

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	
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

1 КЛАСС

«Основы безопасности жизнедеятельности»

	Наименование раздела и темы	Количество часов	Дата проведения
	1 КЛАСС		
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
	ВСЕГО	6	

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»

	Наименование раздела и темы	Количество часов	Дата проведения
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
ВСЕГО		6	

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»

	Наименование раздела и темы	Количество часов	Дата проведения
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
ВСЕГО		6	

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»

	Наименование раздела и темы	количество часов	Дата проведения
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
ВСЕГО		10	

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

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

