

Утверждаю
Директор ГУ
« Гимназия №3 для одаренных детей»
К.Куспекова

02.09.2025 год

Образовательная программа по «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»

для 1-11 классов уровня общего среднего образования по обновленному содержанию 2018 года

25.06-30.07. 2018г.

Виктор Леонидович Яковенко - Ведущий специалист методической службы издательств г.Кокшетау
Куптилеуова Сянзия Кантуреевна – СНС НАО им.И.Алтынсарина г.Астана

Учебная программа обновленного содержания образования претерпела изменения и отличается от учебной программы 1998 года. Материалы разделов программы обновленного содержания образования представлены так, чтобы дать учащимся как можно больше самостоятельности в исследовательской и поисковой работе, проведении различных экспериментов и выражения своих творческих идей. Одной из особенностей обновленной программы является самостоятельная подготовка презентации своих работ после каждого раздела. Все виды самостоятельной деятельности ученика направлены на развитие функциональной грамотности, чтобы он мог применять полученные знания, умения и навыки в повседневной жизни. При выполнении практической работы в каждом разделе, данный вид деятельности дан как примерный. Учитель вправе, исходя из имеющихся материалов, инструментов и оборудования, предложить учащимся на основе выполнения примерного изделия разработать аналогичное.

Первый раздел «Безопасность и защита в чрезвычайных ситуациях» заменен на раздел **«Безопасность и защита человека»** и он предусмотрен в каждом разделе обновленного содержания при изучении новой темы и проведении практических работ.

Второй раздел «Основы медицинских знаний и охраны здоровья детей» заменен на разделы **«Основы здоровья и здорового образа жизни» в 1-4 классах и «Основы медицинских знаний».** С 5-го класса включены такие разделы, как «Опасности природного характера», «Опасности техногенного характера», «Экстремальная ситуация и безопасность», «Гражданская защита».

Раздел по основам безопасности жизнедеятельности и информационных технологии предусматривает в 10 классе занятия по гражданской защите и основам медицинских знаний, он включает материал о мероприятиях, осуществляемых в мирное и военное время по защите населения Республики Казахстан от последствий стихийных бедствий, крупных аварий, катастроф и актов терроризма.

Раздел, посвященный технологической подготовке, предусматривает в 11 классе изучение правил дорожного движения и безопасного вождения автотранспортных средств.

Глава 1. Общие положения

Содержание учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в 1-4 классах реализуется в рамках учебного курса «Познание мира»:

- в 1-3 классах с годовой учебной нагрузкой 6 часов, в 4 классе – 10 часов, учителями начальных классов;

- в 5-9 классах реализуется в рамках учебного курса «Физическая культура» с годовой учебной нагрузкой 15 часов учителями физической культуры;

- в 10-11 классах реализуется в рамках учебного курса «Начальная военная и технологическая подготовка» с годовой учебной нагрузкой 12 часов преподавателями-организаторами начальной военной подготовки. Занятия по основам безопасности жизнедеятельности являются обязательными и проводятся в учебное время.

В 10-х классах общеобразовательных средних школ изучается раздел «ОБЖ» (12 часов), который входит в программу начальной военной и технологической подготовки.

В 11-х классах общеобразовательных средних школ изучается раздел «Технологическая подготовка» (34 часа), где предусмотрено изучение правил дорожного движения и безопасного вождения автотранспортных средств.

Глава 2. Организация содержания учебного предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности»
Программы «Основы безопасности жизнедеятельности» 1-4 классы

ПРИМЕРНЫЙ РАСЧЕТ УЧЕБНЫХ ЧАСОВ ПО РАЗДЕЛАМ

Наименование раздела	Количество часов по классов				Общее кол-во часов
	I	II	III	IV	
1. Безопасность и защита человека	4	4	4	6	18
2. Основы здоровья и здорового образа жизни	2	2	2	2	8
3. Основы медицинских знаний				2	2
Всего	6	6	6	10	28

ПРИМЕРНЫЙ РАСЧЕТ УЧЕБНЫХ ЧАСОВ ПО РАЗДЕЛАМ ПРОГРАММЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» 5-10 КЛАССЫ

Наименование раздела	Количество часов по классам						Общее кол-во часов
	5	6	7	8	9	10	
Безопасность и защита человека	5			3	6	1	15
Опасности природного характера	3	4	8				15
Опасности техногенного характера	2			8			10
Окружающая среда и здоровье человека			3				3
Экстремальная ситуация и безопасность		6			6		12
Гражданская защита						9	9
Основы здоровья и здорового образа жизни	3	3	3	3	2		14
Основы медицинских знаний	2	2	1	1	1	2	9
Всего	15	15	15	15	15	12	87

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ
5 КЛАСС

наименование раздела и темы	количество часов
1. Безопасность и защита человека	5

1.1 Использование систем водо-газо-электроснабжения с жилище	1
1.2 Характеристика и классификация пожаров в быту	1
1.3 Обеспечение личной безопасности на улице	1
1.4 Экстремизм и терроризм: основные понятия	1
1.5 Антиобщественное поведение. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение	1
2. Опасности природного характера	**3**
2.1 Мы и природа	1
2.2 Стихийные бедствия и возможные последствия для человека	1
2.3 Смена климатогеографических условий	1
3. Опасности техногенного характера	**2**
3.1 Химическое загрязнение и его последствие	1
3.2 Опасности объектов ядерной энергетики	1
4. Основы здорового образа жизни	**3**
4.1 Вредные привычки и их влияние на здоровье человека	1
4.2 Двигательная активность- залог здоровья	1
4.3 Гигиена питания	1
5. Основы медицинских знаний	**2**
5.1 Первая медицинская помощь при ушибах и ссадинах при отравлениях лекарственными препаратами и средствами бытовой химии	1
5.2 Понятие о повязке и перевязке. Отработка навыков по наложению различных повязок	1
ВСЕГО	**15**

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

Раздел 1. Безопасность и защита человека

Использование систем водо-газо-электроснабжения с жилище

Расположение кранов для аварийного перекрытия отопления, воды, газа. Система отключения подачи электричества. Правила пользования. Правила поведения при затоплении помещения и меры по устранению затопления. Простейший ремонт кранов, замена шлангов подачи воды, крепежа. Замена сгоревшей лампочки.

Характеристика и классификация пожаров в быту

Почему возникает пожар. Классификация пожаров по внешним признакам горения. Внутренние пожары – открытые и скрытые. Виды возгораний по типу постройки. Места расположения средств пожаротушения.

Обеспечение личной безопасности на улице

Зоны повышенной опасности (вокзалы, стадионы, рынки, парки, кинозалы). Чтобы чувствовать себя уверенно. Правила личной безопасности на прогулке, в местах массового скопления людей. Приемы и правила самозащиты.

Экстремизм и терроризм: основные понятия

Виды экстремизма и терроризма. Сущность современного терроризма. Последствия их проявления.

Антиобщественное поведение. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение

Опасные ситуации социального характера. Как научиться быть внимательным. Проступки и преступление. Административная и уголовная ответственность несовершеннолетних.

Раздел 2. Опасности природного характера

Мы и природа

Влияние человека на природу. Характеристика опасных ситуаций в природе. Причины возникновения. Правила безопасного поведения человека в природе.

Стихийные бедствия и возможные последствия для человека

Стихийные бедствия, как наиболее опасные проявления сил природы. Стихийные бедствия и их краткая характеристика по способам воздействия на человека. Способы оповещения населения при угрозе возникновения стихийных бедствий. Установленные правила поведения для населения.

Смена климатогеографических условий

Вынужденное изменение климатогеографических условий. Факторы, влияющие на человека в период акклиматизации. Правила акклиматизации.

Раздел 3. Опасности техногенного характера

Химическое загрязнение и его последствие

Источники загрязнения. Загрязнение почв, воды, воздуха. Влияние химического загрязнения на здоровье человека. Способы очистки от загрязнения.

Опасности объектов ядерной энергетики

Виды радиационно-опасных объектов. Воздействие объектов на окружающую среду. Влияние радиоактивного излучения на человека. Способы защиты.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни

Вредные привычки и их влияние на здоровье человека

Причины возникновения вредных привычек. Курение и его влияние на организм. Нарушение здоровья при алкоголизме. Наркомания, токсикомания. Меры профилактики.

Двигательная активность - залог здоровья

Что такое двигательная активность? Развитие двигательных умений и их качество. Влияние различных видов спорта на формирование физических качеств.

Гигиена питания

Рациональное и сбалансированное питание. Нормы питания. Роль витаминов в питании детей. Соблюдение питьевого режима. Построение режима питания.

Раздел 5. Основы медицинских знаний

Первая медицинская помощь при растяжении связок, вывихах

Признаки и симптомы. Материалы для оказания помощи. Первая помощь (практическая работа)

Первая медицинская помощь при отравлениях лекарственными препаратами и средствами бытовой химии

Отравления, причины отравления. Профилактика отравлений. Признаки и симптомы. Первая помощь при попадании жидких химикатов на кожу, при отравлении через рот, при вдыхании паров.

Понятие о повязке и перевязке

Общие понятия. Виды повязок. Перевязочный материал. Алгоритм наложения бинтовой повязки. Общие правила наложения повязок.

Отработка навыков по наложению различных повязок

Правила наложения повязок на суставы, при кровотечениях.

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ
6 КЛАСС

наименование раздела и темы	количество часов
1. Экстремальная ситуация и безопасность	**6**
1.1 Способы ориентирования и определения	1

времени	
1.2 Виды костров и основные способы их разведения	1
1.3 Оборудование укрытий от непогоды	1
1.4 Поиск воды и пищи	1
1.5 Сигналы бедствия	1
1.6 Носимый аварийный запас, правила укомплектования и использования	1
2.Опасности природного характера	**4**
2.1 Природные факторы, оказывающие влияние на здоровье человека	1
2.2 Ядовитые растения и грибы	1
2.3 Ядовитые змеи и насекомые	1
2.4 Правила безопасного поведения при встрече с дикими животными	1
3.Основы здоровья и здорового образа жизни	**3**
3.1 Влияние загрязнение воздуха и воды на здоровье человека	1
3.2 Профилактика употребления психоактивных веществ и наркотиков	1
3.3 Влияние компьютера на здоровье человека	1
4.Основы медицинских знаний	**2**
4.1 Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе	1
4.2 Первая медицинская помощь при укусах ядовитых змей и насекомых. Наиболее типичные травмы в походе, их профилактика и оказание первой медицинской помощи	1
ВСЕГО	**15**

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

Раздел 1. Экстремальная ситуация и безопасность

Способы ориентирования и определения времени

Простейшие способы ориентирования (по тени, по постройкам, таянию снега, муравейникам, кроне деревьев). Ориентирование по небесным светилам, солнцу и часам. Ориентирование по компасу.

Виды костров и основные способы их разведения

Типы костров. Способы разжигания костров в сырую погоду, зимой. Сигнальные костры.

Оборудование укрытий от непогоды

Виды укрытий (шалаш, навес). Выбор места для укрытия. Материалы для оборудования укрытия. Практическая работа.

Поиск воды и пищи

Простейшие способы очистки воды в природных условиях. Обеззараживание. Растительная пища. Добывание пищи простейшей охотой, рыбалкой.

Сигналы бедствия

Информационные сигналы. Дымовые и звуковые сигналы. Гелиограф. Международная кодовая таблица. Практическое занятие по отработке жестовой сигнализации.

Носимый аварийный запас, правила укомплектования и использования

Набор предметов в зависимости от условий пребывания. Правила укомплектования НАЗ. Основные правила пользования (практическая работа).

Раздел 2. Опасности природного характера

Природные факторы, оказывающие влияние на здоровье человека

Природные условия: благоприятные, неблагоприятные. Природные зоны. Природные ресурсы. Природные явления.

Ядовитые растения и грибы

Общие сведения о ядовитых грибах и растениях. Самые ядовитые грибы. Самые опасные растения для человека. Опасные комнатные растения. Как защитить себя от отравлений.

Ядовитые змеи и насекомые

Виды змей и ядовитых пауков. Укусы насекомых и клещей. Оказание первой помощи.

Правила безопасного поведения при встрече с дикими животными

Краткая характеристика животных и общие закономерности в их поведении. Как избежать встречи с дикими животными. Основные правила поведения при встрече с любым диким животным.

Раздел 3. Основы здоровья и здорового образа жизни

Влияние загрязнение воздуха и воды на здоровье человека

Загрязнение воды, воздуха, основные причины. Основные загрязнители. Уровень воздействия на человека.

Профилактика употребления психоактивных веществ и наркотиков

Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека. Меры профилактики употребления наркотиков и психоактивных веществ.

Влияние компьютера на здоровье человека

Влияние компьютера на нервную систему, мышление, познавательные навыки, поведение. Компьютерная игромания. Зависимость от игр. Правила безопасной работы за компьютером.

Раздел 4. Основы медицинских знаний

Личная гигиена и оказание первой медицинской помощи в природных условиях

Правила подбора личных вещей для походов и прогулок. Личная гигиена в походных условиях. Походная аптечка. Первая помощь при мозолях и потертостей. Порезы и ссадины. Транспортировка пострадавших с помощью подручных средств.

Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе

Причины теплового и солнечного удара, симптомы. Правила оказания первой медицинской помощи.

Первая медицинская помощь при укусах ядовитых змей и насекомых

Симптоматика и помощь при укусах змей. Первая медицинская помощь при укусах насекомых и неотложные мероприятия.

Наиболее типичные травмы в походе, их профилактика и оказание первой медицинской помощи.

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ
7 КЛАСС

наименование раздела и темы	количество часов
1. Опасности природного характера	**8**
1.1 Опасные и чрезвычайные ситуации, общие понятия и определения	1
1.2 Землетрясения. Причины возникновения и возможные последствия	1
1.3 Наводнения. Способы эвакуации из	1

затопленных территорий	
1.4 Лесные и степные пожары, их последствия. Способы локализации и тушения	1
1.5 Снежные заносы, бураны и лавины	1
1.6 Смерчи, ураганы и бури	1
1.7 Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера	1
1.8 Действия учащихся при стихийных бедствиях, наиболее вероятных для данного региона	1
2. Окружающая среда и здоровье человека	**3**
2.1 Загрязнение окружающей среды и возможные нарушения здоровья человека	1
2.2 Изменение климата и его влияние на здоровье человека	1
2.3 Бытовые отходы городов и их утилизация	1
3.Основы здоровья и здорового образа жизни	**3**
3.1 Формирование личности подростка при взаимоотношении со взрослыми	1
3.2 Стресс и его влияние на подростка	1
3.3 Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних	1
4.Основы медицинских знаний	**1**
4.1 Первая медицинская помощь при ушибах и переломах, при кровотечении. Первая медицинская помощь при утоплении	1
ВСЕГО	**15**

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

Раздел 1. Опасности природного характера

Опасные и чрезвычайные ситуации, общие понятия и определения

Определения: катастрофы, аварии, опасности, безопасности, чрезвычайной ситуации. Отличие опасных от экстремальных ситуаций. Классификация чрезвычайных ситуаций.

Землетрясения. Причины возникновения и возможные последствия

Стихийные бедствия геологического характера. Землетрясение и его возможные последствия. Сила землетрясения. Мероприятия по защите населения от последствий землетрясения. Аварийно-спасательные работы.

Наводнения. Способы эвакуации из затопленных территорий

Типы наводнений. Классификация. Действия населения при наводнениях. Способы спасения пострадавших, их эвакуация.

Лесные и степные пожары, их последствия. Способы локализации и тушения

Причины природных пожаров. Особенности тушения. Способы тушения степных пожаров. Мероприятия по защите населения. Низовые и верховые лесные пожары. Защита от лесных пожаров. Эвакуация населения из зон лесных и степных пожаров.

Снежные заносы, бураны и лавины

Причины возникновения. Способы защиты. Рекомендации по соблюдению личной безопасности.

Смерчи, ураганы и бури

Причины возникновения. Способы защиты. Рекомендации по соблюдению личной безопасности.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера

Организация гражданской защиты. Мероприятия по защите населения и территорий. Организация оповещения населения. Эвакуационные мероприятия. Организация медицинской помощи.

Действия, учащихся при стихийных бедствиях, наиболее вероятных для данного региона

Практическое занятие: тренинг по выполнению практических действий при возникновении опасностей природного характера.

Раздел 2. Окружающая среда и здоровье человека

Загрязнение окружающей среды и возможные нарушения здоровья человека

Общая характеристика. Химическое и биологическое загрязнение. Реакция организма человека на загрязнение окружающей среды. Влияние на организм промышленных шумов.

Изменение климата и его влияние на здоровье человека

Классификация климата и погоды. Хозяйственные и экономические последствия изменения климата. Адаптация населения к климатическим изменениям. Влияние изменений на здоровье человека.

Бытовые отходы городов и их утилизация

Проблемы роста бытовых отходов. Классификация твердых бытовых отходов. Виды сортировки. Способы утилизации и переработки.

Раздел 3. Основы здоровья и здорового образа жизни

Формирование личности подростка при взаимоотношении со взрослыми

Роль общения в формировании личности подростка. Влияние семьи и родителей в социальном развитии подростка. Особенности общения подростка со взрослыми.

Стресс и его влияние на подростка

Стресс-проблема современного общества. Агрессивное поведение подростка, как проявление психологической защиты. Влияние стресса на здоровье подростка. Как справиться со стрессом.

Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних.

Основные причины правонарушений, совершаемых подростком. Необходимость правовых знаний. Виды наказаний несовершеннолетним.

Раздел 4. Основы медицинских знаний

Первая медицинская помощь при ушибах и переломах

Правила наложения давящей повязки. Остановка носового кровотечения. Наложение шин. Носилки из подручных средств. Правила транспортировки при переломах

Первая медицинская помощь при кровотечении

Виды артерий и места их прижатия для остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута. Остановка венозного и капиллярного кровотечений.

Первая медицинская помощь при утоплении

Основные правила извлечения, пострадавшего из водоема. Первая помощь при утоплении человеку, находящемуся без сознания. Комплекс реанимирующих мероприятий.

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ
8 КЛАСС

наименование раздела и темы	количество часов
1.Опасности техногенного характера	**8**
1.1 Общие понятия о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Классификация по типам и видам их возникновения	1
1.2 Пожары и взрывы	1
1.3 Производственные аварии с выбросом опасных химических веществ	1
1.4 Правила поведения и защитные меры при авариях на химически опасных объектах	1

1.5 Производственные аварии с выбросом радиоактивных веществ	1
1.6 Защита населения при радиоактивных авариях	1
1.7 Гидродинамические аварии	1
1.8 Нарушение экологического равновесия	1
2.Безопасность и защита человека	**3**
2.1 Правила поведения в криминогенной ситуации	1
2.2 Явление экстремизма в молодежной среде: фанаты, спортивные болельщики	1
2.3 Техническое и медицинское обеспечение безопасности личности в городе	1
3. Основы здоровья и здорового образа жизни	**3**
3.1 Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность	1
3.2 Влияние шумов на здоровье человека	1
3.3 Одежда и обувь – удобно и безопасно	1
4. Основы медицинских знаний	1
4.1 Виды травматизма. Причины зимнего травматизма. Опасность раневой инфекции. Первая медицинская помощь при ожогах. Способы остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута	1
ВСЕГО	**15**

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

Раздел 1. Опасности техногенного характера

Общие понятия о чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Причины и возможные последствия для населения чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Классификация. Основные характеристики техногенных опасностей и угроз. Основные правила и алгоритмы поведения. при угрозе возникновения ЧС техногенного характера.

Пожары и взрывы

Основные причины возникновения. Последствия пожаров и взрывов на производстве. Меры предупреждения.

Производственные аварии с выбросом опасных химических веществ

Степени химической опасности. Классификация опасных веществ по степени воздействия на организм человека. Особенности химической защиты населения.

Правила поведения и защитные меры при авариях на химически опасных объектах

Система оповещения населения. Подготовка средств индивидуальной коллективной защиты. Правила передвижения на зараженной местности. Подготовительные мероприятия к эвакуации.

Производственные аварии с выбросом радиоактивных веществ

Виды аварий с выбросом радиоактивных веществ. Радиоактивное заражение территорий. Зоны заражений. Воздействие радиации на организм человека.

Защита населения при радиоактивных авариях

Основные способы защиты. Действия населения по сигналу оповещения. Порядок действия и правила поведения в зараженном радиоактивными веществами районе. Использование средств индивидуальной защиты. Первая помощь при радиоактивном заражении.

Гидродинамические аварии

Гидротехнические сооружения. Причины и виды гидродинамических аварий. Действия населения в случае гидродинамической аварии. Правила безопасного поведения населения после гидродинамической аварии.

Нарушение экологического равновесия
Факторы экологической опасности. Загрязнение атмосферы, природных вод, почвы. Шумовое загрязнение. Рекомендации по обеспечению экологической безопасности в повседневной жизни.

Раздел 2. Безопасность и защита человека
Правила поведения в криминогенной ситуации
Места повышенной опасности в вашем городе, микрорайоне. Основные правила безопасного поведения. Решение ситуационных задач.
Явление экстремизма в молодежной среде: фанаты, спортивные болельщики
Молодежные субкультуры. Экстремизм в интернете. Меры профилактики экстремизма в молодежной среде. Ответственность за осуществление экстремисткой деятельности.
Техническое и медицинское обеспечение безопасности личности в городе
Система видеонаблюдения. Службы экстренной помощи. Вещи, которые могут послужить простейшим средством самозащиты. Правила осуществления покупок. Домашняя аптечка. Набор предметов, которые могут выручить в трудную минуту.

Раздел 3. Основы здоровья и здорового образа жизни
Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность
Здоровье общественное и индивидуальное. Основные составляющие индивидуального здоровья. Физическое здоровье. Духовное здоровье. Социальное здоровье.
Влияние шумов на здоровье человека
Вредные шумы и их воздействие на человека. Допустимые нормы. Как защититься от шума. Шумы, благотворно влияющие на здоровье человека.
Одежда и обувь – удобно и безопасно
Качество и свойства одежды. Правильный выбор обуви. Ежедневный уход. Правильное хранение. Спортивная одежда.

Раздел 4. Основы медицинских знаний
Виды травматизма. Причины зимнего травматизма
Детский бытовой травматизм. Причины уличного травматизма. Меры по предупреждению травматизма у детей и подростков. Гололед-главная причина зимнего травматизма.
Опасность раневой инфекции. Первая медицинская помощь при ожогах
Асептика и антисептика. Дезинфицирующие средства. Первая помощь при термических ожогах. Практическая работа.
Правила наложения стерильных повязок на голову и грудь.
Повязка на голову в виде «чепца», «уздечки». Крестообразная повязка в область затылка. Повязки на грудь: спиральная и крестообразная.

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ
9 КЛАСС

наименование раздела и темы	количество часов
1. Безопасность и защита человека	**6**
1.1 Формирование современного уровня культуры населения в области безопасности жизнедеятельности	1
1.2 Система борьбы с терроризмом и религиозным экстремизмом	1
1.3 Правила поведения при угрозе террористического акта	1

1.4 Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов. Психологические приемы самозащиты	1
1.5 Основные виды мошенничества. Правила защиты от мошенников.	1
1.6 Психологическая картина толпы. Правила безопасного поведения в толпе.	1
2. Экстремальная ситуация и безопасность	**6**
2.1 Общие понятия об экстремальных ситуациях	1
2.2 Зависимость экстремальных ситуаций от профессии человека	1
2.3 Подготовка к выживанию в экстремальных ситуациях	1
2.4 Автономное существование человека в природе	1
2.5 Экстремальные ситуации аварийного характера в жилище	1
2.6 Экстремальные ситуации аварийного характера на транспорте Экипировка горожанина для обеспечения безопасности	1
3. Основы здоровья и здорового образа жизни	**2**
3.1 Здоровый образ жизни и его составляющие. Семья и здоровый образ жизни	1
3.2 ВИЧ-инфекция и СПИД. Профилактика наркомании	1
4. Основы медицинских знаний	**1**
4.1 Подручные средства для оказания первой медицинской помощи. Первая медицинская помощь при массовых поражениях. Первая медицинская помощь при передозировке в приеме психоактивных веществ	1
ВСЕГО	**15**

ПРИМЕРНОЕ РАСПРЕДЕЛЕНИЕ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ ПО ТЕМАМ

Раздел 1. Безопасность и защита человека

Формирование современного уровня культуры населения в области безопасности жизнедеятельности

Привития знаний, умений и навыков в области безопасности жизнедеятельности. Морально-психологическая подготовка населения. Пропаганда знаний в области безопасности жизнедеятельности.

Система борьбы с терроризмом и религиозным экстремизмом

Терроризм и его проявления. Система мер обеспечения безопасности общества и государства от террористических угроз. Закон РК «О борьбе с терроризмом». Государственная программа по противодействию религиозному экстремизму и терроризму в Республики Казахстан.

Правила поведения при угрозе террористического акта

Если вы обнаружили подозрительный предмет. Как вести себя при попадании в уличную перестрелку. Если произошел захват заложников. Правила поведения человека, ставшего заложником у террористов.

Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов.

Средства и способы защиты. Психологические приемы самозащиты. Физическая готовность. Практическое занятие по отработке простых приемов самозащиты.

Основные виды мошенничества. Правила защиты от мошенников.

Виды мошенничества, с которыми наиболее часто приходится встречаться в повседневной жизни. Правила защиты от мошенников.

Психологическая картина толпы. Правила безопасного поведения в толпе.

Психология поведения толпы. Поведение человека в толпе. Наиболее опасные места. Меры предосторожности. Правила поведения, если ты оказался в движущейся толпе.

Раздел 2. Экстремальная ситуация и безопасность

Общие понятия об экстремальных ситуациях

Характерные особенности экстремальной ситуации. Проблемы выживания в современном мире. Наиболее типичные случаи экстремальных ситуаций в природе, в мегаполисе.

Зависимость экстремальных ситуаций от профессии человека

Недостаточная квалификация. Резкое изменение внешних условий. Отказ техники, транспортных средств.

Подготовка к выживанию в экстремальных ситуациях

Психологическая подготовка. Техническая подготовка. Защита от воздействий внешней среды. Решение ситуационных задач.

Автономное существование человека в природе

Вынужденная автономия. Стресс и его преодоление. Связь и сигнализация. Экипировка и снаряжение. Практическое занятие.

Экстремальные ситуации аварийного характера в жилище

Основные типы аварийных ситуаций в жилище. Разбор аварийной ситуации при затоплении помещения. Правила поведения при пожаре. Решение ситуационных задач.

Экстремальные ситуации аварийного характера на транспорте

Современный транспорт-зона повышенной опасности. Выработка основных правил, применимых в любой транспортной ситуации. Отработка навыков по безопасному поведению на транспорте.

Экипировка горожанина для обеспечения безопасности

Практическое занятие по отработке основных навыков безопасного поведения при: попадании в экстремальные и чрезвычайные ситуации.

Раздел 3. Основы здоровья и здорового образа жизни

Здоровый образ жизни и его составляющие

От чего зависит наше здоровье. Составляющие здорового образа жизни.

ВИЧ-инфекция и СПИД

ВИЧ-инфекция и иммунитет. Пути передачи ВИЧ. Симптомы ВИЧ и СПИДа.
Профилактика и лечение.

Профилактика наркомании

Особенности подростковой наркомании. Причины подростковой наркомании. Способы искоренения. Мероприятия по профилактике подростковой наркомании.

Семья и здоровый образ жизни

Привычки здорового образа жизни для психического, умственного и физического развития. Личный пример ведения здорового образа жизни в семье. Семейные традиции в развитии духовного здоровья.

Раздел 4. Основы медицинских знаний

Подручные средства для оказания первой медицинской помощи

Подручные средства для дезинфекции ран и инструментов. Что можно использовать в качестве перевязочного материала и средств остановки кровотечения. Подручные средства транспортировки пострадавших и проведения спасательных работ.

Первая медицинская помощь при массовых поражениях

Введение обезболивающих средств при помощи шприц-тюбика. Освобождение верхних дыхательных путей от слизи, крови, предмета. Проведение искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.

Первая медицинская помощь при передозировке в приеме псих активных веществ
Признаки употребления псих активных веществ. Основные признаки передозировки. Правила оказания первой медицинской помощи при передозировке в приеме психоактивных веществ.

ПРИМЕЧАНИЕ: "Основам безопасности жизнедеятельности" **в 10-11 классах реализуется в рамках учебного курса «Начальная военная и технологическая подготовка» с годовой учебной нагрузкой 12 часов преподавателями-организаторами начальной военной подготовки.**

Занятия по "Основам безопасности жизнедеятельности" являются обязательными и включаются в общее расписание занятий общеобразовательных школ и проводятся в учебное время.

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