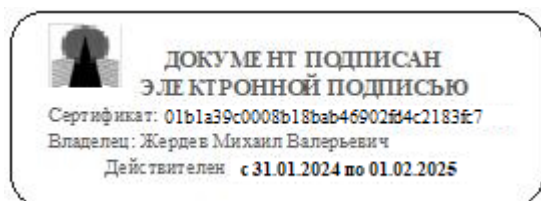


Нефтеюганское районное муниципальное общеобразовательное  
бюджетное учреждение  
«Салымская средняя общеобразовательная школа № 1»



Приложение к дополнительной  
общеобразовательной программе, утверждённой  
приказом  
№ 640-0 от 30.08.2024 г

**Программа курса  
внеурочной деятельности  
спортивно-оздоровительного направления  
«Школа безопасности»**

с. п. Салым  
2024-2025 учебный год

КУРС ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ  
«ШКОЛА БЕЗОПАСНОСТИ»  
5-7 КЛАСС

Содержание

1. Пояснительная записка
2. Общая характеристика учебного предмета
3. Личностные, метапредметные и предметные результаты учебного предмета
4. Содержание учебного предмета
5. Тематическое планирование
6. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение
7. Планируемые результаты изучения учебного предмета

**1. Пояснительная записка**

**Цель:** способствовать реализации требований ФГОС по развитию личностных качеств учащихся, необходимых для повышения уровня защищенности и безопасности в повседневной жизни и в природных условиях.

**Задачи**

Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни;

Усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей;

Усвоение правил поведения на транспорте и на дорогах.

Привитие навыков оказания первой помощи в различных жизненных ситуациях

Развитие коммуникативные качества личности для ответственного и осознанного поведения во время экстремальных ситуаций.

Формы и режим занятий

Программа внеурочной деятельности рассчитана на учебный год. В учебном году на внеурочную деятельность отводится 34 часа в 5-х -7-х классах. В среднем приходится одночасовое занятие в неделю. Однако, возможно проведение двухчасового занятия один раз в две недели, например, при проведении выездных, спортивных или иных мероприятий. Формы организации внеурочной деятельности, согласно концепции ФГОС общего образования, должны отличаться от урочной системы обучения. Допускается изменять наименование, содержание до восьми занятий внеурочной деятельностью в каждом классе.

**Актуальность**

Современные образовательные стандарты в качестве цели образования полагают развитие личности учащихся на основе освоения универсальных способов деятельности. Процесс учения понимается не только как усвоение системы знаний, умений и навыков, но и как процесс развития личности, обретения духовно-нравственного и социального опыта. Поэтому условия реализации основной образовательной программы основного общего образования должны обеспечивать для участников образовательного процесса возможность:

- достижения планируемых результатов освоения основной образовательной программы основного общего образования всеми обучающимся, в том числе обучающимися с ограниченными возможностями здоровья и инвалидами;
- развития личности, способностей, удовлетворения познавательных интересов, самореализации обучающихся, в том числе одаренных и талантливых, через организацию учебной и внеурочной деятельности.

Внеурочная деятельность- это проявляемая вне уроков активность детей, обусловленная в основном их интересами и потребностями, направленная на познание и преобразование себя и окружающей действительности, играющая важную роль в развитии учащихся. Система

внеурочной работы школы формирует и развивает личность ребенка, повышает мотивацию обучения, развивает самостоятельность и предоставляет возможность в самореализации личности.

Внеурочная деятельность учащихся по основам безопасности жизнедеятельности, осуществляемая во второй половине дня, является составной частью Базисного учебного плана по ОБЖ.

Использование внеурочной деятельности направлено на более полную реализацию требований федерального государственного стандарта (ФГОС) по предмету. В этом проявляется актуальность использования внеурочной деятельности учащихся.

## **2. Общая характеристика курса внеурочной деятельности**

Опасные и чрезвычайные ситуации становятся все более частым явлением в нашей повседневной жизни и требуют получения обучающимися знаний, умений, навыков и компетенций личной безопасности в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социально сложного и технически насыщенного окружающего мира.

Курс обеспечивает:

- освоение обучающимися знаний о безопасном поведении в повседневной жизнедеятельности;
- понимание обучающимися личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности, ценностей гражданского общества, в том числе гражданской идентичности и правового поведения;
- понимание необходимости беречь и сохранять свое здоровье как индивидуальную и общественную ценность;
- понимание необходимости следовать правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- освоение обучающимися умений экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма, терроризма и наркотизма;
- освоение умений использовать различные источники информации и коммуникации для определения угрозы возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- освоение умений предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- освоение умений оказывать первую помощь пострадавшим;
- освоение умений готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- освоение умений принимать обоснованные решения в конкретной опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- освоение умений использовать средства индивидуальной и коллективной защиты.
- освоение и понимание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на:
  - воспитание у обучающихся чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;

- развитие у обучающихся качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни; необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- формирование у обучающихся современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни, антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, нетерпимости к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека.

Программа учитывает возможность получения знаний через практическую деятельность и способствует формированию у обучающихся умения безопасно использовать учебное оборудование, проводить исследования, анализировать полученные результаты, представлять и научно аргументировать полученные выводы.

Межпредметная интеграция и связь курса с другими предметами способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания предмета, установлению более прочных связей учащегося с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы, а также рационального использования учебного времени.

### **3. Личностные, метапредметные и предметные результаты курса внеурочной деятельности**

Программа учебного курса способствует формированию универсальных учебных действий ученика:

#### **Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;

- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения; – овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности; – умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;
- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях; – освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

#### **Предметные результаты:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;

- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции; – понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания

#### **4. Содержание курса внеурочной деятельности**

Программа определяет базовое содержание по курсу «Школа безопасности» в форме и объеме, которые соответствуют возрастным особенностям обучающихся и учитывает возможность освоения приемов умственной и практической деятельности учащихся, что является важнейшим компонентом развивающего обучения.

Курс обеспечивает:

- освоение обучающимися знаний о безопасном поведении в повседневной жизнедеятельности;
- понимание обучающимися личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности, ценностей гражданского общества, в том числе гражданской идентичности и правового поведения;
- понимание необходимости беречь и сохранять свое здоровье как индивидуальную и общественную ценность;
- понимание необходимости следовать правилам безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- освоение обучающимися умений экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма, терроризма и наркотизма;
- освоение умений использовать различные источники информации и коммуникации для определения угрозы возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций;
- освоение умений предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- освоение умений оказывать первую помощь пострадавшим;
- освоение умений готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;

- освоение умений принимать обоснованные решения в конкретной опасной (чрезвычайной) ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- освоение умений использовать средства индивидуальной и коллективной защиты.

- освоение и понимание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на:

- воспитание у обучающихся чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;

- развитие у обучающихся качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни; необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;

- формирование у обучающихся современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни, антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, нетерпимости к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека.

### **Основы безопасности личности, общества и государства**

#### **Основы комплексной безопасности**

Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др.

Правила безопасности в туристических походах и поездках. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них.

Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, самозащита покупателя).

Элементарные способы самозащиты. Информационная безопасность подростка.

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве.

Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты.

Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде.

**Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций** Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения, половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии).

Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях).

Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

### **Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации**

Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность.

Ответственность несовершеннолетних за правонарушения.

Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве).

Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников.

Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

### **Основы медицинских знаний и здорового образа жизни**

#### **Основы здорового образа жизни**

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена).

Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов.

#### **Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении.

Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей.

Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах.

Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.

Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика.

Первая помощь при отравлениях.

Первая помощь при укусе насекомых и змей.

Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме.

### **5. Тематическое планирование**

| № п/п   | Тема занятия                                      |  | Содержание   | Виды деятельности   | УУД |
|---|---|--|--|---|-----|
| <b>Модуль Личная безопасность в повседневной жизни (13 ч)</b> |   |  |  |   |     |
| 1.  | Особенности и города как среды обитания человека. | Основные опасности в общественных местах. Зоны криминогенной опасности в городе (населенном пункте). | Учатся определять источники и зоны повышенной опасности в современном городе | Личностные: формирование «стартовой» мотивации к изучению нового материала. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: Научиться определять источники зоны повышенной опасности |     |
| 2   | Системы обеспечения                               | Государственные, муниципальные   | Учатся различать службы обеспечения  | Личностные: формирование мотивации к изучению нового  |     |



|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
|   | безопасность и города (населенного пункта)      | (городские) и районные специальные службы обеспечения безопасности. Правила вызова служб безопасности. Понятие о специальном сигнале оповещения «Внимание всем!». Правила поведения населения при оповещении об опасной или чрезвычайной ситуации по специальному сигналу «Внимание всем!». | безопасности  | материала. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: уметь различать службы обеспечения безопасности   |
| 3 | Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). | Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные опасные ситуации в доме (квартире) и их причины.  | Учатся распознавать опасные и аварийные ситуации в доме   | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка. Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать. Научиться распознавать опасные аварийные ситуации |
| 4 | Затопление квартиры.                            | Водоснабжение дома (квартиры). Причины затопления и возможные последствия. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению.  | Изучают причины затопления дома   | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка.  |
| 5 | Электричество.                                  | Опасность электрических и электронных приборов, используемых в быту. Последствия поражения  | Понятие о средствах бытовой химии. Действие препаратов бытовой химии на организм человека. Правила пользования средствами бытовой | Меры по профилактике пищевых отравлений   |

|   |                                      |  |  |   |
|---|--------------------------------------|--|--|---|
|   |                                      | электрическим током. Меры безопасности при обращении с электроприборами.   | химии. Опасность лекарственных средств и меры безопасности при их использовании. Бытовой газ и его опасность. Правила пользования бытовым газом. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире. Опасность продуктов питания. Меры по предотвращению пищевых отравлений. |   |
| 6 | Опасные вещества и продукты питания. | Понятие о средствах бытовой химии. Действие препаратов бытовой химии на организм человека. Правила пользования средствами бытовой химии. Опасность лекарственных средств и меры безопасности при их использовании. Бытовой газ и его опасность. Правила пользования бытовым газом. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире. Опасность продуктов питания. Меры по предотвращению пищевых отравлений. | Меры по профилактике пищевых отравлений  | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка. Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать. Научиться пользоваться средствами бытовой химии |
| 7 | Взрыв и обрушение дома.              | Причины взрывов и обрушений в жилых домах. Правила безопасного поведения при   | Приобретают знания. Получают навыки безопасного поведения  |   |

|    |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|
|    |   | возникновение взрыва в доме (квартире) и обрушении дома.  |   |   |
| 8  | Безопасность в нестандартных ситуациях  | Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи). Правила предотвращения таких ситуаций. Меры безопасности при потере ключей от дома (квартиры). Опасность толпы. Как уцелеть в толпе. Правила безопасного поведения при попадании в толпу в местах массового скопления людей (на дискотеке, стадионе и т. п.). Безопасное поведение с животными. Правила предосторожности при встрече с собаками. Правила поведения при нападении собаки. | Осваивают правила безопасного поведения в нестандартных ситуациях | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка. Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать.   |
| 9  | Безопасность человека в природной среде | Понятия о стихийном бедствии и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины. Понятие о вынужденном автономном существовании. Причины вынужденного автономного существования.   |   | Личностные: формирование «стартовой» мотивации к изучению нового материала. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию. Познавательные: Научиться определять источники зоны повышенной опасности |
| 10 | Сигналы бедствия и способы их подачи    |   |   |   |
| 11 | Встречи с дикими животными, опасными    |   |   |   |

|    |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|
|    | насекомыми, клещами и змеями                                    |   |   |   |
| 12 | Распознавание растений и грибов                                 |   |   |   |
| 13 | Безопасность у водоёма  |   |   |   |
| 14 | Опасные ситуации социального характера                          | Язык жестов — важное оружие самозащиты. Основные психологические качества уверенного в себе человека. Психологические рекомендации  | Вырабатывают у себя психологические качества уверенного человека по преодолению страха и способам самозащиты в опасных ситуациях криминогенного характера | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка. Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать  |
| 15 | Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде. | Меры по повышению безопасности дома (квартиры). Что не рекомендуется делать, находясь дома без взрослых. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуациях в доме (квартире); звонок в дверь, дверь квартиры пытаются открыть, вы вернулись из школы, а дверь квартиры открыта. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций: перед подъездом, в подъезде дома, в лифте, на лестничной площадке | Учатся правильно действовать при возникновении ситуации криминогенного характера  | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка. Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать. |
| 16 | Криминогенные ситуации на                                       | Правила безопасного поведения с   | Учатся правильно действовать при возникновении  | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи,   |

|  |  |   |   |   |
|--|--|---|---|---|
|  | улице.<br>опасные<br>домогательс<br>тва                | незнакомым<br>человеком.<br>Правила<br>обеспечения<br>личной<br>безопасности в<br>повседневной<br>жизни. Как<br>предотвратить<br>опасные<br>домогательства.   | ситуации<br>криминогенного<br>характера       | построение цепи<br>рассуждений, поиск<br>информации, Личностные:<br>формирование мотивации к<br>изучению нового материала.<br>Регулятивные: целеполагание,<br>планирование, рефлексия,<br>волевая регуляция, оценка и<br>самооценка.<br>Коммуникативные: диалог,<br>проявление инициативы,<br>дискуссия, сотрудничество,<br>умения слушать и выступать.   |
| 17   | Правила<br>поведения<br>при захвате<br>в<br>заложники. | Понятие о<br>заложнике. Меры<br>личной<br>безопасности по<br>предотвращению<br>захвата в<br>заложники.<br>Рекомендации по<br>безопасному<br>поведению при<br>захвате в<br>заложники с<br>целью выкупа.<br>Правила поведения<br>при захвате в<br>заложники в<br>транспортном<br>средстве или месте<br>массового<br>пребывания людей. | Осваивают правила<br>поведения при<br>захвате | Познавательные:<br>сопоставление, анализ, выбор<br>способов решения задачи,<br>построение цепи<br>рассуждений, поиск<br>информации, Личностные:<br>формирование мотивации к<br>изучению нового материала.<br>Регулятивные: целеполагание,<br>планирование, рефлексия,<br>волевая регуляция, оценка и<br>самооценка.<br>Коммуникативные: диалог,<br>проявление инициативы,<br>дискуссия, сотрудничество,<br>умения слушать и выступать.  |
| <b>Модуль Пожарная безопасность и средства индивидуальной защиты органов дыхания (6 ч)</b> |  |   |   |   |
| 18   | Опасные<br>факторы и<br>причины<br>пожаров.            | Опасные факторы<br>пожара,<br>воздействующие<br>на людей.<br>Причины<br>возникновения<br>пожаров в жилых<br>и общественных<br>зданиях, их<br>последствия. Меры<br>пожарной<br>безопасности в<br>быту.   | Изучают причины<br>пожаров                    | Познавательные:<br>сопоставление, анализ, выбор<br>способов решения задачи,<br>построение цепи рассуждений,<br>поиск информации,<br>Личностные: формирование<br>мотивации к изучению нового<br>материала. Регулятивные:<br>целеполагание, планирование,<br>рефлексия, волевая регуляция,<br>оценка и самооценка.<br>Коммуникативные: диалог,<br>проявление инициативы,<br>дискуссия, сотрудничество,<br>умения слушать и выступать.<br>Уметь самостоятельно<br>создавать алгоритм действий. |
| 19   | Правила<br>поведения<br>при пожаре.<br>Эвакуация.      | Правила<br>безопасного<br>поведения при<br>пожаре в доме<br>(квартире).<br>Правила<br>безопасной  | Изучают правила<br>поведения при<br>пожаре    | Познавательные:<br>сопоставление, анализ, выбор<br>способов решения задачи,<br>построение цепи рассуждений,<br>поиск информации,<br>Личностные: формирование<br>мотивации к изучению нового   |

|    |                           |   |   |  |
|----|---------------------------|---|---|--|
|    |                           | эвакуации из задымленного помещения. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Основные причины возгорания телевизора (электроприбора). Правила безопасного поведения при возгорании телевизора (электроприбора). |   | материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка. Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать. Научиться правилам поведения при пожаре  |
| 20 | Средства тушения пожаров. | Огнестойкость зданий и сооружений. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.  | Учатся правильно применять первичные средства пожаротушения | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка. Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать. Научиться правильно применять первичные средства пожаротушения |
| 21 | Фильтрующие противогазы   | Фильтрующие противогазы. Предназначение и принцип защитного действия фильтрующих противогазов. Гражданские противогазы ГП-7 и ГП-7В, устройство и правила пользования.  | Изучают назначение и устройство противогазов                | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка. Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать.  |
| 22 | Пользование противогазом. | Детский противогаз ПДФ-2Ш, устройство и правила пользования. Правила подбора противогаза,   | Получают практические навыки пользования противогазом       | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к  |

|   |  |  |  |  |
|---|--|--|--|--|
|   |  | <p>определение размера (роста) шлем-маски, подготовка противогаза к работе.<br/>         Пользование противогазом.<br/>         Переноска противогаза.<br/>         Положения противогаза: походное, наготове, боевое.<br/>         Перевод противогаза в боевое положение.<br/>         Практическая отработка упражнения по надеванию противогаза.</p> |  | <p>изучению нового материала.<br/>         Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка.<br/>         Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать.<br/>         Научиться пользоваться противогазом</p>  |
| 23  | <p>Знаки пожарной безопасности, строение огнетушителей, их виды и назначение, использование и проверка</p> | <p>Правила подбора огнетушителя.<br/>         Пользование огнетушителем.<br/>         Переноска, хранение.<br/>         Положения : походное, наготове, боевое.<br/>         Практическая отработка тушения огня.</p>  | <p>Получают практические навыки пользования</p>  | <p>Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала.<br/>         Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка.<br/>         Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать.<br/>         Научиться пользоваться огнетушителем</p> |
| <p>Модуль Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (12ч)</p> |  |  |  |  |
| 24  | <p>Виды ранений, их причины и первая помощь</p>  | <p>Понятие о ране.<br/>         Общие признаки ранений. Общие правила оказания первой помощи при незначительных открытых ранах</p>   | <p>Приобретают знания об основных видах ранений, их причинах и правилах оказания первой помощи</p> | <p>Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала.<br/>         Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка.<br/>         Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать.<br/>         Уметь классифицировать виды</p>          |

|    |                                     |   |  |  |
|----|-------------------------------------|---|--|--|
|    |                                     |   |  | ран  |
| 25 | Общая характеристика кровотечения и | Наружное и внутреннее кровотечения. Венозное кровотечение и его характеристика. Артериальное кровотечение и его характеристика. Смешанные кровотечения и их характеристика. Капиллярное кровотечение и его особенности.   | Получают знания о видах кровотечений и их особенностях     | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка. Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать. Научиться различать виды кровотечений                    |
| 26 | Первая помощь при кровотечении и    | Способы временной остановки кровотечения. Остановка кровотечения путем пальцевого прижатия артерий. Особенности и правила остановки кровотечения путем наложения жгута. Остановка кровотечения путем наложения давящей повязки. Остановка кровотечения путем максимального сгибания конечности. Остановка кровотечения путем придания поврежденной конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа. | Учатся останавливать кровотечения                          | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка. Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать. Уметь оказать первую помощь и первую помощь пострадавшим |
| 27 | Вывихи, ушибы, растяжения           | Понятие о вывихах, ушибах, растяжениях. Общие признаки. Общие правила оказания первой помощи  | Учатся оказывать помощь при вывихах, ушибах и растяжениях. | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала.   |



|    |                             |   |  |  |
|----|-----------------------------|---|--|--|
|    |                             |   |  | <p>Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка.</p> <p>Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать.</p> <p>Уметь оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим</p>   |
| 28 | Переломы                    | <p>Понятие о открытых и закрытых переломах. Признаки перелома. Правила оказания первой помощи при открытых переломах и закрытых переломах</p> | Учатся накладывать шины на верхние и нижние конечности                       | <p>Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала.</p> <p>Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка.</p> <p>Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать.</p> <p>Уметь оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим</p> |
| 29 | Помощь при остановке сердца | <p>Понятие СЛР, оказание первой помощи. Работа с тренажёром Гошей</p>   | Учатся работе с тренажёром Гошей   | <p>Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала.</p> <p>Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка.</p> <p>Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать.</p> <p>Уметь оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим</p> |
| 30 | Движение и здоровье         | <p>Роль двигательной активности для укрепления здоровья. Понятие об опорно-двигательном аппарате и его развитии. Опорно-двигательный</p>      | Объясняют значение двигательной активности для укрепления здоровья человека. | <p>Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала.</p> <p>Регулятивные: целеполагание,</p>  |

|    |   |   |   |   |
|----|---|---|---|---|
|    |   | аппарат как генератор двигательной активности. Избыток и недостаток   |   | планирование, рефлексия   |
| 31 | Нарушения осанки и причины их возникновения     | Понятие об осанке. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.   | Учатся предупреждать нарушения осанки   | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка. Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать. |
| 32 | Телевизор и компьютер — друзья или враги?       | Воздействие излучений телевизора и компьютера на организм человека. Правила просмотра телепередач. Правила безопасности при работе на персональном компьютере.  | Учатся соблюдать правила безопасности при просмотре телепередач и при использовании компьютером | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка. Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать. |
| 33 | Развитие и изменение организма в вашем возрасте | Понятие о детском и подростковом возрасте. Развитие организма в детском возрасте. Характеристика факторов, влияющих на развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Активность сальных и потовых желез в подростковом возрасте. Гигиенические мероприятия по | Получают представление о закономерностях развития организма в подростковом возраст              | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка. Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать  |

|    |   |  |   |   |
|----|---|--|---|---|
|    |   | уходу за сальными и потовыми железами  |   |   |
| 34 | Физическое и нравственное взросление человека | Появление новой жизни.<br>Ответственность за сохранение своего здоровья в подростковом возрасте.<br>Физическое взросление мальчиков и девочек, особенности их взаимоотношений. | Формируют у себя потребность в соблюдении норм ЗОЖ как способа укрепления и сохранения здоровья | Познавательные: сопоставление, анализ, выбор способов решения задачи, построение цепи рассуждений, поиск информации, Личностные: формирование мотивации к изучению нового материала. Регулятивные: целеполагание, планирование, рефлексия, волевая регуляция, оценка и самооценка. Коммуникативные: диалог, проявление инициативы, дискуссия, сотрудничество, умения слушать и выступать. |

## 6. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

1. «Основы безопасности жизнедеятельности», В.Н. Латчук, С.К. Миронов, С.Н. Вангорский – М. Дрофа 2015, 5-9 классы;
2. «Основы безопасности жизнедеятельности». 8-9 классы: учебник: в 2 частях/ Д.П. Рудаков, Е.М.Приорова, О.В.Позднякова и др.; под науч.ред. Ю.С.Шойгу.
3. «Основы безопасности жизнедеятельности». 10-11 классы.С.В. Ким, В.А.Горский. М.:Просвещение

### Средствами оснащения ОБЖ являются:

1. Учебно-методическая литература.
2. Аудио-видео аппаратура, проекционная аппаратура.
3. Средства программного обучения и контроля знаний.
4. Тренажеры.
5. Стенды, плакаты.
6. Средства индивидуальной защиты.
7. Аудиовизуальные пособия.

### Учебно-методическая литература:

- Нормативно-правовые документы Конституция Российской;
- Уголовный кодекс Российской Федерации
- Федеральный закон "О гражданской обороне»

### Учебная литература:

- Пособие для учителя "Основы безопасности жизнедеятельности
- «Методические рекомендации. 5-9 классы»; •
- Пособие - для учителя "Основы безопасности жизнедеятельности. Поурочные разработки. 5-9 классы"; •
- Справочник для учащихся "Основы безопасности жизнедеятельности";
- Учебники по основам безопасности жизнедеятельности для учащихся 5-9 классов.

Аудио видео аппаратура, проекционная аппаратура, телевизор, DVD-плеер, мультимедиа проектор, экран настенный.

Тренажеры Робот-тренажер "Гоша", «Максим» для искусственного дыхания, макеты ран

**Стенды, плакаты:** • Стенды Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС); • Криминогенные ситуации; • Землетрясения, оползни, сели, обвалы, ураганы, бури, смерчи; • Правила поведения при землетрясениях; • Пожары, взрывы; • Наводнения и затопления; • Правила оказания первой помощи; • Противодействие терроризму и экстремизму в Российской Федерации; • Обеспечение личной безопасности при угрозе террористического акта; • Организационные основы противодействия наркотизму в Российской Федерации; • Плакаты (демонстрационные таблицы методическими рекомендациями); • Дорожные знаки; • Пожарная безопасность; • Безопасность в быту; • Обеспечение личной безопасности в криминогенных ситуациях; • Активный отдых на природе; • Опасные ситуации в природных условиях; • Безопасность на воде; • Классификация чрезвычайных ситуаций по характеру источника возникновения; • Классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера по масштабу их распространения и тяжести последствий; • Правила безопасного поведения при землетрясении; • Правила безопасного поведения при наводнении; • Правила безопасного поведения при аварии на радио-ционно опасном объекте; • Правила безопасного поведения при аварии на химически опасном объекте; • Безопасность дорожного движения; • Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций

**Средства индивидуальной защиты и медицинское имущество:** • Средства защиты дыхания; • Ватно-марлевые повязки; • Респираторы (типа ШБ-1 и т. п.); • Противогазы (типа ГП-7, ПДФ-7, ИП-4М и т. п.); • Аптечка индивидуальная (типа АИ-2 и т. п.); • Пакеты перевязочные (типа ППИ и т. п.); • Сумки и комплекты медицинского имущества для оказания первой помощи; • Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 7 м x 14 см.; • Бинт марлевый медицинский нестерильный, размер 5 м x 10 см.; • Вата медицинская компрессная; • Шина фанерная длиной 1 м.; • Жгут кровоостанавливающий эластичный; Жгут кровоостанавливающий турникетный • Манекен-тренажер для реанимационных мероприятий; • Носилки санитарные

### **7. Планируемые результаты изучения курса внеурочной деятельности**

По окончании изучения курса (5-7 класс) «Школа безопасности» учащийся научится:

- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;

- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
  - классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
  - классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
  - адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
  - подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
  - классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
  - характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
  - классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
  - классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья;
- планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
  - классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
  - оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей. получит возможность научиться:
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;

- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей