

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №2» г. Городца Нижегородской области
**Центр цифрового и гуманитарного профилей
«Точка роста»**

Утверждена приказом директора
от 01.09.2025 г. № 304.1/п



**Дополнительная
общеобразовательная программа
внеурочной деятельности
по основам безопасности жизнедеятельности
«Школа безопасности»**

Возраст учащихся: 5-6 класс
Срок реализации: 2025-2026 учебный год

г. Городец

2025 год

Раздел 1 «Комплекс основных характеристик образования»

1.1 Пояснительная записка

Рабочая программа по основам безопасности жизнедеятельности «Основы медицинских знаний» для учащихся 5-6 классов разработана на основе положений Федерального Государственного образовательного стандарта основного общего образования (приказ Министерства Образования и Науки РФ от 17.12.10 №1897).

Беда может случиться где угодно: дома, на улице, на дороге, при катастрофах и стихийных бедствиях. Очень часто смерть пострадавшего при несчастных случаях наступает не из-за тяжести травмы, а из-за отсутствия элементарных знаний по вопросам оказания первой помощи у оказавшихся рядом людей. Причиной отсутствия или недостаточности таких знаний могут быть не только беспечность и равнодушие, но и мнимая уверенность в том, что беда обойдёт стороной. Увы, это глубокое заблуждение, которое убедительно подтверждает жизнь.

Ежедневно только на российских дорогах гибнут более 100 человек и свыше 600 получают ранения. При дорожно-транспортных происшествиях основными причинами смерти пострадавших являются: несовместимые с жизнью травмы - 15%, несвоевременное прибытие «скорой помощи» - 15%, безразличие, безучастность и безграмотность очевидцев - 70%. Это свидетельствует о том, что из 35 тысяч человек, ежегодно погибающих на российских дорогах, более половины могли бы остаться в живых.

, Мужественные и отзывчивые люди всегда приходят на помощь. Но одних этих качеств недостаточно, чтобы спасти пострадавшего. К сожалению, из-за отсутствия медицинских знаний оказывающий помощь приносит больше вреда, чем пользы и своими неверными действиями может даже способствовать летальному исходу. А ведь очень часто в критических ситуациях, например, при остановке сердца, при поражении электрическим током, попадании инородных тел в дыхательные пути, травмах, ожогах и отравлениях для сохранения жизни достаточно в первые, самые важные минуты, выполнить элементарные и доступные каждому приёмы.

Наверно, излишне убеждать в том, что каждому человеку нужны элементарные знания правил, приёмов и способов оказания первой помощи пострадавшим при самых разнообразных несчастных случаях и чрезвычайных ситуациях, <которая должна осуществляться, в порядке самопомощи или взаимопомощи.

Основы безопасности жизнедеятельности (далее — ОБЖ) — практико-ориентированный школьный курс. Специфика учебного процесса по ОБЖ заключается в том, чтобы не только дать учащимся знания в области обеспечения безопасности жизнедеятельности, но и сформировать у них практические умения и навыки безопасного поведения в повседневной жизни, а также в опасных и чрезвычайных ситуациях. К числу таких важных практических умений относятся умения оказывать первую помощь пострадавшим. Федеральными государственными образовательными стандартами (ФГОС) основного общего (2010 г.) и среднего (полного) общего образования (2012 г.) в части требований к предметным результатам освоения учебных программ курса ОБЖ указаны обязательность формирования у обучающихся умений оказывать первую помощь пострадавшим. Из ФГОС основного общего образования: «Предметные результаты освоения учебной программы курса «Основы безопасности жизнедеятельности: умение оказать первую помощь пострадавшим; умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей».

Рассматривая содержание раздела «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» в 6-8 классах в соответствии с учебной программой, разработанной Российской

академией образования (2010 г.), и прилагаемые к ней примерное тематическое планирование на изучение данного раздела предусмотрено 40 часа.

1.2. Цели и задачи

Для повышения уровня подготовки учащихся необходимо уйти от формализма в учебном процессе, создать для ученика ситуацию, близкую к реальной. Обучение в школе на уроках ОБЖ должно строиться в виде проблемных и игровых занятий с имитацией самых различных видов несчастных случаев. **Основная цель подобных занятий — отработать тактику и навыки правильного поведения, способы быстрого сбора информации о пострадавшем.**

Активизации учебного процесса способствуют различные способы организации познавательной деятельности учащихся на уроках. Успешность освоения программы намного повышается при использовании в процессе обучения практикумов, тестов, ситуационных задач, конкурсов и соревнований. Предметно-практическая деятельность в учебном процессе помогает уяснить практическую значимость приобретаемых знаний, развивает кругозор, помогает овладеть практическими умениями, развивает сенсорно-двигательную сферу школьника

Предлагаемая программа позволяет решить следующие **задачи**

- изучить основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи в повседневной жизни, при несчастных случаях и травмах;
- формировать чувство необходимости знаний основ медицины и правил оказания первой помощи;
- развить необходимые качества личности для умелого и грамотного использования навыков оказания первой помощи во время неотложной ситуации;
- привить навыки оказания первой необходимой помощи в различных жизненных ситуациях;
- помочь учащимся в выборе профессии.

Для более полного и качественного усвоения материала по тематике безопасности жизнедеятельности рекомендуются **формы организации деятельности учащихся:** групповая, парная, индивидуальная, коллективная; **формы организации занятий:** лекции, семинары, практические занятия, беседы, познавательные игры, проектная деятельность.

Срок реализации программы 1 год - 102 часа. Количество часов в неделю - 4 час.

1.3. Общая характеристика курса.

Уровень результатов деятельности.

1. Результаты первого уровня - приобретение учащимися знаний в области основ медицинских знаний и оказания первой помощи, понимания необходимости использования ЗУНов в повседневной жизни;
2. Результаты второго уровня - сформировать у учащихся практические умения и навыки применения правил доврачебной помощи;
3. Результаты третьего уровня - приобретение учащимися навыков и опыта самостоятельно принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Итоги реализации программы.

Учащиеся должны знать:

- правила применения средств оказания первой помощи;
- принципы оказания первой помощи;
- принципы иммобилизации и транспортировки пострадавших при переломах;
- способы остановки кровотечений (капиллярных, венозных, артериальных);
- правила техники выполнения обработки ран, наложения повязок на раны, наложения кровоостанавливающего жгута;
- способы проникновения токсинов в организм человека, причины и симптоматика отравлений (пищевые, отравления ядовитыми ягодами и грибами, алкоголем, никотином, угарным газом, медикаментами, ртутью);
- болезни, вызванные вредоносными микроорганизмами, источники инфекций, пути передачи, мероприятия по уничтожению вредоносных микроорганизмов, разновидность иммунитета.

Учащиеся должны владеть умениями и навыками оказания первой помощи:

- при синдроме длительного сдавливания, при переломах, вывихах, ушибах;
- при кровотечениях (капиллярных, венозных, артериальных);
- при обморожениях ожогах (термических, химических, солнечных);
- при поражении электрическим током;
- при внезапном прекращении сердечной деятельности, при остановке дыхания;
- при обморожении;
- при утоплении;
- при отравлениях (пищевые, отравления ядовитыми ягодами и грибами, алкоголем, угарным газом, медикаментами, ртутью);
- при инфаркте, гипертоническом кризе, инсульте, обмороке, диабетической коме.

1.4 Планируемые результаты освоения обучающимися программы

Результаты в сфере личностных универсальных учебных действий:

- усвоение правил оказания первой помощи в повседневной жизни, в неотложных ситуациях пострадавшим;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

- развитие компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками.

Результаты в сфере регулятивных универсальных учебных действий:

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей, и познавательной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и неотложных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области оказания первой помощи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности.

Результаты в сфере познавательных универсальных учебных действий:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации инфекционных заболеваний), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- освоение приёмов действий при оказании первой помощи в опасных и неотложных ситуациях пострадавшим.

Результаты в сфере коммуникативных универсальных учебных действий:

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;
- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при оказании первой помощи в ситуациях различного характера.

2. Тематическое планирование

№ раздела	Тема раздела	Количество часов:		
		всего	теория	практика
1	ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ	4	4	
2	ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАТИЧЕСКИХ ПОВРЕЖДЕНИЯХ	40	-	40
3	ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТЕРМИЧЕСКИХ ПОРАЖЕНИЯХ И НЕСЧАСТНЫХ СЛУЧАЯХ	20	8	6
4	ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИЯХ	20	16	4
5	ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ	40	40	-
6	ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ВНЕЗАПНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ	12	4	8
Всего: 102 часа				

3.Календарный учебный график

муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Средняя школа № 2»
на 2025 – 2026 учебный год

Начало учебного года–01.09.2025

Окончание учебного года-29.05.2026

Продолжительность учебного года – 34 недели, в 1 классах – 33 недели

Учебный триместр	Учебные недели	Период обучения	Период каникул
1 триместр	10	с 01 сентября по 14 ноября	Промежуточные осенние каникулы с 06.10.2025-12.10.2025 — 7 календарных дней Осенние каникулы 15.11.2025-23.11.2025 - 9 календарных дней
2 триместр	11	С 24 ноября по 30 декабря	Промежуточные зимние каникулы с 31.12.2025-11.01.2026 — 12 календарных дней Зимние каникулы 17.02.2026-23.02.2026 — 7 календарных дней
3 триместр	13 (кроме 1 классов)	С 24 февраля по 29 мая	Весенние каникулы с 06.04.2026-12.04.2026 — 7 календарных дней Летние каникулы с 30 .05.2026-31.08.2026
	12 (1 классы)	С 03 марта по 29 мая 2026	Дополнительные каникулы с 24.02.2026-02.03.2026 - 7 календарных дней Весенние каникулы с 06.04.2026-12.04.2026 — 7 календарных дней Летние каникулы с 30 .05.2026-31.08.2026
Учебный триместр	Учебные недели	Период обучения	Период каникул

Продолжительность каникул в течение учебного года: 42 календарных дня для 2-11 классов, 49 дней для 1 классов.

Промежуточная аттестация для обучающихся 1-11 классов проводится в конце третьего триместра (2 полугодие) с 13 апреля 2026 по 20 мая 2026 года

4. Содержание программы

№ уро ка	Название занятия, практических работ, экскурсий, проектов (формы организации).	Краткое содержание занятий
Раздел 1. ОБЩИЕ ПРИНЦИПЫ ПЕРВОЙ ПОМОЩИ (4 час).		
1-4	Общие принципы первой помощи (лекция).	Первая помощь. Принципы оказания первой помощи. Последовательность действий, обращение с пострадавшим. Средства первой помощи.
Раздел 2. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТРАВМАТИЧЕСКИХ ПОВРЕЖДЕНИЯХ (40 часов).		
5-10	Травмы (практические занятия).	Травма/повреждение, ушиб, сдавление, вывих, ссадина, рана. Признаки, первая помощь.
11-16	Первая помощь при ранениях (практические занятия).	Повязка на палец, кисть, локтевой сустав. Повязка на плечевой сустав, грудь. Повязка на голову, глаз, пращевидная повязка. Повязка на таз, коленный сустав, голеностоп.
17-23	Первая помощь при кровотечениях (практические занятия).	Виды кровотечения, их признаки и характеристика. Приёмы остановки кровотечения. Первая помощь при носовом кровотечении.
24-30	Первая помощь при кровотечениях (практическое занятие).	Примеры остановки кровотечения максимальным фиксированным сгибанием конечности. Точки пальцевого прижатия для остановки артериального кровотечения. Наложение резинового жгута: этапы наложения жгута. Ошибки при наложении жгута.
31-35	Переломы (практические занятия).	Закрытые и открытые переломы, признаки, первая помощь. Принципы иммобилизации и транспортировки при переломах.
36-39	Способы иммобилизации и транспортировки при переломах (практическое занятие).	Способы иммобилизации и транспортировки при переломах: использование повязки, шины
40-44	Травматический шок (лекция).	Травматический шок. Степени шока и их признаки. Оказание первой помощи при шоке. Запрещающие действия в рамках оказания первой помощи при шоковом состоянии.
Раздел 3. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ТЕРМИЧЕСКИХ ПОРАЖЕНИЯХ И НЕСЧАСТНЫХ		

СЛУЧАЯХ (20 часов).

45- 53	Ожог (практические занятия).	Степени ожогов. Запрещающие действия при оказании помощи пострадавшим. Первая помощь. Химический ожог: кислотами, щелочами, перекисью водорода. Первая помощь. Химические поражения глаз. Солнечный ожог.
54- 56	Электротравма (лекция).	Причины электротравмы. Варианты прохождения электрического тока по телу. Первая помощь при электротравме: предкардиальный удар, непрямой массаж сердца, искусственное дыхание.
57- 60	Отморожение (практические занятия).	Признаки отморожения. Степени отморожения. Порядок оказания первой помощи при отморожениях.
61- 63	Утопление (практические занятия).	Виды утоплений, причины. Первая помощь при утоплении: искусственное дыхание, непрямой массаж сердца.
64	Первая помощь при травматических повреждениях, термических поражениях и несчастных случаях (познавательная игра).	Познавательная игра «Первая помощь при термических поражениях и несчастных случаях».

Раздел 4. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ОТРАВЛЕНИЯХ (20 часов).

65- 69	Отравления. Пищевые отравления (практические занятия).	Виды отравлений. Способы проникновения токсинов в организм человека. Причины пищевых отравлений, симптоматика, первая помощь. Отравления ядовитыми ягодами и грибами, симптоматика, первая помощь.
70- 73	Отравления алкоголем, никотином (семинар).	Признаки и первая помощь при отравлениях алкоголем, никотином.
74- 76	Отравление угарным газом, фосфорорганическими соединениями, уксусной кислотой (семинар).	Признаки и первая помощь при отравлениях угарным газом, фосфорорганическими соединениями, уксусной кислотой.
77- 79	Отравления медицинскими лекарствами, ртутью (семинар).	Признаки и первая помощь при отравлениях медицинскими лекарствами, ртутью.
80- 84	Первая помощь при отравлениях (проектная деятельность).	Подготовка и защита проектов.

Раздел 5. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ИНФЕКЦИОННЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ (40 часов).

85- 93	Инфекционные заболевания (лекция).	Инфекционные болезни - болезни, вызванные вредоносными микроорганизмами. Источники инфекций, классификация, пути передачи. Мероприятия по уничтожению вредоносных микроорганизмов. Иммунитет. Разновидность иммунитета.
-----------	---	---

94- Кишечные инфекции **(семинар)**.
99

Дизентерия, сальмонеллез, ботулизм, брюшной тиф, холера, стафилококк, гепатит А, пищевые токсикоинфекции - пути передачи и источники заболевания, симптомы, инкубационный период и продолжительность заболевания, влияние и последствия болезни на организм, необходимые мероприятия в отношении больных.

100- Инфекции дыхательных путей
102 **(семинар)**.

Дифтерия, туберкулёз, грипп, ветряная оспа, корь, краснуха - пути передачи и источники заболевания, симптомы, инкубационный период и продолжительность заболевания, влияние и

29	Кровяные инфекции (семинар).	<p>последствия болезни на организм, необходимые мероприятия в отношении больных.</p> <p>Клещевой энцефалит, клещевой боррелиоз, малярия, чума, столбняк - пути передачи и источники заболевания, симптомы, инкубационный период и продолжительность заболевания, влияние и последствия болезни на организм, необходимые мероприятия в отношении больных.</p>
30	Контактно-бытовые инфекции (семинар).	<p>ВИЧ-инфекция, гепатит В и С - пути передачи и источники заболевания, симптомы, инкубационный период и продолжительность заболевания, влияние и последствия болезни на организм, необходимые мероприятия в отношении больных.</p>
31	Первая помощь при инфекционных заболеваниях (проектная деятельность).	Подготовка и защита проектов.
<p>Раздел 6. ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ ПРИ ВНЕЗАПНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ (12 часа).</p>		
32	Гипертонический криз (лекция).	Проявления гипертонического криза, первая помощь.
33	Инфаркт. Инсульт, (практическое	Правила оказания первой помощи при инфаркте.
34	занятие)	Первые признаки инсульта, первая помощь до приезда «скорой помощи».

Всего: 102 часа