



Рабочая программа дополнительного образования
«Оказание первой помощи»
«Основы безопасности жизнедеятельности»
для учащихся 12-16 лет»

Педагог дополнительного образования
Ибрагимов А.Э.

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 5-9 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). 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 редакцией 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».

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;
- 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.

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:

- 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);
- здоровый образ жизни;
- первая помощь пострадавшим;
- 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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Классы	5	6	7	8	9
По программе	34	34	34	34	34
По тематическому планированию	34	34	34	34	34

Календарно – тематическое планирование

№	Тема занятия	Цели и задачи	Материально-техническое обеспечение
1	Доврачебная помощь и ее значение.	- Сформировать представление о значении доврачебной помощи для сохранения здоровья и жизни человека.	Презентация.
2	Понятие о ранах, классификация ран	- Дать понятие о ране; - Изучить классификацию ран, причины их возникновения.	Таблицы, опорные схемы, презентация
3	Понятие об асептике и антисептике. Профилактика осложнений ран.	- Сформировать представление о профилактике осложнений ран; - Раскрыть понятия «асептика» и «антисептика»	Презентация, пакет асептический и антисептический, таблицы
4	Понятие о повязке и перевязке. Виды повязок, правила их наложения. Перевязочный материал и правила пользования им	- Ознакомить с перевязочным материалом; - Ознакомить с видами повязок; - Рассказать об основных правилах наложения повязок.	Бинты, марля, вата, пакет перевязочный индивидуальный, косынки, салфетки стерильные, лейкопластырь
5	Правила наложения стерильных повязок на голову и грудь	- Ознакомить с типами повязок при травмах головы и груди; - Учить наложению повязок «чепец», «шапочка», «уздечка», крестообразная, спиральная, пращевидная.	Бинты, салфетки стерильные, таблицы

6	Правила наложения стерильных повязок на живот и верхние конечности	- Ознакомить с типами повязок при травмах живота и верхних конечностей; - Учить наложению повязок: колосовидная, спиральная, крестообразная, на плечевой сустав.	Бинты, салфетки стерильные, таблицы
7	Правила наложения стерильных повязок на промежность и нижние конечности	- Ознакомить с типами повязок на промежность и нижние конечности; - Учить наложению повязок: косыночная, восьмиобразная	Бинты, салфетки стерильные, косынки, таблицы
8	Виды кровотечений и их характеристика	- Изучить порядок оказания доврачебной помощи при ранениях и кровотечениях, меры по профилактике осложнений ран; - Ознакомить со способами остановки кровотечений	Жгут, закрутка, бинты, салфетки стерильные, таблицы
9	Техника временной остановки кровотечения и наложения бинтовых повязок.	- Отработка приемов временной остановки кровотечений и наложения повязок	Жгут, бинты, таблицы
10	Понятие синдрома длительного сдавливания	- Характеристика синдрома длительного сдавливания; - Ознакомление с периодами травматического токсикоза.	Таблицы, презентация
11	Первая помощь при синдроме длительного сдавливания и закрытых повреждениях	- Сформировать представление о признаках синдрома сдавливания отдельных частей тела. - ознакомить с правилами оказания доврачебной помощи в случае сдавливания отдельных частей тела	таблицы
12	Травмы опорно-двигательного аппарата, симптомы и причины возникновения.	- Дать понятие о травмах опорно-двигательного аппарата - Сформировать представление о причинах травм опорно-двигательного аппарата	таблицы
13	Доврачебная помощь при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника.	- Изучить способы оказания доврачебной помощи при черепно-мозговых травмах и травмах позвоночника;	Таблицы, перевязочный материал

		- Обучить навыкам оказания доврачебной помощи при этих травмах.	
14	Способы транспортировки пострадавших при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника.	- Ознакомить со способами транспортировки пострадавших при черепно-мозговой травме и повреждении позвоночника.	Таблицы, носилки, перевязочный материал
15	Доврачебная помощь при ушибах, растяжениях и разрывах, вывихах, открытых и закрытых переломах.	- Ознакомить с приемами оказания ПМП при ушибах, растяжениях и разрывах, вывихах, открытых и закрытых переломах.	Перевязочный материал, шины
16	Доврачебная помощь при ушибах, растяжениях и разрывах, вывихах, открытых и закрытых переломах.	- Обучить приемам оказания доврачебной помощи при ушибах, растяжениях и разрывах, вывихах, открытых и закрытых переломах.	Перевязочный материал, шины
17	Способы транспортировки пострадавших при ушибах, растяжениях и разрывах, вывихах, открытых и закрытых переломах.	Ознакомить со способами транспортировки пострадавших при ушибах, растяжениях и разрывах, вывихах, открытых и закрытых переломах.	носилки
18	Доврачебная помощь при травмах груди, живота и области таза.	- Дать определения понятиям «закрытый и открытый пневмоторакс, проникающее ранение»; - Изучить и отработать практические приемы оказания доврачебной помощи при травмах груди, живота и области таза.	Перевязочный материал, таблицы
19	Транспортировка пострадавших при травмах груди, живота и области таза.	- Ознакомить со способами транспортировки пострадавших при травмах груди, живота и области таза.	носилки

20	Травматический шок и противошоковые мероприятия	- Дать определение понятию «травматический шок» (первичный, вторичный, поздний); - Изучить порядок оказания доврачебной помощи при травматическом шоке.	таблица, презентация
21	Травматический шок и противошоковые мероприятия	- Помочь учащимся в овладении практическими навыками оказания доврачебной помощи при травматическом шоке.	таблица, презентация
22	Доврачебная помощь при ожогах, электротравмах.	- Ознакомить с понятиями «термический ожог», «химический ожог», «электротравма» и «электрический ожог»; - Изучить степени тяжести ожогов	таблицы, видеоролик, перевязочный материал
23	Доврачебная помощь при ожогах.	- Изучить приемы оказания доврачебной помощи при термических и химических ожогах; - Отработать практические приемы оказания доврачебной помощи при данных травмах.	таблицы, перевязочный материал
24	Доврачебная помощь при электротравме.	- Изучить приемы оказания ПМП при электротравме; - Отработать практические приемы оказания доврачебной помощи при данной травме.	таблицы, перевязочный материал
25	Сердечно-сосудистые заболевания.	- Сформировать знания о заболеваниях кровеносных сосудов; - Дать представление о работе сердца и кровеносных сосудов, причине и последствиях сердечно-сосудистых заболеваний.	Презентация, таблицы
26	Острая сердечная недостаточность, инсульт, инфаркт миокарда	- Изучить симптомы острой сердечной недостаточности, инсульта, инфаркта миокарда. - Ознакомить с приемами оказания доврачебной помощи при сердечно-сосудистых заболеваниях.	Таблицы, видеоролик

27	Доврачебная помощь при сердечно-сосудистых заболеваниях.	- Отработать приемы оказания доврачебной помощи при сердечно-сосудистых заболеваниях.	презентация
28	Тепловой и солнечный удар, укусы ядовитыми змеями и насекомыми.	- Дать характеристику тепловому и солнечному ударам; - Изучить признаки укусов змеями и насекомыми; - Сформировать представление об оказании доврачебной помощи пострадавшим.	Таблицы, видеоролик
29	Доврачебная помощь при тепловом и солнечном ударах, Укусах ядовитыми змеями и насекомыми.	- Отработка навыков оказания доврачебной помощи при тепловом, солнечном ударах и укусах змеями и насекомыми.	Таблицы, видеоролик
30	Обморожение, отравление угарным газом, обморок.	- Дать характеристику обморожению и степеням обморожения; - Ознакомить с причинами и признаками отравления угарным газом; - Сформировать представление о симптомах и причинах обморока.	Таблицы, видеоролик
31	Доврачебная помощь при обморожении, отравлении угарным газом, обмороке.	- Учить навыкам оказания доврачебной помощи при разной степени обморожения, отравлении угарным газом, обмороке.	Таблицы, видеоролик
32	Утопление. Терминальные состояния.	Дать определения понятиям • Утопления «истинное» и «бледное», «терминальные состояния», «клиническая смерть», «реанимация»; • Учить определять терминальные состояния (признаки жизни и смерти);	таблицы
33	Экстренная реанимационная помощь.	- Обучить правилам и технике выполнения непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.	видеоролик

34	Экстренная реанимационная помощь.	- Обучить правилам и технике проведения прекардиального удара; - Повторить технику непрямого массажа сердца и искусственной вентиляции легких.	видеоролик
35	Итоговое занятие	Обобщить полученные знания по теме «Основы оказания доврачебной помощи»	Карточки заданиями

	Название темы	Кол- во часов	Дата проведения
Раздел I. Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни, правила поведения учащихся. (11ч)			
36	Безопасное поведение на улицах и дорогах.	1	
37	Правила безопасного поведения в зонах повышенной опасности	1	
38	Встреча с инспектором ГИБДД	1	
39	Пожарная безопасность и поведение при пожарах	1	
40	Встреча с работником МЧС - пожарником	1	
41	Безопасное поведение на воде	1	
42	Встреча с работником МЧС - спасателем.	2	
43	Безопасное поведение в ситуациях криминогенного характера. Встреча с психологом школы	1	
44	Безопасное поведение на природе	1	
45	Нарушение экологического равновесия в местах проживания, правила поведения	1	
Раздел II. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи (8ч)			
46	Хронические неинфекционные заболевания, их причина, связь с образом жизни. Встреча с медицинской сестрой.	1	
47	Основные виды травм у детей младшего школьного возраста, первая медицинская помощь	1	
48	Оказание первой медицинской помощи при	1	

	укусах насекомых.		
49	Оказание первой медицинской помощи при порезах, ожогах	1	
50	Первая медицинская помощь при отравлении пищевыми продуктами	1	
51	Первая медицинская помощь при отравлении газами	1	
52	Практические занятия по отработке навыков оказания первой медицинской помощи	1	
53	Встреча с медицинской сестрой школы	1	
	Раздел III. Основы здорового образа жизни (4 ч.)		
54	Основные понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни»	1	
55	Основы личной гигиены	1	
56	Вредные привычки, их влияние на здоровье. Профилактика	1	
57	Пути укрепления здоровья	1	
	Раздел IV. Защита человека в чрезвычайных ситуациях (3ч)		
58	Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения	1	
59	Подготовка обучаемых к действиям в ЧС мирного и военного времени	1	
60	Подготовка обучаемых к проведению практического занятия (изготовление ватно-марлевых повязок)	1	
61-63	Безопасность во время пребывания в различных средах	3	
64-66	Личная безопасность в повседневной жизни	3	
	Раздел VI. Заключение (2ч)		
67	Конкурс рисунков «Мы за мир!»	1	
68	Игра «Зарничка»	1	