


**УТВЕРЖДАЮ**  
**Руководитель**  
**КГУ «Общеобразовательной**  
**школы №7 имени Ю.А. Гагарина»**  
  
**Д.К. Оспанова**

**Образовательная программа по**  
**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**  
**для 1-11 классов уровня общего среднего образования по**  
**обновленному содержанию КГУ "Общеобразовательная школа**  
**№ 7 имени Ю.А. Гагарина города Степногорск отдела**  
**образования по городу Степногорск управления образования**  
**Акмолинской области"**

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. 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 предложить учащимся на основе выполнения примерного изделия разработать аналогичное.

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

Второй раздел **«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.

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

### **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**

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

**1 КЛАСС**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

	Наименование раздела и темы	Количество часов	Дата проведения
	<b>1 КЛАСС</b>		
1.	Что значит «Моя безопасность»?	1	13-18.09
2.	Внимание дорога! Транспорт и правила поведения в нем.	1	25-30.10
3.	Опасности в школе и на улице.	1	29-04.12
4.	Что такое здоровье? Как беречь здоровье? Безопасность на железной дороге.	1	04-09.04
5.	Факторы, влияющие на здоровье. Правила личной гигиены.	1	02-07.05
6.	Один дома. Правила поведения при возникновении пожара. Навыки осторожного обращения с огнем	1	09-14.05
	<b>ВСЕГО</b>	<b>6</b>	

**Раздел 1. Безопасность и защита человека**

**Что значит «моя безопасность»?**

Опасные и безопасные места. Правила поведения в большом городе, поселке, во дворе, где ты живешь. Осторожно незнакомец! Телефоны экстренных служб.

**Внимание дорога!**

Дорожные знаки в твоём населённом пункте. Безопасный маршрут в школу и домой. Правила безопасного поведения на улицах и дорогах.

**Транспорт и правила поведения в нём**

Виды транспорта в твоём населённом пункте. Правила поведения на остановках, при посадке и высадке, а также внутри общественного транспорта.

**Опасности в школе и на улице**

Как не получить травмы на переменах. Нестандартное спортивное оборудование и правила безопасных занятий. Места для игр и катаний. Маршруты в парки, кинотеатры, стадионы. Простейшие способы ориентирования в населённом пункте.

**Что такое здоровье? Как беречь здоровье**

Кого можно считать здоровым человеком? Режим дня школьника и его влияние на здоровье. Безопасность на железной дороге: переход через ж/д пути, современное оборудование на ж/д.

**Факторы**, влияющие на здоровье. Правила личной гигиены. Способы двигательной активности.

**Один дома**

Опасности, которые подстерегают тебя дома (лекарства и бытовая химия, окна, острые, колющие и режущие предметы). Правила безопасного пользования электроприборами, водой. Телевизор, компьютер, как носитель скрытых опасностей.

### **Правила поведения при возникновении пожара. Навыки осторожного обращения с огнем**

Телефоны вызова пожарной охраны. Подручные средства для тушения небольших очагов возгорания. Правила эвакуации из горящего здания. Правила поведения в задымленном помещении. Меры предосторожности при обращении с огнем.

## **2 КЛАСС**

### **«Основы безопасности жизнедеятельности»**

	<b>Наименование раздела и темы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Дата проведения</b>
1.	Пассажиры и пешеходы. Правила дорожного движения	1	13.09-18.09
2.	Я-велосипедист. Профилактика травматизма при катании на роликах, скейтборде. Безопасность на железной дороге .	1	27.09-2.10
3.	Болезни, их причины, связь с образом жизни.	1	17.01-22.01
4.	Чистый воздух, его значение для здоровья человека	1	11.04-16.04
5.	Опасные ситуации в природе: дождь, гроза, снегопад. Безопасность при отдыхе на природе	1	25.04-30.04
6.	Правила безопасного поведения на водоемах	1	9.05-14.05
<b>ВСЕГО</b>		<b>6</b>	

#### **Раздел 1. Безопасность и защита человека**

##### **Пассажиры и пешеходы**

Требования Правил дорожного движения к пешеходам и пассажирам. Обязанности пассажиров. Движение пешеходов через регулируемые и нерегулируемые пешеходные переходы. Движение организованных пеших колонн. Отработка практических навыков.

##### **Я-велосипедист. Правила дорожного движения**

Запрещающие и предписывающие знаки для велосипедистов. Правила движения по проезжей части. Меры безопасности при езде на велосипеде.

Профилактика травматизма при катании на роликах, скейтборде

Места для катания. Защитное снаряжение. Контроль скорости и своих движений. Способы безопасного падения.

##### **Болезни, их причины, связь с образом жизни**

Вред и польза мобильных телефонов. Компьютерные игры и их влияние на здоровье ребенка. Двигательная активность. Функции питания. Активные занятия физкультурой и спортом

##### **Чистый воздух, его значение для здоровья человека**

Чистый воздух-залог здоровья. Озеленение городов и поселков. Требования к воздушной среде учебных классов.

##### **Опасные ситуации в природе: дождь, гроза, снегопад**

Что такое погода? Поражающие факторы метеорологических ЧС и правила безопасного поведения. Признаки приближающейся грозы. Правила поведения, находясь на улице, в лесу, у воды.

Безопасность при отдыхе на природе

Как обращаться с огнем на природе. Сбор грибов и ягод. Укусы насекомых, в том числе клещей.

### **Правила безопасного поведения на водоемах**

Меры безопасного поведения на водоемах в осенний, зимний, весенний и летний периоды.

### **ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ по отработке навыков оказания первой медицинской помощи (заноза, укус, ушиб)**

Простые правила обеззараживания. Правила наложения холодных компрессов. Давящие повязки и способы их наложения.

## **3 КЛАСС**

### **«Основы безопасности жизнедеятельности»**

	<b>Наименование раздела и темы</b>	<b>Количество часов</b>	<b>Дата проведения</b>
1.	Дорога и ее элементы. Виды транспортных средств. Безопасность на железной дороге.	1	20.09-25.09
2.	Режим дня	1	4.10-09.10
3.	Опасности современного жилища. Навыки безопасного поведения при пожаре	1	11.10-16.10
4.	Формирование основ здорового образа жизни. Предупреждение вредных привычек	1	22.11-27.11
5.	Особенности поведения с незнакомыми людьми	1	17.01-23.01
6.	Правила экстренной эвакуации из помещения, транспорта.	1	18.04-23.04
<b>ВСЕГО</b>		<b>6</b>	

### **Раздел 1. Безопасность и защита человека**

#### **Дорога и ее элементы**

Разметка улиц и дорог. Проезжая часть дороги и ее край. Разделительная полоса. Одностороннее и двухстороннее движение. Движение по тротуарам и обочине дороги. Правила перехода улиц и дорог. Особенности движения на загородных дорогах.

#### **Виды транспортных средств**

Транспорт по способу передвижения. Основные виды транспорта по назначению. Особенности поведения пассажиров на различных видах транспорта.

#### **Режим дня**

Правильное чередование труда и отдыха. Регулярный прием пищи. Здоровый сон. Утренняя гимнастика и гигиенические процедуры. Отдых с максимальным пребыванием на открытом воздухе. Первая медицинская помощь при отравлении угарным газом

#### **Опасности современного жилища**

Состояние среды жилого помещения и здоровье человека. Современные бытовые приборы и правила безопасного использования. Как правильно пользоваться газовыми плитами и не получить ожоги. Меры безопасности при обращении с домашними животными и уходе за ними.

#### **Навыки безопасного поведения при пожаре**

Разобрать и отработать по элементам действия учащихся при пожаре: в школе, в городском транспорте, в развлекательных центрах и других местах с большим скоплением людей.

**Формирование основ здорового образа жизни. Предупреждение вредных привычек.**  
Понятие здоровья. Общее представление о здоровом образе жизни(ЗОЖ). Главные факторы здоровья. Переедание, как вредная привычка. Правила профилактики. Зависимость от чипсов и сухариков.

**Особенности поведения с незнакомыми людьми**

Незнакомый человек на улице. Незнакомый человек звонит в дверь. Незнакомый человек в подъезде дома, в лифте. К кому обращаться за помощью.

**Правила экстренной эвакуации из помещения, транспорта**

Сигналы и способы оповещения. Схемы эвакуации. Места расположения запасных выходов. Способы экстренной эвакуации. Тренировка в проведении эвакуации.

Порядок вывода пострадавшего из опасной зараженной зоны. Холодный компресс.

Правила оказания помощи при тяжелой степени отравления.

**Практическая работа.**

Способы переноски пострадавших. Условия выбора способов переноски пострадавших.

Способы: перетаскивание, на спине, на «замке», на палке. **Практическая работа.**

**4 КЛАСС**

**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

	<b>Наименование раздела и темы</b>	<b>количес т во часов</b>	<b>Дата проведе ния</b>
1.	Дорога – зона повышенной опасности	1	20-25.09
2.	Система правил поведения на транспорте	1	27-2.10
3.	Здоровое питание	1	18-23.10
4.	Понятие различных видов травм. Безопасность на железной дороге	1	13-18.12
5.	Первая медицинская помощь при травмах	1	27-29.12
6.	Безопасность человека в природной среде.	1	10-15.01
7.	Безопасность человека в природной среде. Пожар в жилище	1	24-29.01
8.	Основы профилактики инфекционных заболеваний	1	31-05.02
9.	Защита квартир от воров и грабителей	1	07-12.02
10.	Основы ориентирования по признакам местных предметов и компасу.	1	28-05.03
<b>ВСЕГО</b>		<b>10</b>	

**Дорога – зона повышенной опасности**

Интенсивность и скорость движения городского транспорта. Состояние дороги и тормозной путь автомобиля. Как обходить стоящий или остановившийся транспорт. Условия безопасности при пользовании трамваем, троллейбусом. Правила перехода и переезда через железнодорожные пути.

**Система правил поведения на транспорте**

Посадка и высадка. Безопасное место в салоне. Как правильно разместить багаж. Особенности поведения в метро. Практическая работа

**Здоровое питание**

Здоровое питание – режим питания. Основные составляющие здорового питания. Возрастные потребности организма. Взаимосвязь питания и интеллекта.

**Понятие различных видов травм**

Что такое травма. Классификация травм. Виды травм по степени тяжести. Специальные и подручные средства для оказания первой помощи.

**Первая медицинская помощь при травмах**

Практическая работа в группах по оказанию первой помощи при носовом кровотечении, ушибах и ссадинах, порезе, ожоге.

**Безопасность человека в природной среде**

Природные факторы, влияющие на организм человека. Солнце, воздух и вода – наши лучшие друзья. Экстремальные ситуации для человека в природной среде. Меры безопасности при нахождении на водоемах.

### **Основы профилактики инфекционных заболеваний**

Правила личной гигиены. Требования к содержанию помещений (класс, детская комната). Гигиена питания. Коммунальная гигиена (пользование учебниками, тетрадями, оборудованием и инвентарем).

### **Защита квартир от воров и грабителей**

Основные способы защиты. Защищаем окна и двери. Система сигнализации и видеонаблюдения. Собака против воров и грабителей. Порядок действий, если в квартиру пытаются проникнуть.

### **Основы ориентирования по признакам местных предметов и компасу**

Основные правила ориентирования. Наблюдательность. Сопоставление признаков с природными условиями. Признаки ориентирования в степи. Правила ориентирования зимой. Знакомство с компасом. Практическая работа.

### **Пожар в жилище**

Возможные причины возникновения пожара. Оценка ситуации. Особенности горения синтетических материалов. подручные средства пожаротушения. Огнетушители, их классификация и правила пользования.

## **«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

### **5-10 КЛАССЫ**

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

