

УПРАВЛЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ  
АДМИНИСТРАЦИИ ТОПКИНСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА  
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №2»  
652300, Кемеровская область, г.Топки, ул. Топкинская, 8,  
телефон: (8-38454) 3-10-09; e-mail: topkischool2@mail.ru

Принята  
на заседании  
педагогического совета  
протокол от 26.08.2022г. № 1



Утверждаю:  
Директор МБОУ «СОШ №2»  
О.Л.Картышова  
приказ от 29.08.2022г. № 221



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ ПРОГРАММА  
социально-гуманитарной направленности**

**«Школа безопасности»**

**Возраст учащихся: 14-16 лет  
Срок реализации: 1 год**

**Разработчик:  
Соколов Вячеслав Валерьевич  
педагог дополнительного образования**

Топкинский муниципальный округ, 2022

## СОДЕРЖАНИЕ

<i>Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы: объём, содержание, планируемые результаты</i> .....	3
Пояснительная записка .....	3
1.1. Цель и задачи программы .....	6
1.2. Содержание программы .....	7
1.3. Планируемые результаты .....	12
<i>Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации</i> .....	13
2.1. Календарный учебный график .....	13
2.2. Условия реализации программы .....	14
2.3. Формы аттестации / контроля .....	14
2.4. Оценочные материалы .....	15
2.5. Методические материалы .....	15
Список рекомендованной литературы .....	16
Приложения .....	20
Приложение 1. Календарный учебный план 1 год обучения .....	20
Приложение 2. Оценочные материалы программы «Школа безопасности» .....	22

## **Раздел 1. Комплекс основных характеристик программы: объём, содержание, планируемые результаты**

### **Пояснительная записка**

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» разработана в рамках модели по созданию новых мест в образовательных организациях различных типов для реализации дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ всех направленностей федерального проекта «Успех каждого ребенка» национального проекта «Образование».

Программа составлена в соответствии с нормативно – правовыми актами:

- Конвенция о правах ребенка (принята резолюцией 44/25 Генеральной Ассамблеи от 20 ноября 1989 г.;

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29 декабря 2012г. № 273 – ФЗ;

- Федеральный закон РФ «Об основных гарантиях прав ребенка в Российской Федерации» от 24.07.1998 № 124 – ФЗ (редакции 2013г.);

- Указ президента РФ от 7 мая 2012г. № 599 «О мерах по реализации государственной политики в области образования и науки»;

- Национальный проект «Образование» (паспорт утвержден президиумом Совета при президенте Российской Федерации по стратегическому развитию и национальным проектам (протокол от 24 декабря 2018г. № 16);

- Федеральный проект «Успех каждого ребенка» (протокол заседания проектного комитета по Национальному проекту «Образование» от 7 декабря 2018г. № 3);

- Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018 - 2025 гг. (постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017 г. № 1642);

- Концепция развития дополнительного образования детей до 2030 года, утвержденная Распоряжением Правительства Российской Федерации от 31 марта 2022 г. № 678 - р;

- Распоряжение Правительства Российской Федерации от 29 мая 2015г. № 996 – р, г. Москва «Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года;

- Профессиональный стандарт «Педагог дополнительного образования детей и взрослых» (Приказ Минтруда и соц. защиты РФ от 05.05.2018 № 298н);

- Постановление Правительства Российской Федерации от 26 декабря 2017г. № 1642 «Государственная программа РФ «Развитие образования» на 2018-2025 гг.»;

- Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28 сентября 2020г. № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20

«Санитарно - эпидемиологические требования к организации воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи»;

- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 09.11.2018 № 196 «Об утверждении порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам»;

- Приказ Министерства просвещения Российской Федерации от 30.09.2020 № 533 «Об внесении изменений в порядок организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам утвержденный Приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 9 ноября 2018г. № 196»;

- Закон «Об образовании в Кемеровской области» редакция от 03.07.2013 №86 – ОЗ;

- Приказ Департамента образования и науки Кемеровской области от 05.04.2019 № 740 «Об утверждении Правил персонифицированного финансирования дополнительного образования детей»;

- Распоряжение Коллегии Администрации Кемеровской области от 03.04.2019 № 212 «О внедрении системы персонифицированного дополнительного образования на территории Кемеровской области»;

- Постановление администрации Топкинского муниципального округа от 10 ноября 2020г. № 1112-п «Об утверждении Положения о персонифицированном дополнительном образовании детей»;

Локальные акты МБОУ «СОШ №2»: Устав, Учебный план, Правила внутреннего трудового распорядка, инструкции по технике безопасности, Приказ от 31.08.2022 № 135 «О функционировании Центра образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста» на базе МБОУ «СОШ № 2» в 2022/2023 учебном году, Приказ от 31.08.2022 № 139 «Об утверждении дополнительных общеобразовательных общеразвивающих программ на 2022/2023 учебный год.

Программа имеет *социально-гуманитарную направленность*, реализуется в Центр образования цифрового и гуманитарного профилей «Точка роста» (ЦОЦиГП «Точка роста»).

Программа направлена на повышение уровня знаний учащихся по пожарной безопасности и правилам дорожного движения, формирование общей культуры обучающихся, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие; обеспечение социальной успешности, саморазвития и самосовершенствования, сохранения и укрепления здоровья обучающихся. Главное направление работы – это профилактика несчастных случаев по правилам дорожного движения и пожарной безопасности, оказанию доврачебной помощи.

*Актуальность программы*

Актуальность программы обусловлена тем, что происходит сближение содержания программы с требованиями жизни. В настоящее время возникает необходимость в новых подходах к преподаванию безопасности

жизнедеятельности ребёнка, способных решать современные задачи в целях своей безопасности.

В системе воспитания подрастающего поколения особая роль принадлежит познанию себя и познанию окружающего мира. Умение видеть и понимать опасность, которая исходит извне и от себя самого, способствует воспитанию чувства самосохранённости, развитию возможности защититься самому и оказать помощь другим, воспитывает целеустремленность, усидчивость, чувство взаимопомощи, дает возможность творческой самореализации личности.

#### *Отличительные особенности программы*

Отличительной особенностью программы является её адаптированность к условиям образовательного процесса в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования. Основное содержание программы направлено на личностное развитие ребенка, развитие интереса к различным видам деятельности, активизацию познавательной, художественно-эстетической деятельности, преемственность с видами деятельности, развитие коммуникативной компетентности через коллективное взаимодействие в различных видах деятельности.

#### *Возраст учащихся, особенности приема*

Возраст учащихся по программе 15 – 17 лет.

Зачисление в группы производится с обязательным условием – предоставление сертификата персонифицированного финансирования дополнительного образования (ПФДО), заполнения заявления о зачислении на общеобразовательную общеразвивающуюся программу ЦОЦиГП «Точка роста» и согласия родителя (законного представителя) несовершеннолетнего учащегося на обработку персональных данных.

Зачисление в группы осуществляется на добровольной основе, учитывая психофизические и возрастные особенности детей.

#### *Объем и срок освоения программы*

Дополнительная общеобразовательная общеразвивающая программа «Школа безопасности» рассчитана на 1 год обучения, количество учебных недель в год – 34. Общий объем программы обучения составляет 34 учебных часа.

#### *Уровень освоения программы*

Программа имеет стартовый уровень.

#### *Формы обучения и организации занятий*

Форма обучения – очная, с возможностью применения дистанционных образовательных технологий.

При проведении учебных занятий используется индивидуальная форма организации обучения: теоретические, практические.

#### *Особенности организации образовательного процесса*

Форма обучения – очная.

Основная форма организации обучения – учебное занятие.

Формы организации учебной деятельности: теоретические и практические занятия.

Формы занятий: тематические, игровые занятия, практическое занятие, комбинированное занятие.

Типы занятий: изучение новой информации, занятия по формированию новых умений, обобщение и систематизация изученного, практическое применение знаний, умений, комбинированные занятия, контрольно-проверочные занятия.

В основе программы лежат практические занятия. Разные типы и формы занятий создают условия для развития познавательной активности, повышения интереса учащихся к обучению.

При проведении учебных занятий используется *индивидуальная форма организации* познавательной деятельности на учебном занятии.

*Режим организации занятий и продолжительность занятий*

Занятия с учащимися организуются 1 раз в неделю по 1 учебному часу;

Занятия для учащихся 15 – 17 лет проводятся из расчета 1 учебный час – 40 минут.

Для снятия психологических и физических нагрузок периодически проводятся физкультминутки, соблюдается режим смены разнообразных видов деятельности.

Последовательность тем, количество и форма организации занятий может меняться по усмотрению педагога.

Занятия построены с соблюдением оптимального двигательного режима с чередованием заданий теории и практики, переключением с одного вида деятельности на другой, что способствует сохранению и укреплению здоровья учащихся.

### **1.1. Цель и задачи программы**

**Цель программы:** обучение детей методам обеспечения личной безопасности; ответственного отношения к сохранению окружающей среды как основы в обеспечении безопасности жизнедеятельности личности и общества; приёмам оказания первой медицинской помощи при неотложных состояниях.

**Задачи:**

*Образовательные:*

- формировать умения: оценивать ситуации, опасные для жизни и здоровья; безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях; использования средств индивидуальной и коллективной защиты; действовать адекватно в сложившейся ситуации; чётко и полно сообщать через различные каналы связи о возникновении опасной ситуации взрослым, специализированным службам; составлять индивидуальную модель здорового образа жизни;
- обучить бережному отношению к своему здоровью и здоровью окружающих;

*Развивающие*

- развивать духовные и физические качества личности, обеспечивающих безопасное поведение человека в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера в современных условиях жизнедеятельности; потребности ведения здорового образа жизни;
  - формировать у детей научно обоснованную систему понятий основ безопасности жизнедеятельности.
  - развить у детей чувство ответственности за свое поведение;
- Воспитательные:*
- воспитывать культуру общения;
  - воспитывать безопасное поведение в повседневной жизни в случае возникновения различных опасных и чрезвычайных ситуаций;

## 1.2. Содержание программы

*Учебный план*

*1 год обучения*

№ п/п	Название раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		всего	теория	практика	
1.	Раздел «Юные пожарные»	8	5	3	Наблюдение, опрос, тестирование, объектовая тренировка (эвакуация из здания школы)
2.	Раздел «Юные инспектора дорожного движения».	10	4	6	Наблюдение, опрос, практическая работа
3.	Раздел «Готов к спасению жизни».	13	6	7	Наблюдение, опрос, тестирование
4.	Раздел «Занятие – зачёт».	3	0	3	Контрольный опрос, практическое задание
	Итого:	34	15	19	

### *Учебно-тематический план программы*

*1 год обучения*

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов			Формы аттестации/ контроля
		Всего	Теория	Практика	
<b>1.</b>	<b>Юные пожарные (8ч.)</b>				
1.1	Цели и задачи дружин юных пожарных. Развитие	1	1	0	Наблюдение, опрос

	пожарной охраны и добровольных организаций в России				
1.2	Правила пожарной безопасности в школе и в быту	1	0,5	0,5	Объектовая тренировка (эвакуация из здания школы), наблюдение
1.3	Действия при возникновении пожара	2	1	1	Наблюдение
1.4	Средства противопожарной защиты и тушения пожаров	1	1	0	Опрос
1.5	Первичные средства тушения пожаров	1	0,5	0,5	Наблюдение, опрос
1.6	Первичная доврачебная помощь при пожаре	2	1	1	Наблюдение, опрос, тестирование
<b>2.</b>	<b>Юные инспектора дорожного движения (10ч.)</b>				
2.1	Понятия об участниках дорожного движения	1	0,5	0,5	Наблюдение, опрос
2.2	Правила безопасного поведения на дорогах и улицах «Я пешеход»	1	0,5	0,5	Наблюдение, опрос
2.3	Освоение навыков безопасного движения пешехода и велосипедиста	1	0	1	Наблюдение, опрос
2.4	Правила безопасного дорожного движения пешеходов и автотранспорта	2	1	1	Наблюдение, опрос
2.5	Оказание первой доврачебной помощи пострадавшим в ДТП	2	1	1	Наблюдение
2.6	Профилактика детского дорожного травматизма	1	1	0	Наблюдение, опрос
2.7	Подготовка и проведение игр и конкурсов юных знатоков правил дорожного движения	2	0	2	Практическая работа
<b>3.</b>	<b>Готов к спасению жизни (13ч.)</b>				
3.1	Значение доврачебной помощи. Значение само – и взаимопомощи	1	1	0	Наблюдение, опрос
3.2	Первая помощь при кровотечениях	2	1	1	Наблюдение, опрос
3.3	Первая помощь при ранениях	2	1	1	Наблюдение, опрос
3.4	Первая помощь при переломах	2	1	1	Наблюдение, опрос
3.5	Первая помощь при остановке дыхания и сердечной деятельности	4	1	3	Наблюдение, опрос
3.6	Травматический шок и	2	1	1	Наблюдение, опрос,



	противошоковые мероприятия				тестирование
<b>4.</b>	<b>Занятие – зачёт (3ч.)</b>				
4.1	Итоговое занятие-зачет с элементами практических занятий	3	-	3	Практическая работа
ВСЕГО:		34	15	19	

## *Содержание программы*

### *1 год обучения*

#### **Раздел 1. Юные пожарные**

*1.1. Цели и задачи дружин юных пожарных. Развитие пожарной охраны и добровольных организаций в России.*

Теория: Ознакомление учащихся с историей создания и развития пожарной охраны. Первые попытки организовать борьбу с пожарами при Иване Грозном; развитие пожарной охраны при Петре I; Екатерине II; пожары Москвы; научно-технические достижения в области предупреждения и тушения пожаров; направления деятельности пожарной охраны и добровольных пожарных организаций.

*1.2. Правила пожарной безопасности в школе и в быту*

Теория: Освоение умений и навыков профилактики пожарной безопасности в образовательных и культурно-зрелищных учреждениях, в быту. Правила содержания зданий и помещений, виды и назначение путей эвакуации при пожаре. Движение во время эвакуации. Требования к содержанию эвакуационных путей. Анализ причин гибели людей при пожарах.

Практика: Проверка состояния средств пожаротушения в данном образовательном учреждении. Эвакуация из здания школы.

*1.3. Действия при возникновении пожара*

Теория: Элементарные способы тушения возгораний. Эвакуация из пожарной зоны. Правила действия в случае возникновения пожара. Практическое освоение приёмов тушения возгорания. Освоение навыков эвакуации при пожаре.

Практика: Тренинги по правильному использованию средств пожаротушения.

*1.4. Средства противопожарной защиты и тушения пожаров*

Теория: Освоение знаний и умений в области противопожарной защиты и тушения пожаров. Назначение, область применения автоматических систем пожаротушения и сигнализации. Основные параметры станции пожарной сигнализации, пожарных извещателей. Принцип действия, устройство систем водяного, пенного, газового, порошкового пожаротушения. Назначение и устройство систем оповещения и управления эвакуацией.

*1.5. Первичные средства тушения пожаров*

Теория: Пожарные автомобили и противопожарное оборудование. Виды, назначение, правила содержания и порядок применения первичных средств тушения пожаров. История возникновения и развития огнетушащих веществ. Технические характеристики огнетушащих веществ. Классификация огнетушителей, область их применения. Выбор огнетушащих веществ при тушении различных материалов. Пожарная техника и пожарно-техническое вооружение.

Практика: Тренинги по освоению навыков использования различных средств пожаротушения в быту, в школе и т. д.

#### *1.6. Первичная доврачебная помощь при пожаре*

Теория: Освоение приёмов оказания первой доврачебной помощи. Анатомия и физиология человека. Органы дыхания, значение их для деятельности организма. Сердечно-сосудистая система. Степени ожогов, доврачебная помощь при ожогах. Отравление продуктами горения, первая помощь.

Практика: Тренинги по освоению приёмов оказания первой доврачебной помощи пострадавшим при пожаре.

### **Раздел 2. Юные инспектора дорожного движения**

#### *2.1. Понятия об участниках дорожного движения*

Теория: Элементы улиц и дорог. Дорожная разметка и дорожные знаки, сигналы светофора и регулировщика дорожного движения.

Практика: Практическая работа: изучение действий участников дорожного движения по конкретным дорожным знакам.

#### *2.2. Правила безопасного поведения на дорогах и улицах «Я пешеход»*

Теория: Правила для пешеходов и водителей транспортных средств. Виды перекрёстков и правила разъезда на них. Ответственность за нарушение правил.

Практика: Разбор действий пешеходов и велосипедистов в конкретных дорожных ситуациях.

#### *2.3. Освоение навыков безопасного движения пешехода и велосипедиста*

Практика: Разбор движения пешеходов и водителей транспортных средств на сложных перекрёстках. Правила движения для велосипедистов. Порядок движения группы велосипедистов. Разбор дорожной обстановки на маршруте, определение опасных для движения мест. Особенности устройства велосипеда. Назначение основных частей велосипеда. Физические основы устойчивости двухколёсного велосипеда. Особенности маневрирования на велосипеде в условиях площадки для фигурного вождения велосипеда. Освоение приёмов безопасного падения.

#### *Тема 2.4. Правила безопасного дорожного движения пешеходов и автотранспорта*

Теория: Изучение правил дорожного движения.

Практика: Разбор реальных ситуаций, имеющих место в практике дорожного движения.

#### *Тема 2.5. Оказание первой доврачебной помощи пострадавшим в ДТП*

Теория: Состав и назначение автоаптечки. Классификация возможных травм и первая доврачебная помощь пострадавшим в дорожно-транспортном происшествии (ДТП). Обработка ран и способы остановки кровотечения. Виды перевязочных средств и правила наложения повязок. Правила транспортировки пострадавших.

Практика: Отработка различных приёмов оказания первой доврачебной помощи пострадавшему.

#### *Тема 2.6. Профилактика детского дорожного травматизма*

Теория: Виды и назначение автогородков. Устройство автогородка, назначение его основных элементов и особенности технического оборудования. Разработка маршрутов по схеме безопасного движения и безопасного поведения на занятиях в автогородке.

*Тема 2.7. Подготовка и проведение игр и конкурсов юных знатоков правил дорожного движения*

Практика: Организация утренников, смотров, викторин и соревнований по правилам безопасного дорожного движения. Подготовка конкурса эрудитов по истории транспортных средств и на знание правил дорожного движения.

### **Раздел 3. Готов к спасению жизни**

*Тема 3.1. Значение доврачебной помощи. Значение само – и взаимопомощи*

Теория: Лекция – презентация: «Значение доврачебной помощи. Значение само- и взаимопомощи».

#### *Тема 3.2. Первая помощь при кровотечениях*

Теория: Кровотечения, их виды, характеристика. Гемостаз. Остановка кровотечения. Мероприятия при внутреннем кровотечении.

Практика: Помощь при кровотечениях.

#### *Тема 3.3. Первая помощь при ранениях*

Теория: Раны, их виды, характеристика. Возможные осложнения. Понятия «десмургия». Повязка, перевязка. Виды перевязочного материала. Правила наложения повязок.

Практика: Помощь при ранениях.

#### *Тема 3.4. Первая помощь при переломах*

Теория: Переломы, их основные признаки. Осложнения при переломах. Имobilизация (основные правила).

Практика: Помощь при переломах.

*Тема 3.5. Первая помощь при остановке дыхания и сердечной деятельности*

Теория: Способы искусственного дыхания. Непрямой массаж сердца при остановке сердечной деятельности.

Практика: Помощь при остановке сердечной деятельности и прекращения дыхания.

#### *Тема 3.6. Травматический шок и противошоковые мероприятия*

Теория: Причины травматического шока. Фазы травматического шока. Профилактика шока. Противошоковые мероприятия.

Практика: Отработка противошоковых мероприятий.

#### **Раздел 4. Занятие – зачёт**

*Тема 4.1. Итоговое занятие-зачет с элементами практических занятий*

Практика: Подготовка и проведение научно-практической конференции с элементами практических заданий.

### **1.3. Планируемые результаты**

Учащиеся, прошедшие курс по программе «Школа безопасности» 1 года обучения

*Знают:*

- алгоритмы действий при возникновении опасных ситуаций: оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения, наружных кровотечениях, попадании инородного тела в верхние дыхательные пути, травмах различных областей тела, ожогах, обморожении, отравлениях;

- алгоритмы действий при возникновении опасных ситуаций: при использовании бытовых устройств, приборов, инструментов, средств бытовой химии; при неисправности системы электроснабжения; при пожаре в доме/квартире; при утечке газа; на воде, в туристических походах.

*Умеют:*

- действовать адекватно в сложившейся ситуации;

- чётко и полно сообщать через различные каналы связи о возникновении опасной ситуации взрослым, специализированным службам;

- составлять индивидуальную модель здорового образа жизни;

*Владеют навыками:*

- оказывания само- и взаимопомощи в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера в современных условиях жизнедеятельности

*Предметные, метапредметные, личностные результаты освоения программы*

*Предметные результаты*

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;

- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;

- знание и умение применять правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- умения оказывать первую медицинскую помощь;

- умения применять полученные теоретические знания на практике – принимать обоснованные решения и выработать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

### *Метапредметные результаты*

- овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных ситуаций; обобщать и сравнивать последствия опасных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;
- овладение учащимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;
- формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни;
- приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;
- развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;
- освоение приемов действий в опасных ситуациях;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий опасных ситуаций.

### *Личностные результаты*

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

## **Раздел 2. Комплекс организационно-педагогических условий, включающий формы аттестации**

### **2.1. Календарный учебный график**

Начало учебного года – 1 сентября.

Окончание учебного года – 31 мая.

п/п	Год обучения	Объем учебных часов	Всего учебных недель	Режим работы	Количество учебных дней
	Первый	34	34	1 раза в неделю по 1 часу	34

## **2.2. Условия реализации программы**

### **Материально-техническое обеспечение:**

Для успешной реализации дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы «Школа безопасности» (стартовый уровень) необходимы следующие материально-технические условия:

- помещение для занятий – кабинет ОБЖ Центра «Точка Роста»;
- фотоаппарат;
- доска аудиторная 3-х-элементная – 1 шт.;
- проектор мультимедийный – 1 шт.;
- компьютер портативный (ноутбук) с предустановленным программным обеспечением;
- звуковые колонки – 1 шт.;
- тренажёр-манекен для отработки сердечно-лёгочной реанимации;
- тренажёр-манекен для отработки приемов удаления инородного тела из верхних дыхательных путей;
- набор имитаторов травм и поражений;
- воротник шейный;
- табельные средства для оказания первой медицинской помощи;
- коврик для проведения сердечно-лёгочной реанимации.

#### *Информационное обеспечение*

Для успешной реализации программы разработан учебно-методический комплекс, который включает: календарный учебный график, методические материалы по организации образовательной деятельности, электронные учебные материалы, дидактические разработки, контрольно-оценочные материалы, нормативно-правовое обеспечение.

*Кадровое обеспечение.* Программу реализует педагог дополнительного образования, обладающий профессиональными компетенциями в предметной области, знающий специфику дополнительного образования, имеющий практические навыки в сфере организации работы.

## **2.3. Формы аттестации / контроля**

Оценка качества освоения программы проводится в течение всего времени обучения и осуществляется в виде:

1. *Входного контроля:* проводится первичное тестирование (сентябрь) с целью определения уровня заинтересованности по данному направлению и оценки общего кругозора учащихся.
2. *Промежуточный контроль:* проводится в середине учебного года (декабрь). По его результатам, при необходимости, осуществляется коррекция учебного плана.
3. *Итоговый контроль:* проводится в конце учебного года (май), позволяет оценить результативность обучения учащихся, реализуется в форме итогового занятия.

4. *Текущий контроль*: уровня усвоения материала осуществляется по результатам выполнения учащимися практических заданий в группах и индивидуально.

Для определения уровня освоения предметной области и степени сформированности основных общеучебных компетенций учащихся проводится мониторинг результатов обучения, позволяющий выявить уровень приобретенных знаний, умений, навыков в результате освоения дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы. Мониторинг включает в себя два основных блока оцениваемых параметров: теоретическую и практическую подготовку.

Теоретическая подготовка включает процесс овладения:

- теоретическими знаниями по программе, которые должны соответствовать программным требованиям;
- специальной терминологией по тематике программы.

Практическая подготовка предполагает овладение практическими умениями и навыками, предусмотренными программой.

#### **2.4. Оценочные материалы**

Для проверки эффективности и качества реализации программы применяются различные виды контроля и способы отслеживания результатов:

- входной контроль (опрос);
- текущий контроль (контрольный опрос, практическое задание);
- итоговый контроль (контрольный опрос, практическое задание).

Диагностика результатов деятельности проводится на различных этапах усвоения материала. В процессе обучения применяются универсальные способы отслеживания результатов: тестирование, анализ выполнения практических заданий, опрос, тестирование.

#### **2.5. Методические материалы**

Форма обучения – очная, с возможностью применения дистанционных технологий.

Данная программа объединяет и включает в себя многообразие методов и приёмов и на практике они могут быть реализованы в комплексе:

- *словесные*: (рассказ, объяснение, беседа) применяется при объяснении теоретического материала по темам курса, для объяснения применения материала и методики исследования;
- *наглядные*: в процессе обучения используются наглядные пособия, что помогает освоению учебного материала. Просмотр видеофильмов и презентаций делает обучение более информативным и интересным, расширяет кругозор учащихся, как на предметном, так и межпредметном уровне.
- *практические*: в процессе обучения учащиеся выполняют практические задания по каждому из разделов и тем программы; необходимы при

отработке навыков и умений оказания первой помощи пострадавшим, проведении эксперимента или исследования.

- *творческое проектирование* является очень эффективным, так как помогает развить самостоятельность, познавательную деятельность и активность обучающихся.

- *исследовательская деятельность* помогает развить у учащихся наблюдательность, логику, самостоятельность в выборе темы, целей, задач работы, проведении опытов и наблюдений, анализе и обработке полученных результатов.

- здоровьесберегающие технологии (чередование видов деятельности, регулирование соотношения теоретического и практического материалов, динамические паузы, физминутки).

Основной формой обучения является учебное *занятие*.

Учебные занятия включают *теоретическую часть* подачи учебного материала и *практическую часть*.

*Теоретическая часть* включает информационно-просветительский материал по разделам и темам программы, то есть включены необходимые сведения о пожарах: виды пожаров, правила пожарной безопасности в школе и в быту, действия при возникновении пожара, средства противопожарной защиты и тушения пожаров, первичная доврачебная помощь при пожаре; понятия об участниках дорожного движения, правила безопасного поведения на дорогах и улицах, оказание первой доврачебной помощи пострадавшим в ДТП; кровотечение (виды, способы остановки), ранения (виды, первая помощь при ушибах, укусах, ожогах, отравлениях), переломы (виды переломов, первая помощь при переломах, способы транспортировки пострадавшего, изготовление носилок), шок и противошоковые мероприятия.

*Практическая часть* предполагает отработку практических навыков безопасного поведения в повседневной жизни.

В зависимости от дидактических целей занятия строятся как:

- Изучение нового материала.
- Занятия по закреплению и систематизации знаний, умений навыков детей.
- Проверочные занятия (в конце полугодия). Комплексные.

### Список рекомендуемой литературы

#### **Основная литература:**

- для педагога:

1. Конституция РФ.
2. Федеральный Закон РФ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».
3. Федеральный Закон РФ «О гражданской обороне».



4. Федеральный Закон РФ «Об аварийно-спасательных службах и статусе спасателей».
5. Федеральный Закон РФ «О пожарной безопасности».
6. Федеральный Закон РФ «Об обороне»
7. Постановление Правительства РФ «О порядке подготовки населения в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций».
8. Справочник спасателя.
9. Пучков В.А. Гражданская защита: энциклопедический словарь/под общей редакцией В.А.Пучкова. М.: ДЭКС-ПРЕСС, 2015. 706 с.
10. Мишин Б.И., Юрьева М.В. Основы безопасности жизнедеятельности: учебник для 6 класса общеобразовательных учреждений / под ред. Ю.Л. Воробьева. М.: АСТ и Астрель, 2014. 224 с.
11. Виноградова Н.Ф., Смирнов Д.В., Сидоренко Л.В.: Основы безопасности жизнедеятельности: учебник. 5-7 классы. М.: Вентана - Граф, 2021. 160 с.
12. Журнал. Основы безопасности жизни: программные и методические материалы / под ред. А.Т. Смирнова. М.: «Русский журнал», 2012.
13. Пивоваров И.А., Буланова А.Б., Осипова В.Н. Допризывная подготовка и военно-патриотическое воспитание молодежи: учебно-методическое пособие для руководителей образовательных организаций, преподавателей-организаторов ОБЖ и БЖ по организации обучения граждан Российской Федерации начальным знаниям в области обороны и военно-патриотического воспитания в организациях среднего общего, среднего профессионального образования и учебных центрах допризывной подготовки и военно-патриотического воспитания молодежи / под ред. А.И. Пивоварова. Саратов: ГАУ ДПО «СОИРО», 2017. 132 с.
14. Завьялов В.Н., Гоголев М.И., Мордвинов В.С. Медико – санитарная подготовка учащихся: учебник для средних учебных заведений / под редакцией П.А. Курцева. М: Просвещение. 1988. 118 с.
15. Микрюков В.Ю. Основы военной подготовки: учебно-методические материалы / под ред. М.М. Жукова, М.И. Нефедьева. Тула: Кнорус, 2021. 230 с.
16. Гостюшин А.В. Энциклопедия экстремальных ситуаций. М.: Зеркало, 1994. 252 с.
17. Правила поведения и действия населения при стихийных бедствиях, авариях, катастрофах: электронное пособие <https://kosino-uhomski.mos.ru/>
18. Цвилюк Г.Е. Школа безопасности: пособие по выживанию / под ред. Г.Цвилюка. М.: ЭКСМО, 2002. 175 с.
19. Арефьев В. Е. Введение в туризм: учебное пособие. Барнаул: Алт. ун-та, 2002. 281 с.

- для учащихся

1. Радзиевская Л.И. Ты один дома. С-П: ОНИКС-СПб, 2006. 16 с.
2. Соковня, И. Я не растяпа. «Не трогай меня!»: пособие для работы со школьниками. М.: Просвещение, 2015. 24 с.

3. Астахов П.А. Будь осторожен. Я и улица. М.: Эксмо, 2019. 96 с.
4. Фролов М.П. Спиридонов В.Ф. Безопасность на улицах и дорогах: учебное пособие / под ред. М.П. Фролова. М.: Эксмо, 2009. 96 с.
5. Дмитрук В.П. Правила дорожного движения для школьников. Ростов н/Дону: Феникс, 2005. 155 с.
6. Смирнов А.Т., Аюбов Э.Н., Дурнев Р.А. Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / под ред. А.Т. Смирнова. М.: «Просвещение», 2007. 224 с.
7. Попова Г.П. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-8 классы: школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками / под ред. Г.П.Поповой. Волгоград: Учитель, 2005. 120 с.
8. Идея патриотизма в системе воспитания подрастающего поколения: сборник материалов Всерос. науч.-практ. конф. (Краснодарский край, с. Сукко; Всероссийский детский центр «Смена», 16–18 апреля 2019 г.). Пенза: ПГУ, 2019. 260 с.
9. Министерство образования и науки РФ. Воспитываем патриотов: методический сборник по организации работы по патриотическому воспитанию обучающихся общеобразовательных организаций. Уфа, 2016. 107 с.
10. Данишина С.А., Стерхова Р.К. Технологии патриотического воспитания школьников: учебно - методическое пособие / под ред. С. А. Данышиной. Ижевск: Издательский центр «Удмуртский университет», 2016. 104 с.
11. Министерство образования и науки РФ. Воспитываем патриотов: методический сборник по организации работы по патриотическому воспитанию обучающихся общеобразовательных организаций. Уфа, 2016. 104 с.
12. Современная допризывная подготовка молодёжи: электронный ресурс. <http://sodpm.ru/>

### ***Интернет-ресурсы:***

1. <http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности);
2. <http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1583/index.htm> Первые шаги граждан в чрезвычайных ситуациях (памятка о правилах поведения граждан в чрезвычайных ситуациях)
3. <http://www.spas-extreme.ru/> Портал детской безопасности
4. <http://b23.ru/hsb9> Учебные атласы по медицинской подготовке.
5. [www.rusolymp.ru](http://www.rusolymp.ru) Всероссийская олимпиада школьников, в т.ч. по основам безопасности жизнедеятельности.
6. <http://www.km-school.ru/> Мультипортал компании «Кирилл и Мефодий»
7. <http://www.fcgsen.ru> Охрана труда и техника безопасности
8. <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания
9. <http://www.goodlife.narod.ru> Все о пожарной безопасности

10. <http://www.0-1.ru> Охрана труда. Промышленная и пожарная безопасность. Предупреждение чрезвычайных ситуаций
11. <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь
12. Электронный тесты проверь себя:
  1. <http://b23.ru/hsoy>
  2. <http://b23.ru/hso0>
  3. <http://b23.ru/hso7>
  4. [http://umc.ucoz.com/index/testy\\_po\\_obzh\\_5\\_klass/0-42](http://umc.ucoz.com/index/testy_po_obzh_5_klass/0-42)
13. Онлайн-тестирования
  1. <http://onlinetestpad.com/ru-ru/Category/> онлайн – тесты
  2. <http://easyen.ru/> сайт

## Приложение 1

*Календарный учебный план  
дополнительной общеобразовательной общеразвивающей программы  
«Школа безопасности»*

№ п/п	Дата провед. план	Дата провед. факт.	Форма занятия	Кол-во часов	Тема занятия, место проведения для экскурсий, полевых выходов, занятий на спортивных площадках и т.п.
<b>Раздел 1. Юные пожарные</b>					
1.				1	Цели и задачи дружин юных пожарных. Развитие пожарной охраны и добровольных организаций в России
2.			Объектовая тренировка	1	Правила пожарной безопасности в школе и в быту
3-4.			практикум	2	Действия при возникновении пожара
5.				1	Средства противопожарной защиты и тушения пожаров
6.			практикум	1	Первичные средства тушения пожаров
7-8.			практикум	2	Первичная доврачебная помощь при пожаре
<b>Раздел 2. «Юные инспектора дорожного движения»</b>					
9.				1	Понятия об участниках дорожного движения
10.				1	Правила безопасного поведения на дорогах и улицах «Я пешеход»
11.				1	Освоение навыков безопасного движения пешехода и велосипедиста
12-13.			практикум	2	Правила безопасного дорожного движения пешеходов и автотранспорта
14-15.			практикум	2	Оказание первой доврачебной помощи пострадавшим в ДТП
16.				1	Профилактика детского дорожного травматизма
17-18.			Практическая работа	2	Подготовка и проведение игр и конкурсов юных знатоков правил дорожного движения
<b>Раздел 3. «Готов к спасению жизни»</b>					
19.				1	Значение доврачебной помощи. Значение само – и взаимопомощи
20-21.			практикум	2	Первая помощь при кровотечениях
22-23.			практикум	2	Первая помощь при ранениях
24-25.			практикум	2	Первая помощь при переломах

26-29.			практикум	4	Первая помощь при остановке дыхания и сердечной деятельности
30-31.			практикум	2	Травматический шок и противошоковые мероприятия
<b>Раздел 4. «Занятие – зачёт»</b>					
32-34.			Практическая работа	3	Итоговое занятие-зачет с элементами практических занятий

Практические задания и контрольные вопросы  
1 год обучения

**Раздел 1. «Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях»**

***Правила безопасного поведения в быту***

1. Какие службы входят в систему обеспечения безопасности города?  
Выберите правильные ответы.

- а) «Скорая помощь»;
- б) служба городского пассажирского транспорта;
- в) пожарная охрана;
- г) служба спасения;
- д) городская справочная служба;
- е) служба связи;
- ж) служба газа;
- з) милиция;
- и) служба погоды.

*Правильный ответ: (а; в; г; ж; з)*

2. Укажите, какие данные и в какой последовательности необходимо назвать при вызове по телефону службы безопасности: а) свои имя и фамилию;

- б) имя и фамилию свою и проживающих в квартире;
- в) номер телефона и адрес;
- г) адрес местожительства и номера рядом расположенных домов;
- д) причину вызова.

*Правильный ответ: (д; а; в)*

3. Из предложенных вариантов выберите основные причины возникновения опасных ситуаций в квартире (доме):

- а) отключение электроэнергии;
- б) неправильное обращение с техникой и бытовыми приборами;
- в) отсутствие аварийного освещения;
- г) неосторожное обращение с огнем;
- д) отсутствие сигнализации;
- е) криминогенные ситуации;
- ж) небрежность;
- з) выключенные радиоприемник или электроплита.

*Правильный ответ: (б; г; е; ж)*

***Правила пожарной безопасности и поведения при пожаре***

1. Определите из приведенных ниже основные причины пожаров в жилых зданиях:

- а) нарушение правил безопасности при пользовании электро- бытовыми и электронагревательными приборами;
- б) отсутствие первичных средств пожаротушения;
- в) неосторожное обращение с огнем;
- г) неисправность внутренних пожарных кранов;
- д) нарушение правил хранения и использования горючих и легковоспламеняющихся жидкостей;
- е) беспечность и небрежность при обращении с огнем;
- ж) неисправность телефонной связи;
- з) утечка газа;
- и) неосторожное обращение с пиротехническими изделиями;
- к) неисправность системы водоснабжения.

*Правильный ответ:* (а; в; д; е; з; и)

2. Что необходимо сделать, если в квартире начался пожар? Укажите правильные ответы в необходимой последовательности:

- а) попытаться потушить огонь, используя первичные средства пожаротушения;
- б) открыть окно для удаления дыма;
- в) немедленно покинуть помещение, плотно закрыв за собой дверь;
- г) позвонить на работу родителям и сообщить о пожаре;
- д) позвать на помощь взрослых;
- е) если нет взрослых, позвонить в пожарную охрану и сообщить о пожаре.

*Правильный ответ:* (в; д; е)

3. Что запрещается делать при пожаре в квартире? Выберите правильные ответы:

- а) выходить через задымленную лестничную площадку и пользоваться лифтом;
- б) при выходе по незадымлённой лестнице держаться за стены и поручни;
- в) выпрыгивать из окна, спускаться по водосточным трубам и стокам при помощи простыней и веревок;
- г) при увеличении концентрации дыма передвигаться пригнувшись или ползком;
- д) открывать двери и окна и тушить огонь до вызова пожарной охраны;
- е) сообщать о пожаре в пожарную охрану пока об этом не сообщено родителям на работу;
- ж) гасить водой включенные в сеть электроприборы;
- з) при эвакуации из задымленного помещения пользоваться переносным карманным фонариком.

*Правильный ответ:* (а; в; д; ж)

4. Для приведения огнетушителя ОП-10 в действие необходимо:

- а) прочистить спрыск (отверстие);
- б) перевернуть огнетушитель вверх дном и встряхнуть;
- в) поднять рукоятку до отказа на 180 градусов;
- г) поднести огнетушитель к очагу пожара;

д) направить струю на очаг загорания;

Разместите указанные действия в необходимой последовательности.

*Правильный ответ:* (г; а; в; б; д)

5. Для приведения в действие огнетушителя ОУ необходимо:

- а) направить раструб на пламя;
- б) сорвать пломбу и выдернуть чеку;
- в) прочистить раструб;
- г) нажать на рычаг;
- д) взяться за раструб рукой и придерживать его.

*Правильный ответ:* (б; а; г)

6. При работе с углекислотным огнетушителем ОУ не разрешается:

- а) держать огнетушитель в вертикальном положении;
- б) держать огнетушитель в горизонтальном положении или переворачивать головкой вниз;
- в) прикасаться оголенными частями тела к раструбу;
- г) прикасаться к раструбу руками, на которые одеты защитные перчатки или рукавицы;
- д) при тушении электроустановок, находящихся под напряжением, подводить раструб ближе, чем на один метр, к электроустановке и пламени.

*Правильный ответ:* (б; в; д)

7. Вы пьете чай, смотрите телевизор. Дверь комнаты закрыта. Вдруг вы почувствовали запах дыма. Открыв дверь, вы увидели что с кухни валит дым и уже начинает заполнять всю квартиру. Дышать практически невозможно. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) вбежать или заглянуть на кухню и посмотреть что горит;
- б) быстро вернуться обратно и закрыть дверь в комнату;
- в) пригнувшись выходить из квартиры;
- г) подойти к телефону и вызвать пожарных;
- д) взять шарф или просто кусок ткани, чтобы сделать повязку на лицо, если есть возможность, смочить ее водой и прижать к лицу так, чтобы она закрывала нос и рот; е) налить воды в чайник и начать тушить;
- ж) зайти к соседям и вызвать пожарных.

*Правильный ответ:* (б; д; в; ж)

8. Вы сидите дома и слушаете музыку. Через некоторое время из розетки, в которую вы включили магнитофон, начинает идти дым, и она трещит. Вилка не вытаскивается. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) взять отвертку и починить розетку;
- б) позвонить родителям;
- в) обрезать провод;
- г) отключить электричество;



- д) взять чайник с водой и залить дымящуюся розетку; е) открыть окно, чтобы было чем дышать;
- ж) накрыть магнитофон плотным пледом и полить сверху водой (если он дымится).

*Правильный ответ:* (г; ж; б)

9. Придя вечером из школы, вы обнаружили, что из-под двери вашей квартиры идет дым. Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) войти в квартиру и узнать причину задымления;
- б) взять у соседей ведро и потушить огонь;
- в) пойти к соседям и позвонить 01;
- г) позвонить родителям.

*Правильный ответ:* (в; г)

10. Вы идете вечером из школы и замечаете, что из подвала вашего дома идет дым, и из него выбегают дети. Выберите из предлагаемых вариантов действий правильный:

- а) подойти и спросить, что там дымит;
- б) войти внутрь и посмотреть, что горит;
- в) пойти домой и позвонить в пожарную охрану.

*Правильный ответ:* (в)

11. Во время просмотра телепередачи загорелся телевизор. Что необходимо сделать в этом случае? Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) взять ведро с водой и залить пламя;
- б) обесточить телевизор или полностью отключить электропитание в квартире;
- в) сообщить о возгорании в пожарную охрану;
- г) если телевизор взорвался, и пожар усилился, открыть окно и попытаться сбить пламя;
- д) если пожар усилился, покинуть помещение, закрыв двери и окна;
- е) если после отключения телевизор продолжает гореть, накрыть его плотной тканью, одеялом.

*Правильный ответ:* (б, е, д, в)

### ***Основные мероприятия гражданской обороны по защите населения, проводимые в мирное время***

1. Сирены и прерывистые гудки предприятий и транспортных средств означают сигнал оповещения:

- а) «Внимание всем!»;
- б) «Внимание! Опасность!»;
- в) «Тревога».

*Правильный ответ:* (а)

2. Вы играли с друзьями на улице. Вдруг на заводах и предприятиях зазудели гудки. В жилом районе включили сирену. Ваши действия:

- а) немедленно пойти домой и уточнить у родителей или соседей, что произошло в микрорайоне, городе, стране;
- б) продолжить игру, не обращая внимания на происходящее вокруг вас;
- в) пойти домой, включить радио или телевизор на местной программе, выслушать информацию и выполнить содержащиеся в ней указания.

*Правильный ответ:* (в)

3. Находясь дома одни, вы вдруг слышите прерывистые гудки предприятий и машин. Ваши действия:

- а) это сигнал «Внимание всем!». Услышав его, вы немедленно включите телевизор, радиоприемник и будете слушать сообщение;
- б) немедленно покинете помещение и спуститесь в убежище;
- в) это сигнал «Радиоактивная опасность». Вы плотно закроете все форточки и двери.

*Правильный ответ:* (а)

4. Во время урока вы отсутствовали в классе. В школе объявили экстренную эвакуацию. Ваши действия:

- а) постараетесь найти свой класс;
- б) соберете свои вещи и пойдете домой;
- в) спросите разрешение у преподавателя школы и эвакуируетесь с другим классом.

*Правильный ответ:* (в)

5. При объявлении эвакуации граждане обязаны взять с собой:

- а) личные вещи;
- б) хозяйственные принадлежности (стирающие, моющие и чистящие средства, посуду и т.д.);
- в) спальные принадлежности;
- г) документы;
- д) продукты питания;
- е) туалетные принадлежности (мыло, зубную щетку, зубную пасту и т.п.);
- ж) необходимый ремонтный инструмент (молоток, пассатижи, отвертка, топор и т.п.);
- з) средства индивидуальной защиты.

*Правильный ответ:* (а; г; д; е; з)

6. Назовите, какие из нижеприведенных документов не обязательно брать с собой при эвакуации:

- а) свидетельство о рождении;
- б) справка о месте жительства;
- в) паспорт;
- г) военный билет;
- д) водительское удостоверение;
- е) страховой медицинский полис;
- ж) диплом об образовании.

*Правильный ответ:* (б; е)

7. Запас продуктов питания при эвакуации берется на:

- а) 1-2 дня;
- в) 3-4 дня;
- б) 2-3 дня;
- г) 4-5 дней.

*Правильный ответ:* (б)

8. Перечислите, что обязательно необходимо сделать в квартире перед убытием на сборный эвакуационный пункт:

- а) закрыть окна и форточки;
- б) забить окна и форточки досками;
- в) вывернуть все электролампочки;
- г) отключить все осветительные и электронагревательные приборы;
- д) все вещи с балкона (лоджии) и коридоров внести в комнату;
- е) закрыть краны водопроводной и газовой сетей;
- ж) произвести влажную уборку помещений;
- з) закрыть квартиру на замок.

*Правильный ответ:* (а; г; е; з)

9. Назовите, какие средства индивидуальной защиты защищают органы дыхания:

- а) противогаз, респиратор, ватно-марлевая повязка;
- б) костюм Л-1 и ОЗК.

*Правильный ответ:* (а)

10. Определите, какой размер шлем-маски ГП-7 выбрать ученику, если охват его головы равен 66 см.:

- а) номер 1;
- б) номер 2;
- в) номер 0;
- г) номер 3;
- д) номер 5.

*Правильный ответ:* (б)

11. Назовите, при каких условиях противогаз носится в положении «наготове»

- а) по сигналу воздушная тревога»;
- б) при угрозе заражения, после информации по радио или по команде «Противогазы готовы!»;
- в) при условии, когда обнаружены признаки применения отравляющих веществ (ОВ) или иного заражения.

*Правильный ответ:* (б)

12. Противогаз снимается по команде:

- а) «Снять противогаз!»;
- б) «Отбой!»;
- в) «Противогаз снять!»;
- г) «Противогаз - в сумку»

*Правильный ответ:* (в)

13. Противогаз служит для защиты органов дыхания, лица и глаз:

- а) от отравляющих веществ;
- б) от радиоактивных веществ;

- в) от бактериальных средств;
- г) от высоких температур внешней среды.

В приведенной цепочке допущена ошибка, найдите ее.

*Правильный ответ:* (г)

14. В комплект детского противогаза ПДФ-2Ш входят:

- а) фильтрующе-поглощающая коробка;
- б) коробка;
- в) лицевая часть
- г) головной убор;
- д) коробка с не запотевающими пленками;
- е) сумка для переноски противогаза.

В приведенной цепочке допущена ошибка, найдите ее.

*Правильный ответ:* (б)

15. Противогаз ПДФ-Ш предназначен для детей и подростков возраста:

- а) от 5 до 17 лет;
- б) от 7 до 17 лет;
- в) от 10 до 17 лет.

*Правильный ответ:* (в)

16. К простейшим средствам защиты органов дыхания относятся:

- а) фильтрующие гражданские противогазы;
- б) фильтрующие промышленные противогазы;
- в) ватно-марлевая повязка (ВМП);
- г) изолирующие противогазы;
- д) фильтрующие детские противогазы;
- е) противопыльная тканевая маска (ПТМ).

*Правильный ответ:* (в; е)

17. Противогаз носится в положении:

- а) «походном»;
- г) «боевом»;
- б) «рабочем»;
- д) «защитном»;
- в) «наготове»;

Найдите ошибки в приведенной цепочке.

*Правильный ответ:* (б; д)

18. Установите последовательность действий при переводе противогаза в «боевое» положение:

- а) снять головной убор, зажать между коленями или положить рядом;
- б) задержать дыхание и закрыть глаза;
- в) вынуть из сумки и надеть шлем-маску;
- г) надеть головной убор, застегнуть сумку и закрепить ее на туловище;
- д) сделать полный выдох, открыть глаза и возобновить дыхание.

*Правильный ответ:* (б; а; в; д; г)

## **Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи**

### ***Вопросы для проверки качества усвоения материала***

1. Какие вам известны виды повреждений и их признаки?
2. В каких случаях получивший ранение человек нуждается в медицинской помощи?
3. Чем и как обработать мелкие ссадины, порезы, ранки?
4. Какое кровотечение называется наружным, а какое внутренним?
5. К какому виду можно отнести кровотечение, если кровь из раны вытекает непрерывно, спокойно и имеет темный цвет?
6. Каковы правила оказания первой медицинской помощи при кровотечениях?
5. Каковы правила оказания первой медицинской помощи при ожогах?
7. Какие вам известны способы временной остановки кровотечения?
8. Для каких целей предназначена давящая повязка?
9. Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки?
10. В каких местах нужно прижать артерию, чтобы остановить кровотечение?
11. Как правильно наложить жгут при повреждении крупных артериальных сосудов при ранении ног и рук?
12. При кровотечении из руки или ноги врачи рекомендуют поднять руку или, соответственно, ногу. Как вы думаете, зачем?
13. Как правильно использовать индивидуальный перевязочный пакет?
14. Как вы думаете, почему при кровотечении из носа, кроме оказания конкретной помощи, пострадавшего важно успокоить?

### ***Тесты***

#### ***Общая характеристика повреждений***

1. Повреждение целостности тканей и нарушение функций, сопровождающееся местной или общей реакцией организма, вызванное воздействием на человека одного или одновременно нескольких факторов внешней среды (механических тепловых, холодных, химических, радиационных), это:

- а) рана;
- б) травма;
- в) ушиб.

*Правильный ответ: (б)*

2. К закрытым повреждениям относятся:

- а) вывихи;
- б) растяжения;
- в) царапины.

3. Если кровотечение сопровождается излиянием крови во внутренние органы, полости и ткани, то оно называется:

- а) полостным;
- б) внутренним;
- в) закрытым;
- г) наружным.

*Правильный ответ:* (б)

4. Из приведенных примеров выберите те, которые характеризуют венозное и артериальное кровотечения:

- а) кровь алого цвета вытекает из раны пульсирующей струей;
- б) кровь сочится по всей поверхности тела и ее трудно остановить;
- в) кровь имеет темный цвет, не пульсирует, вытекает из раны спокойно, непрерывно. *Правильный ответ:* (венозное – в, артериальное – а)

5. Артериальное кровотечение возникает: а) при поверхностном ранении в случае повреждения сосуда;

- б) при неглубоком ранении в случае повреждения любого из сосудов;
- в) при повреждении какой-либо артерии при глубоком ранении.

*Правильный ответ:* (в)

6. При несчастных случаях, стихийных бедствиях и катастрофах чаще всего имеют место:

- а) артериальное кровотечения
- б) капиллярные кровотечения
- в) смешанные кровотечения;
- г) венозное кровотечения.

*Правильный ответ:* (в)

7. Что необходимо сделать с раной перед наложением давящей повязки? Выберите правильный вариант ответа:

- а) промыть рану водой и обработать ее зеленкой;
- б) обработать рану йодом;
- в) обработать рану перекисью водорода или слабым раствором марганцовки.

*Правильный ответ:* (в)

8. Способ остановки кровотечения приданием возвышенного положения поврежденной конечности главным образом применяется:

- а) при любых ранениях конечности;
- б) при смешанном кровотечении;
- в) при поверхностных ранениях в случае венозного кровотечения.

*Правильный ответ:* (в)

9. Пострадавшего необходимо направить в медицинское учреждение, если носовое кровотечение не удастся остановить в течение:

- а) 1 часа; б) 20-30 мин.; в) 30-40 мин.

*Правильный ответ:* (в)

### ***Первая медицинская помощь при травмах и острых состояниях***

1. Как правильно оказать помощь другу (подруге) при кровотечении из носа? Выберите из предлагаемых вариантов ответов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) сказать другу, чтобы он стоял, запрокинув голову назад, и не шевелился;
- б) усадить друга, наклонив его туловище вперед;
- в) измерить температуру и дать обезболивающее;
- г) смочить кусочки ваты раствором перекиси водорода и ввести их в носовые ходы; д) положить на спинку носа холод;
- е) плотно прижать крылья носа к перегородке на 5-10 минут.

*Правильный ответ:* (б; д; е; г)

2. Как правильно оказать помощь при глубоком и обширном ранении? Выберите из предлагаемых вариантов ваши дальнейшие действия и определите их очередность:

- а) успокоить пострадавшего, дать ему успокоительное лекарство;
- б) продезинфицировать рану;
- в) обеспечить неподвижность поврежденной части тела;
- г) измерить температуру;
- д) остановить кровотечение;
- е) наложить стерильную повязку;
- ж) доставить пострадавшего в травматологический пункт;
- з) перед отправкой в травматологический пункт дать пострадавшему обезболивающее средство.

*Правильный ответ:* (д; б; е; в; з; ж)

3. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи пострадавшему при легком поражении электрическим током (если не произошло остановки сердца и дыхания):

- а) создать покой пострадавшему;
- б) обследовать пострадавшего;
- в) прекратить действие электрического тока на пострадавшего;
- г) принять меры к доставке пострадавшего в лечебное заведение или вызвать «Скорую помощь»;
- д) дать пострадавшему болеутоляющее и сердечные средства.

4. Определите последовательность оказания первой медицинской помощи пострадавшему при тяжелых поражениях электрическим током, сопровождающихся остановкой дыхания и сердца:

- а) принять меры к доставке пострадавшего в лечебное заведение;
- б) прекратить действия электрического тока;
- в) срочно приступить к реанимации (искусственное дыхание и непрямой массаж сердца);
- г) если пострадавший пришел в сознание, напоить его теплым питьем и тепло укрыть; д) обследовать пострадавшего.

*Правильный ответ:* (б; д; в; г; а)

5. Немедленное прекращение действия электрического тока является одним из важных моментов при оказании пострадавшему первой медицинской помощи. Из приведенных ниже способов прекращения действия электрического тока выберите правильные:

- а) отключить ток, используя выключатель, или поворотом рубильника;
- б) отключить ток путем вывинчивания пробок;
- в) отбросить от пострадавшего электропровод одной рукой;
- г) отбросить от пострадавшего провод двумя руками;
- д) отбросить провод сухой палкой;
- е) отбросить провод предметом, не проводящим электрический ток;
- ж) намотать на руку тряпку и быстро отбросить провод.

*Правильный ответ:*(а; б; д; е)

### **Раздел 3. Основы здорового образа жизни**

#### ***Вопросы для проверки качества усвоения материала***

1. Какое воздействие оказывает движение на организм человека в период его роста и развития?
2. Какие функции осуществляют скелет и мышцы человека?
3. В каком возрасте обычно завершается полное развитие опорно-двигательного аппарата человека?
4. Какие виды движения вы знаете?
5. Какие изменения в организме человека могут произойти в результате недостатка движения?
6. Что вы представляете под понятием «осанка человека»?
7. Как называется искривление позвоночника в правую или левую сторону?
8. В чем нужно носить школьные принадлежности и почему?
9. Как различаются фигуры мальчиков и девочек в 12-13 летнем возрасте?
10. Почему рекомендуется ежедневно принимать душ утром и перед сном?



11. Какую функцию в организме выполняют сальные железы?
12. Какие средства могут помочь при небольших высыпаниях угрей?
13. для чего предназначены потовые железы?
14. Почему в подростковом возрасте необходимо очень внимательно заботиться о своем здоровье?
15. Зачем делают зарядку и чем она полезна?

### ***Тесты***

1. Для осуществления движения в организме человека с первых дней его развития формируется:

- а) центральная нервная система;
- б) сердечно-сосудистая система;
- в) опорно-двигательный аппарат.

*Правильный ответ:*(в)

2. В состав опорно-двигательного аппарата входит:

- а) система кровообращения;
- б) костная и мышечная система;
- в) сердечнососудистая система.

*Правильный ответ:*(б)

3. Полное развитие костно-мышечной системы человека заканчивается:

- а) к 16-18 годам;
- б) к 18-20 годам;
- в) к 20-24 годам;
- г) к 25-28 годам.

*Правильный ответ:*(в)

4. Гиподинамия, это:

- а) недостаток движения;
- б) избыток движения;
- в) физическое перенапряжение организма.

*Правильный ответ:*(а)

5. Последствием недостатка движения является:

- а) ухудшение памяти и внимания;
- б) ухудшение кровообращения, дыхания и пищеварения
- в) ухудшение сна;
- г) снижение силы сокращения мышц;
- д) полная остановка роста;
- е) некоторое улучшение работоспособности;
- ж) частичная потеря слуха;

з) снижение умственной и физической деятельности.

*Правильный ответ:* (а; б; г; з)

6. Искривление позвоночника в правую или левую сторону, это:

- а) заболевание костей скелета;
- б) сколиоз;
- в) заболевание мышц.

*Правильный ответ:*(б)

7. Каких необходимо придерживаться правил при работе сидя, чтобы сохранять правильную осанку?

- а) сидеть так, чтобы грудная клетка опиралась на край стола;
- б) сидеть прямо;
- в) сидеть, опираясь левым локтем на стол;
- г) плечи должны находиться на одном уровне;
- д) грудная клетка и голова должны держаться прямо, лишь немножко наклоняясь вперед;
- е) сиди за столом голова должна быть наклонена как можно ближе к плоскости (крышке) стола;
- ж) ноги должны быть вытянуты под столом и опираться пятками на пол;
- з) ноги должны быть согнуты в коленях под прямым углом, а ступни опираться на пол;
- и) руки должны свободно лежать на столе.

*Правильный ответ:* (б; г; д; з; и)

8. Перечислите, что необходимо использовать для переноски школьных принадлежностей, чтобы не было искривления позвоночника и была правильная осанка:

- а) портфель;
- б) школьный рюкзак;
- в) сумку;
- г) дипломат;
- д) ранец.

*Правильный ответ:* (б; д)

#### **Интернет-ресурсы:**

1. <http://www.obzh.info> информационный веб-сайт (обучение и воспитание основам безопасности жизнедеятельности);
2. <http://www.novgorod.fio.ru/projects/Project1583/index.htm> Первые шаги граждан в чрезвычайных ситуациях (памятка о правилах поведения граждан в чрезвычайных ситуациях)
3. <http://www.spas-extreme.ru/> Портал детской безопасности

4. <http://b23.ru/hsb9> Учебные атласы по медицинской подготовке.
5. [www.rusolymp.ru](http://www.rusolymp.ru) Всероссийская олимпиада школьников, в т.ч. по основам безопасности жизнедеятельности.
6. <http://www.km-school.ru> Мультипортал компании «Кирилл и Мефодий»
7. <http://www.fcgsen.ru> Охрана труда и техника безопасности
8. <http://anty-crim.boxmail.biz> Искусство выживания
9. <http://www.goodlife.narod.ru> Все о пожарной безопасности
10. <http://www.0-1.ru> Охрана труда. Промышленная и пожарная безопасность. Предупреждение чрезвычайных ситуаций
11. <http://www.hsea.ru> Первая медицинская помощь
12. Электронный тесты проверь себя:
  1. <http://b23.ru/hsoy>
  2. <http://b23.ru/hso0>
  3. <http://b23.ru/hso7>
  4. [http://umc.ucoz.com/index/testy\\_po\\_obzh\\_5\\_klass/0-42](http://umc.ucoz.com/index/testy_po_obzh_5_klass/0-42)
13. Онлайн-тестирования
  1. <http://onlinetestpad.com/ru-ru/Category/> онлайн – тесты
  2. <http://easyen.ru/> сайт