

УТВЕРЖДАЮ
 Председатель Совета
 Карачаево-Черкесского регионального
 отделения ВКС.



Е.В. Русин

« » 20__ г.

УТВЕРЖДАЮ
 Директор Муниципального бюджетного
 общеобразовательного учреждения
 Карачаевского городского округа



«Средняя школа № 3»
 им. Х.У. Богатырева
 А.М. Чотчаева

М.П.

« » 20__ г.

**Примерная программа занятий
 по основам личной и общественной безопасности для обучающихся 1-11
 классов школы**

I. Учебный план

Учебный план				
№ п/п	Темы занятий	9-11 классы		
		Теоретически е занятия	Практически е занятия	Всего
1	Личная безопасность	60 (мин)	30 (мин)	90 (мин)
	Безопасный дом (квартира)	10	-	10
	Безопасность в сети Интернет	10	-	10
	Безопасный лес (сезонные опасности)	10	15	25
	Безопасный водоём (сезонные опасности)	10	15	25
	Безопасная улица (безопасный двор)	10	-	10
	Безопасность на дороге (пешком, в машине, в общественном транспорте)	10	-	10
2	Пожарная безопасность	50 (мин)	40 (мин)	90 (мин)
	Пожар. Опасные факторы пожара	10	-	10
	Алгоритм действий при обнаружении пожара	10	10	20
	Правила вызова специальных служб	10	5	15
	Обеспечение личной безопасности при возникновении пожара	10	5	15
	Первичные средства пожаротушения	10	20	30
3	Первая помощи	45 (мин)	45 (мин)	90 (мин)
	Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения	15	15	30
	Оказание первой помощи при наружных кровотечениях и травмах	15	15	30
	Оказание первой помощи при прочих состояниях	15	15	30
4	Психология экстремальных ситуаций	50	40	90

	Особенности поведения людей, находящихся в экстремальной ситуации	25	20	45
	Обеспечение личной безопасности. Антитеррор.	25	20	45

II. Содержание разделов воспитательных мероприятий по основам личной безопасности учащихся младших, средних и старших классов (учебно-тематический план)

		9-11 классы
1	Личная безопасность	<p>1. Безопасный дом (квартира), школа: разобрать вопросы, касающиеся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - основ безопасности при общении с незнакомцами в подъезде, на лестничной клетке, в лифте; - хранения ключей от дома под присмотром; - основ безопасной эксплуатации печи, дров, газовой и электрической плит, бытовых электроприборов; - основ безопасного пользования смартфонами, планшетами, ноутбуками; - алгоритма действий при утечке газа; - безопасного пользования электричеством, эксплуатации розеток, электрических удлинителей; - безопасного использования газовых, электрических (конвекционных, стеклокерамических, галогенных, индукционных и др.); - безопасного использования моющих средств и бытовой химии, действия при попадании химических веществ на кожные покровы и слизистые оболочки; - безопасности при открытых окнах, балконах, лоджиях и др; - безопасной эксплуатации лифтов, на лестницах, алгоритма действий при утечке воды. <p>2. Безопасность в сети Интернет: разобрать вопросы, касающиеся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - опасности общения с незнакомцами, принципы безопасности при общении с незнакомцами; - основ безопасного размещения фото в соцсетях, опасности публикации фотографий банковских карт; - основ безопасности при публикации фотографий с места отдыха; - основ безопасного общения в комментариях в соцсетях, безопасного поведения в условиях конфликтов в соцсетях. <p>3. Безопасный лес (сезонные опасности): разобрать вопросы, касающиеся:</p> <p>3.1. В теплое время года:</p> <ul style="list-style-type: none"> - принципов ношения одежды, подбора обуви и головного убора для выхода в лес; - признаков перегрева (теплового стресса), профилактики перегрева; - принципов сбора рюкзака для выхода в лес; - подбора продуктов питания и питьевой воды; - опасности собирательства и употребления в пищу природных ресурсов: дикорастущих съедобных кореньев, плодов, ягод, мёда;

- опасности укусов насекомых, змей и диких животных, а также мероприятий по профилактике укусов и правил оказания первой помощи при укусах;

- мерах безопасности при ливневых дождях, сильном ветре и ураганах, граде, грозах и молниях;

- основных правил поведения, если потерялся в лесу.

3.2. В холодное время года:

- принципов ношения одежды и обуви (принципов многослойности одежды) для выхода в лес;

- принципов сбора рюкзака для выхода в лес;

- подбора продуктов питания и питьевой воды;

- основ безопасного катания на лыжах;

- основ лавинной безопасности;

- признаков переохлаждения и мерах действий при переохлаждении;

- технологии сооружения простых укрытий в лесу.

- приемов фильтрации воды и разведения огня.

4. Безопасный водоем (сезонные опасности): разобрать вопросы, касающиеся:

4.1. В теплое время года:

- различных видов водоёмов и открытой воды;

- опасности купания вне оборудованных пляжей;

- опасности обратных (отбойных) течений, тягунов и рипов;

- помощи утопающим;

- опасности использования надувных матрасов, кругов и др.;

- профилактики теплового стресса и перегрева на берегу;

- профилактики переохлаждения в воде.

4.2. В холодное время года:

- особенностей различных видов водоёмов и открытой воды в зимний период времени;

- особенностей безопасного поведения на льду;

- признаков опасного льда, тонкого льда, промоин;

- правил передвижения по льду;

- действий при проваливании под лёд.

5. Безопасная улица (безопасный двор): разобрать вопросы, касающиеся:

5.1. В теплое время:

- основ безопасности при общении с незнакомцами на улице;

- основ безопасного общения с чужими питомцами;

- опасности открытых горловин люков и неисправных крышек колодцев, решёток водостоков;

- опасности поражения электрическим током при нахождении рядом с мачтами городского освещения, трансформаторными подстанциями и др.

5.2. В холодное время года:

- основ безопасного передвижения по дороге при гололёде;

- основ безопасного поведения на ледяной горке;

- основ безопасного поведения на оборудованном спуске;

- основ безопасного поведения на при использовании санок, тюбингов, снегокатов, лежачих;

- опасности выезда с горки на дорогу;

- опасности падения сосулек при оттепели.

6. Безопасность на дороге и транспорте (пешком, в машине, в общественном транспорте): разобрать вопросы, касающиеся:

- систем безопасности автомобиля;

		<ul style="list-style-type: none"> - основных видов предупреждающих, знаков приоритета, запрещающих знаков, предписывающих знаков, знаков особых предписаний, информационных знаков, знаков сервиса, знаков дополнительной информации (таблички); - основ подготовки к использованию и безопасного применения велосипеда, самоката, гироскутера и др.; - порядка подбора экипировки велосипедиста; - правил пересечения проезжей части по пешеходному переходу с велосипедом; - безопасной посадки и высадки из автомобиля, ремней безопасности; - правил поведения в личном и общественном транспорте, водных и воздушных судах; - принципов безопасности в метрополитене (опасности контактного рельса, эскалатора, задымления в вагоне поезда или на станции); - алгоритма действий при дорожно-транспортных происшествиях.
2	<p style="text-align: center;">Пожарная безопасность</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Пожар. Опасные факторы пожара: разобрать вопросы, касающиеся: <ul style="list-style-type: none"> - понятия «пожар»; - опасности для жизни и здоровья продуктов горения, открытого огня, высокой температуры. 2. Алгоритм действий при обнаружении пожара: разобрать вопросы, касающиеся: <ul style="list-style-type: none"> - вызова и встречи пожарных и спасателей; - эвакуации, самоспасания при пожаре. 3. Правила вызова специальных служб: разобрать вопросы, касающиеся: <ul style="list-style-type: none"> - номера телефона для вызова пожарных; - информации, необходимой для диспетчера; - порядка вызова пожарных и спасателей. 4. Обеспечение личной безопасности при возникновении пожара: разобрать вопросы, касающиеся: <ul style="list-style-type: none"> - правил поведения при обнаружении дыма за дверью, дыма в квартире, дыма в школе; - правил эвакуации при пожаре. 5. Первичные средства пожаротушения: разобрать вопросы, касающиеся: <ul style="list-style-type: none"> - первичных средств пожаротушения (пожарных рукавов и огнетушителей); - алгоритма вызова пожарных и спасателей; - правил использования первичных средств пожаротушения.
3	<p style="text-align: center;">Первая помощь</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Оказание первой помощи при отсутствии сознания, остановке дыхания и кровообращения: разобрать вопросы, касающиеся: <ul style="list-style-type: none"> - действий при обнаружении пострадавших, лежащих на полу (земле); - алгоритма проверки сознания; - алгоритма приведения человека в восстановительное положение; - номера телефона для вызова скорой медицинской помощи; - порядка вызова скорой помощи, информации, которую необходимо сообщать диспетчеру; - алгоритма проведения сердечно-легочной реанимации. 2. Оказание первой помощи при наружных кровотечениях и травмах: разобрать вопросы, касающиеся: <ul style="list-style-type: none"> - определения капиллярного кровотечения и венозного кровотечения, их признаков и опасности;

		<ul style="list-style-type: none"> - процесса промывания раны при капиллярном кровотечении и ее закрытии; - принципов наложения давящей повязки при венозном кровотечении; - алгоритма действий при носовом кровотечении; - оказания первой помощи при различных травмах и переломах; - оказание первой помощи при состояниях, угрожающих жизни и здоровью (инсульт, инфаркт, диабет, эпилепсия, потеря сознания). <p>3. Оказание первой помощи при прочих состояниях: разобрать вопросы, касающиеся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - алгоритма действий если человек подавился, ребенок подавился, беременная женщина подавилась; - анатомии человека; - сердечно-лёгочная реанимация взрослым и детям.
4	<p align="center">Психология экстремальных ситуаций</p>	<p>1. Особенности поведения людей, находящихся в экстремальной ситуации: разобрать вопросы, касающиеся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - причин и видов стресса; - возможных реакций человека на стресс (по возможности обсудить страхи детей и предложить способы, как справляться с ними); - буллинга (травли) и способов психологической самоподдержки. <p>2. Обеспечение личной безопасности. Антитеррор: разобрать вопросы, касающиеся:</p> <ul style="list-style-type: none"> - опасности захвата заложников в школе; - массшутинга (массовой стрельбы), признаков массовой стрельбы, алгоритма действий при угрозе массовой стрельбы в школе.