виды экстремистской и террористической деятельности.	Интерактивная панель	1	
21	12.02	Тема №3. Виды террористических актов и их последствия.	Интерактивная панель	1	
22	19.02	Тема №4. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.	Интерактивная панель	1	
		<b>Глава 7. Средства индивидуальной защиты органов дыхания. Средства защиты кожи.</b>		<b>2</b>	
23	26.02	Тема №1. Фильтрующие и изолирующие средства защиты органов дыхания.	Интерактивная панель	1	
24	05.03	<i>«Практическая отработка по надеванию противогаза и защитного костюма»</i>	Интерактивная панель		1
		<b>Глава 8. Первая помощь и правила ее оказания.</b>		<b>7</b>	

25	12.03	Тема №1. Первая помощь при различных видах повреждений.	Интерактивная панель	1	
26	19.03	Тема №2. Первая помощь при ушибах и ссадинах.	Интерактивная панель	1	
27	02.04	Тема №3. Первая помощь при отравлениях.	Интерактивная панель	1	
28 29 30 31	12.04 09.04 16.04 23.04	<i>Пр/р №1 Практическая работа «Наложение повязки, для остановки кровотечения» с использованием оборудования: Наборов имитаторов травм и поражений, поставленных в «Точки роста». Использование заготовленных схем 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.</i>	Интерактивная панель		4
		<b>Глава 9. Основы здорового образа жизни.</b>		<b>3</b>	
32	07.05	Тема №1. О здоровом образе жизни, двигательная активность и закаливание организма.	Интерактивная панель	1	
33	14.05	Тема №2. Рациональное питание, гигиена питания.	Интерактивная панель	1	
34	21.05	Тема №3. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	Интерактивная панель	1	
<b>ИТОГО :</b>				<b>34</b>	

### Тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Тема	Всего часов
	<b>Раздел 1. Безопасность во время пребывания в различных средах.</b>	<b>23</b>
1	Глава 1. Подготовка к активному отдыху на природе.	15
2	Глава 2. Дальний внутренний и выездной туризм.	3
3	Глава 3. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.	3
4	Глава 4. Безопасность в чрезвычайных ситуациях.	2
	<b>Раздел 2. Оказание первой помощи и здоровый образ жизни.</b>	<b>11</b>
8	Глава 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи. Практические занятия проводятся с использованием оборудования : Набора <i>имитаторов травм и поражений</i> , <i>Шины лестничной</i> , <i>Тренажёра-манекена для отработки сердечно-лёгочной реанимации</i> , <i>Коврика для проведения сердечнолёгочной реанимации</i> , <i>поставленных в «Точки роста»</i> . Для организации качественной практической работы рекомендуется использовать заготовленные схемы наложения повязок, бинты, необходимые имитаторы и памятки по диагностированию различных видов травм и оказанию помощи в разных ситуациях. Рекомендуется использовать маршрутные листы для отметок о выполнении. Оборудование и задания можно разложить на несколько столов и группы школьников по принципу «Игра по станциям» отработают необходимые навыки. Задания можно чередовать на разных столах - практические /теоретические. Необходимо заранее обсудить и четко прописать критерии правильности выполнения практических навыков и ознакомить с ними обучающихся, важно дать возможность обучающимся принять участие в определении критериев. По возможности использовать для оценки правильности выполнения заданий «Консультантов» из числа хорошо подготовленных ребят. __	8
10	Глава 6. Основы здорового образа жизни.	3
	<b>Итого</b>	<b>34</b>

### Календарно-тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Дата	Тема	Оборудование	Всего часов	
				Теория	Практика
		<b>Глава 1. Подготовка к активному отдыху на природе.</b>		<b>15</b>	
1	02.09. 2023	Тема №1. Природа и человек.	Интерактивная панель	1	

2	09.09	Тема №2. Ориентирование на местности.	Интерактивная панель	1	
3	16.09	Тема №3. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.	Интерактивная панель	1	
4	23.09	Тема №4. Подготовка к выходу на природу.	Интерактивная панель	1	
5	30.09	Тема №5. Определение места для бивака и организация бивачных работ.	Интерактивная панель	1	
6	07.10	Тема №6. Определение необходимого снаряжения для похода.	Интерактивная панель	1	
7	14.10	Тема №7. Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.	Интерактивная панель	1	
8	21.10	Тема №8. Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.	Интерактивная панель	1	
9	11.11	Тема №9. Подготовка и проведение лыжных походов.	Интерактивная панель	1	
10	18.11	<i>Пр/р №1 «Упражнения для развития психических процессов»</i>	Интерактивная панель		1

11	25.11	<i>Пр/р №2 «Упражнения для развития психических процессов»</i>	Интерактивная панель		1
12	02.12	<i>Пр/р №3 «Ориентирование по компасу, часам и солнцу»</i>	Интерактивная панель		1
13	09.12	<i>Пр/р №4 «Определение сторон горизонта ночью по звездам и днем по местным признакам»</i>	Интерактивная панель		1
14	16.12	<i>Пр/р №5 «Изготовление и применение простейших сигнальных средств»</i>	Интерактивная панель		1
15	23.12	<i>Пр/р №6 «Отработка специальных навыков по развитию ловкости, координации движений, умению действовать сообща»</i>	Интерактивная панель		1
		<b>Глава 2. Дальний внутренний и выездной туризм.</b>		<b>3</b>	
16	30.12	Тема №1. Акклиматизация человека в различных климатических условиях.	Интерактивная панель	1	
17	13.12	Тема №2. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.	Интерактивная панель	1	
18	20.01	Тема №3. Обеспечение личной безопасности на водном и воздушном транспорте.	Интерактивная панель	1	
		<b>Глава 3. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде.</b>		<b>3</b>	
19	27.01	Тема №1. Добровольная автономия человека в природной среде.	Интерактивная панель	1	
20	03.02	Тема №2. Вынужденная автономия человека в природной среде.	Интерактивная панель	1	
21	10.02	Тема №3. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	Интерактивная панель	1	
		<b>Глава 4. Безопасность в чрезвычайных ситуациях.</b>	Интерактивная панель	<b>2</b>	
22	17.02	<i>Пр/р №7 «Правила использования СИЗ» Практическая работа по изготовлению из подручных материалов средств защиты органов дыхания и средств защиты кожи.</i>	Интерактивная панель	1	
23	24.02	<i>Пр/р №8 «Практическая отработка по надеванию противогаза и защитного костюма»</i>	Интерактивная панель	1	

		<b>Глава 5. Основы медицинских знаний и оказание</b>		<b>8</b>
		<b>первой помощи.</b>		
24	03.03	<i>Пр/р №9 «Правила комплектования походной аптечки средствами оказания первой помощи»</i>	Интерактивная панель	1
25	10.03	<i>Пр/р №10 «Правила оказания первой медицинской помощи пострадавшему, укушенному змеей»</i>	Интерактивная панель	1
26	17.03	<i>Пр/р № 11 «Оказание первой помощи при термических и солнечных ожогах»</i>	Интерактивная панель	1
27	31.03	<i>Пр/р.№12 «Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах»</i>	Интерактивная панель	1
28	07.04	<i>Пр/р № 13 «Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении»</i>	Интерактивная панель	1
29	14.04	<i>Пр/р № 14«Оказание первой помощи при утоплении»</i>	Интерактивная панель	1
30	21.04	<i>Пр/р №15 «Оказание первой помощи при закрытых травмах»</i>	Интерактивная панель	1
31	28.05	<i>Пр/р № 16 «Способы переноски пострадавших с использованием подручных средств»</i>	Интерактивная панель	1
		<b>Глава 9. Основы здорового образа жизни.</b>		<b>3</b>
32	05.05	Тема №1. О здоровом образе жизни, двигательная активность и закаливание организма.	Интерактивная панель	1
33	12.05	Тема №2. Рациональное питание, гигиена питания.	Интерактивная панель	1
34	19.05	Тема №3. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	Интерактивная панель	1
<b>ИТОГО :</b>				<b>34</b>

## **5. Нормативно-правовые документы**

- Конституция Российской Федерации
- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» –  
Федеральный государственный образовательный стандарт основного  
общего образования (ФГОС ООО)
- Примерная основная образовательная программа основного общего  
образования (ПООП ООО)
- Правила дорожного движения Российской Федерации
- Семейный кодекс Российской Федерации
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации
- Уголовный кодекс Российской Федерации
- Федеральный закон «О безопасности»
- Федеральный закон «О гражданской обороне»
- Федеральный закон «О радиационной безопасности населения» –  
Федеральный закон «О пожарной безопасности»
- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
- Федеральный закон «О противодействии терроризму»
- Федеральный закон «О противодействии экстремистской деятельности»

## **6. Методическое обеспечение программы**

### **Материальное обеспечение**

Занятия с учащимися проводятся в специально оборудованном кабинете с использованием учебно-наглядных пособий и оборудования.

### **Оборудование.**

1. Компьютер с выходом в Интернет.

2. Проектор.
3. Плакаты и презентации по темам «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи».
4. Аптечка индивидуальная.
5. Индивидуальный перевязочный пакет.
6. Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7x14.
7. Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5x10.
8. Вата медицинская компрессная.
9. Косынка медицинская (перевязочная).
10. Булавка безопасная.
11. Шина проволочная (лестничная) для ног.
12. Шина проволочная (лестничная) для рук.
13. Жгут кровоостанавливающий эластичный.
14. Робот-тренажер «Максим» 2 шт.

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», точка доступа <https://np-education.ru/course/863>

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

## **7. СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:**

1. Федеральный Государственный образовательный стандарт основного общего образования. – М.: Просвещение, 2011 г..

2. Виноградов А.В., Шаховец В.В. Первая медицинская помощь в ЧС. 2-е издание, исправленное, дополненное. Учебное пособие. Библиотечка журналов «Военные знания». – 2000 г..
3. Гараева М. В. Обучение школьников основам безопасности жизнедеятельности: формирование умений оказания первой помощи пострадавшим. г. Москва «Молодой ученый» 2014 г.
4. А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников учебник Основы безопасности жизнедеятельности. г. Москва «Просвещение» 2012 г.
5. Поторочина Е. А. Поурочные разработки по основам безопасности жизнедеятельности. Москва «ВАКО» 2008 г. В помощь учителю.

Приложение к Рабочей программе

### **Дополнительные формы проведения уроков ОБЖ.**

#### **Тематическая линия упражнений для развития психических процессов.**

##### **Упражнения для развития внимания.**

1. Два-три ученика садятся перед классом на стулья. Ведут себя естественно.

Некоторое время на них не надо обращать внимания, чтобы дать им возможность успокоиться и привыкнуть к обстановке. Затем учитель предлагает классу, в том числе сидящим на стульях, рассказать о всех событиях, которые произошли в комнате. Это могут быть скрип стула, падение тетради или книги, передвижения или какие-то другие действия ребят и учителя, покашливание, смех, взгляды, перемены поз и пр.

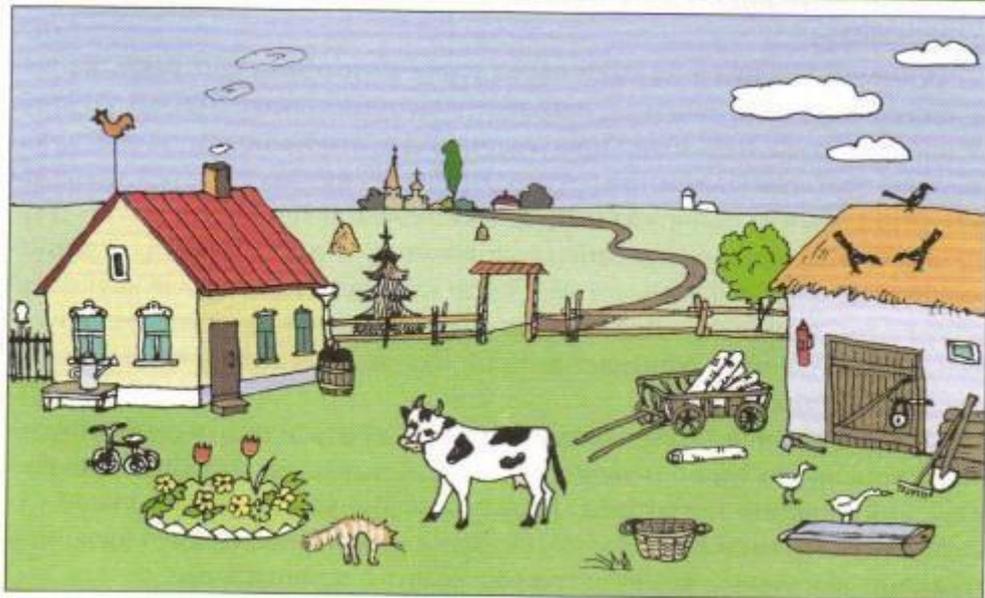
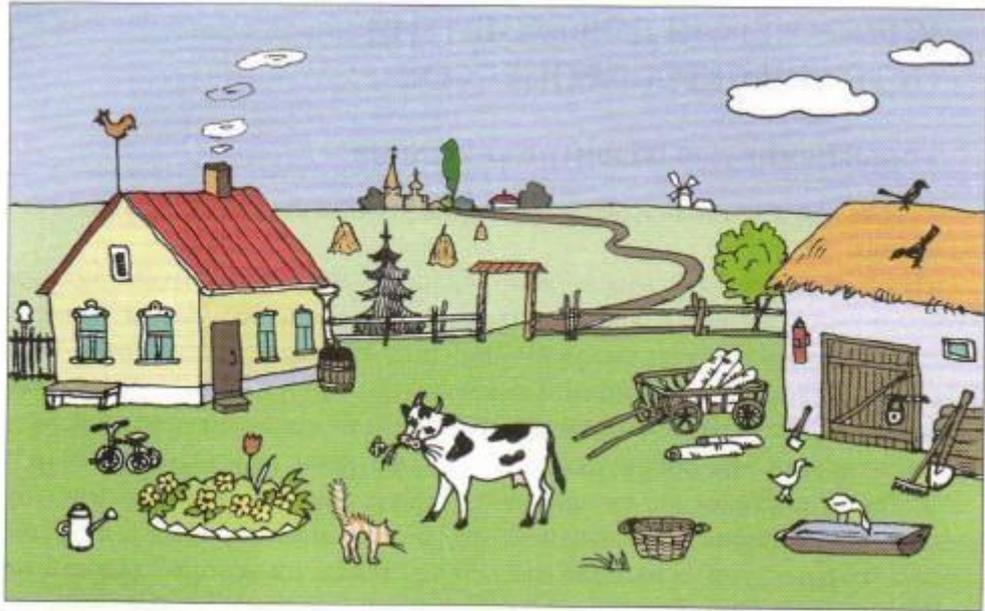
2. Часто в жизни вы не замечаете самых простых вещей. Поэтому рассмотрите хорошо знакомые вам предметы, например свой портфель, рюкзак, туфли, руки, и расскажите о тех деталях, на которые раньше не обращали внимания. Опыт показывает, что их бывает больше, чем вы предполагали.
3. Ученик садится на стул перед классом и объявляет всем, на чём он намерен сосредоточиться, например на шуме улицы. Все находящиеся в классе тоже начинают прислушиваться, чтобы потом оценить, насколько этот школьник был внимателен. В процессе сосредоточения внимания обычно обнаруживается, что слышались и другие звуки (шумы в комнате, за дверью,

своё сердцебиение и др.). Через 5—7 минут ученик должен рассказать о том, что он слышал. Чем больше звуков он перечислит, тем лучше. Все остальные выступают в качестве экспертов. Затем место на стуле занимает другой ученик. Рассказы учеников сравнивают и оценивают.

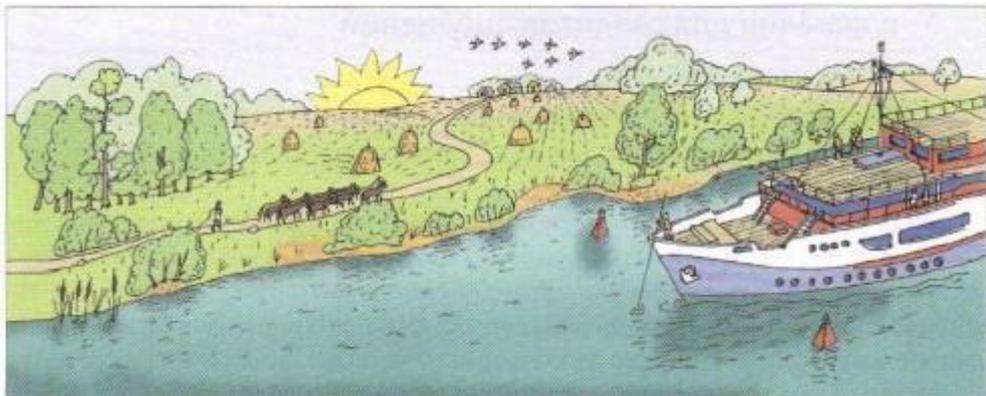
4. Один ученик читает вслух страницу книги или отрывок из газеты. Остальные активно мешают ему, стараясь отвлечь его от чтения шумом, разговорами, остротами. Выполняющий упражнение должен суметь сосредоточиться на объекте внимания, вникнуть в смысл читаемой страницы настолько, чтобы затем рассказать о прочитанном.

### **Упражнения для развития наблюдательности.**

1. Посмотрите на рисунки. Постарайтесь найти на них все 20 отличий.



2. Посмотрите на рисунок (2—3 минуты) и ответьте на следующие вопросы.



- Вверх или вниз по течению идёт пароход? Почему вы так считаете?
- Какое время года изображено? Почему вам так кажется?

- Глубока ли река в этом месте? Обоснуйте свой ответ.
- Далеко ли, по вашему мнению, до пристани? Если да, то обоснуйте.
- На этом ли берегу находится пристань? Обоснуйте.
- Имеются ли несоответствия в рисунке?

Если вы правильно ответили на 5 вопросов, то у вас хорошие показатели наблюдательности и способности устанавливать причинно-следственные связи; если ответили на 4 вопроса, у вас средние показатели; если ответили на 2—3 вопроса — плохие показатели.

3. Одному ученику предлагают внимательно осмотреть класс в течение нескольких секунд и затем, отвернувшись, ответить на вопросы.

- В какой последовательности сидят школьники? Кто в костюме? Кто в спортивной одежде? Кто в платье?
- Что делал тот-то и тот-то?
- Кто улыбался?
- Какие книги лежат на столах?
- Кто как пострижен? □ Кто отсутствует?

4. Одного ученика просят выйти из класса. В это время несколько других школьников выстраиваются в ряд. Ученик входит в класс и рассматривает своих товарищей 15 секунд. После чего он выходит из комнаты. В это время стоящие меняются местами, элементами одежды, изменяют позы.

Задача ученика: вернувшись в класс по приглашению, устранить изменения.

### **Упражнения для развития ощущений.**

#### **Для развития осязания.**

1. Положите на стол несколько предметов и накройте их непрозрачной тканью. Определите на ощупь (через ткань) каждый из этих предметов, назовите их.
2. Возьмите в руки какой-нибудь предмет, например спичечный коробок, и старайтесь как можно внимательнее ощупать его. Почувствуйте его форму и поверхность, попробуйте описать, чем отличаются на ощупь чёрные бока коробка от его верха и низа. При этом старайтесь не смотреть на предмет. Вы должны знать, что пальцы человека «помнят» привычные предметы, такие, например, как мяч, карандаш, ручка, лист, яблоко, стакан и др.

## **Упражнения для развития восприятия.**

### **Для развития точности восприятия времени.**

1. Школьникам даётся задание определить промежуток между первым и вторым ударом карандаша по столу учителя. Временные отрезки даются вначале с нарастанием (например, 7, 15, 27, 36, 43, 55 секунд), а затем вразброс (например, 45, 9, 17, 4, 29 секунд). Часами или секундомером пользуется только учитель.

### **Для развития глазомера.**

2. Посмотрите на спинку своего стула. Закройте глаза. Не открывая глаз, раздвиньте руки на ширину спинки стула. Откройте глаза, проверьте. Посмотрите на тетрадь или книгу, лежащую на столе. Закрыв глаза, покажите поочерёдно несколько раз ширину стула, тетради, книги. Сделайте то же с открытыми глазами, затем с закрытыми.

### **Для развития слуха.**

3. Учитель даёт ученику команду отвернуться, затем спрашивает, по какому предмету он стучит карандашом. А теперь? Звуки разные: карандаш постукивает то по книге, то по столу, то по стеклу, то по руке, то по авторучке, то по часам.

Для развития навыков ориентирования в пространстве

4. Ученика, стоящего с закрытыми глазами, крутят то в одну, то в другую сторону. После этого просят показать, где юг, где восток и т. д.

## **Упражнения для развития памяти.**

1. Запомните пять предметов, лежащих на столе, и их взаимное расположение. Дайте характеристику, описание лежащих на столе предметов. Изобразите схематично в тетради предметы и их взаимное расположение. Время

первоначального восприятия предметов — 30 секунд. Упражнение повторяют 6—8 раз. Время постепенно сокращают и доводят до 10 секунд.

За точное выполнение задания учащийся получает 10 баллов. За каждую ошибку снимается 1 балл.

2. Запомните предметы в комнате и их расположение. Изобразите схематично предметы в комнате.

Время первоначального рассмотрения предметов — 30 секунд. Упражнение повторяют 5—6 раз. Время выполнения его постепенно сокращают, доводя до 10 секунд.

За точное выполнение задания учащийся получает 10 баллов. За каждую ошибку снимается 1 балл.

3. Упражнение «Фотограф»: 5—6 человек принимают какие-нибудь позы или разыгрывают действие. По команде учителя они фиксируют своё положение, и каждый запоминает его. Тренируемый, стоявший до этого к группе спиной, поворачивается к ней лицом и в течение 10 секунд запоминает предложенную сцену. Учитель отсчитывает секунды каким-нибудь предметом. На десятый удар тренируемый вновь отворачивается, а группа выстраивается в шеренгу. На двадцатый удар тренируемый поворачивается и в течение 10 секунд расставляет группу в «сфотографированном» положении. Остальные ученики выступают в роли судей.

При «фотографировании» тренируемый должен несколько раз закрывать глаза и стараться несколько раз «увидеть» наблюдаемую сцену, а открывая их, сверять образ с действительностью. В процессе тренировок упражнение можно усложнять: увеличивать количество человек в группе, количество изменений в одежде, сокращать время на «фотографирование».

### **Упражнения для развития мышления.**

#### **Для развития умения устанавливать взаимосвязи.**

1. Один ученик — «отгадчик» выходит из класса. Учитель распределяет между оставшимися 2—3 строчки какого-нибудь известного детского стихотворения (начать можно с 1—2 строчек) так, чтобы на каждого ученика приходилось по одному слову. «Отгадчик» входит в класс. По команде учителя все ученики хором произносят свои слова стихотворения.

«Отгадчик» должен определить, какие строчки были произнесены и из какого стихотворения. Если сразу это не удаётся, ему дают возможность прослушать ещё раз.

### **Для развития умения анализировать.**

2. Прочитайте слова каждого ряда, вычеркните лишнее и скажите, что объединяет оставшиеся слова: собака, корова, овца, лось, кошка; Енисей, Ока, Москва-река, Лена, Байкал.

### **Для развития гибкости мышления.**

3. К каждому из приведённых слов подберите слово противоположного значения:

Тонкий	-	...
грязный	-	...
тупой	-	...
чужой	-	...
крупный	-	...
младший	-	...
закат	-	...
твёрдый	-	...
поднимать	-	...

### **Для развития умения обобщать.**

4. Назовите общий признак следующих пар слов: медь — золото; воробей — соловей; Солнце — Земля; автобус — трамвай; стол — шкаф; щука — акула; репа — морковь; ручка — карандаш; кукла — плюшевый мишка.

## **Тематическая линия «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.

**Ожоги:**

Существует три степени ожогов:

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 справиться 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 :

- Соблюдать 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:

1. Положить пострадавшего на спину и проверить пульс и реакцию зрачков на свет;

2. 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 вдвухает в его дыхательные пути воздух из своих легких.

– Во время вдвухания воздуха нос пострадавшего должен быть зажат. – После такого искусственного «вдоха» грудная клетка спадается до первоначального объема, осуществляя «выдох».

– Вдвухание 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 вдвухание 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 проводится в течение 30-40 минут даже при отсутствии признаков ее эффективности.

3. 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 потребуются реанимация.

### **Тема: «Что делать при пищевом отравлении?»**

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 разноразмерной 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 все
- 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.