**Программа элективного курса**

**«Вопросы безопасности » для 10-х классов**

 Сухнев Алексей Валентинович,

 учитель физической культуры и ОБЖ

 **ГБОУ НАО «СШ № 4 г. Нарьян –Мара**

 **с углубленным изучением отдельных предметов»**

г. Нарьян – Мар 2018 г.

**Пояснительная записка**

Безопасность — это состояние деятельности, при которой с определенной вероятностью исключено проявление опасностей, а уровень риска деятельности не превышает приемлемый уровень.

Обстановка, складывающаяся в Российской Федерации в области безопасности, настоятельно требует постоянного совершенствования уровня подготовки подрастающего поколения в области безопасности жизнедеятельности на основе комплексного подхода к формированию у них современного уровня культуры безопасности. Составляющим компонентом культуры безопасности является воспитание у школьников основ безопасного поведения.

Данный элективный курс создан для формирования у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросу личной безопасности и безопасности окружающих, умений распознать и оценить опасные и вредные факторы обитания человека, определить способы защиты от них.

Программа элективного курса или курс по выбору рассчитан на учебный год (35 часов). В неделю проводится 1 час.

**Цели курса:**

а) формирование у учащихся представление о сложной и многогранной структуре современного мира, способствовать развитию безопасной личности;

 б) создание у обучающихся навыков безопасной жизнедеятельности в различных условиях: в ходе обучения, бытовых условиях, во время отдыха;

 в) обучение обучающихся навыкам борьбы с утомлением, повышение работоспособности;

 г) знакомство обучающихся с современными средствами коллективной и индивидуальной защиты человека от опасных химических веществ, ионизирующего излучения и биологических факторов при чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени;

 д) вырабатывание умений по использованию средств индивидуальной защиты человека (средств защиты кожи и средств индивидуальной защиты органов дыхания) в случае возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий;

 е) отработка навыков по оказанию первой помощи при кровотечениях, переломах конечностей и позвоночника, ушибах, вывихах, растяжениях, термическом и химическом ожогах, обморожении, тепловом ударе, отравлении, при воздействии электрического тока, при утоплении, остановке дыхания.

**Задачи курса:**

а) дополнить и расширить знания учащихся об опасностях в современном обществе, мире;

б) обучить способам безопасного поведения в возможных непредвиденных ситуациях в повседневной жизни;

в) способствовать развитию навыков аналитического мышления, умению предвидеть возможную опасную ситуацию;

г) активизировать интерес у обучающихся к вопросам собственной безопасности;

д) вооружение обучающихся психологическими и педагогическими знаниями в объеме, обеспечивающем понимание ими проблем личной и общественной безопасности и способов личной подготовки к их решению;

е) развитие бдительности, осмотрительности, разумной осторожности и ориентированности на выявление и принятие во внимание различных негативных факторов при оценке угроз и опасностей и их преодолении;

ж) повышение уровня своих знаний и навыков в обеспечении безопасности жизнедеятельности, уверенности в успешном преодолении трудностей, веры в успех при столкновении с опасными и неадекватными ситуациями;

з) формирование привычек, навыков, умений, обеспечивающих успешные действия при решении вопросов личной и общественной безопасности, умение систематизировать знания по вопросам безопасности жизнедеятельности и эффективно применять их в повседневной жизни;

и) формирование установок на совместные, согласованные действия при попадании в опасные ситуации в составе группы, а также навыков и умений совместных действий, оказания само- и взаимопомощи;

к) совершенствование правового, нравственного, эстетического, экономического и экологического понимания задач безопасности жизнедеятельности; формирование взглядов, убеждений, идеалов жизненной позиции, согласующихся с Декларацией прав человека и Концепцией национальной безопасности Российской Федерации.

**Занятия проводятся на основе следующих методических принципов:**

а) принцип сознательности и активности;

б) принцип доступности;

в) принцип систематичности занятий.

**Содержание курса**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование темы | Кол-во часов | Дата | Перечень основных вопросов изучаемых на занятиях |
| 1. | Введение. | 1 | 04.09 |  Безопасность. Жизнедеятельность. Среда обитания. |
| 2. | Единая система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС). | 1 | 11.09 | РСЧС. Координационный орган единой системы. Органы управления единой системы. |
| 3. | Законодательство РФ по обеспечению безопасности. | 1 | 18.09 | Положения Конституции РФ. ФЗ « О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера». Закон РФ « О безопасности». |
| 4. | Гражданская оборона, основные цели и задачи. | 1 | 25.09 | ГО – составная часть системы обороноспособности страны. История создания. Структура ГО. Основные задачи |
| 5. | Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени. | 1 | 02.10 | Территориальные системы централизованного оповещения. Сигнал «Внимание всем». |
| 6. | Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов при ЧС военного и мирного времени. | 1 | 09.10 | Защитные сооружения. Убежища. ПРУ. Коэффициент защиты сооружений. |
| 7. | Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС. | 1 | 16.10 | Аварийно-спасательные работы. Неотложные работы. Проведение мероприятий медицинской защиты. |
| 8. | Средства индивидуальной защиты.  | 1 | 23.10 | СИЗ. Фильтрующие противогазы. ГП-5, ГП-7. Производственная спецодежда. АИ-2,4. ИПП-8. |
| 9. | Средства индивидуальной защиты.  | 1 | 30.10 | СИЗ. Фильтрующие противогазы. ГП-5, ГП-7. Производственная спецодежда. АИ-2,4. ИПП-8. |
| 10. | Опасности и их источники. | 1 | 13.11 | Естественные опасности. Антропогенные и техногенные опасности .Вредный фактор. Травмирующий фактор. Потенциальная опасность. Реальная опасность. |
| 11. | Безопасность, системы безопасности. | 1 | 20.11 | Предмет и задачи. Мониторинг. |
| 12. | Энергетические затраты при различных формах деятельности. | 1 | 27.11 | Обмен веществ. Основной обмен. Условия труда. Способы оценки тяжести и напряженности трудовой деятельности. Работоспособность и ее динамика. |
| 13. | Пути повышения трудовой деятельности. | 1 | 04.12 | Феномен активного отдыха (И.М.Сеченов)Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.  |
| 14. | Защита от естественных опасностей обеспечением комфортных условий жизнедеятельности. | 1 | 11.12 | Теплообмен человека с окружающей средой. Гигиеническое нормирование параметров микроклимата.  |
| 15. | Защита от естественных опасностей обеспечением комфортных условий жизнедеятельности. | 1 | 18.12 | Терморегуляция организма человека. Вентиляция. Освещение. Рациональная организация рабочего места. |
| 16. | Негативные факторы техносферы. Причины возникновения негативных факторов. | 1 | 25.12 | Отходы – источник негативных факторов техносферы. Критерии комфортности и экологичности техносферы. Техногенные аварии – источники негативных факторов техносферы. Показатели негативности техносферы. Смертность населения от внешних причин. |
| 17. | Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания. | 1 | 15.01 | Органы чувств. Нервная система. Адаптация и гомеостаз. Естественные системы защиты организма. Вредные вещества. Электромагнитные поля и излучения. Электрический ток. |
| 18. | Экобиозащитная техника. | 1 | 22.01 | Защита от механического травмирования. Защита от поражения электрическим током. Защита от вибрации.  |
| 19. | Экобиозащитная техника. |  | 29.01 | Защита от шума. Защита от ионизирующих излучений. Защита при эксплуатации ПЭВМ. Ресурсосберегающие технологии |
| 20. | Чрезвычайные ситуации мирного времени природного и техногенного характера. | 1 | 05.02 | Техногенные аварии. Промышленные взрывы. Пожары на промышленных объектах. Аварии с выбросом вредных веществ.  |
| 21. | Чрезвычайные ситуации мирного времени природного и техногенного характера. |  | 12.02 | Техногенные аварии. Промышленные взрывы. Пожары на промышленных объектах. Аварии с выбросом вредных веществ. |
| 22. | Стихийные явления и бедствия. | 1 | 19.02 | Землетрясения. Вулканические извержения. Сели. Оползни. Наводнения. |
| 23. | Технические средства предотвращения техногенных аварий. | 1 | 26.02 | Средства взрывозащиты. Предохранительные устройства. Пожарная защита образовательного учреждения. |
| 24. | Чрезвычайные ситуации военного времени. | 1 | 05.03 | Общие сведения о средствах поражения. Ядерное оружие. Химическое оружие. Бактериологическое оружие. |
| 25. | Чрезвычайные ситуации военного времени. | 1 | 12.03 | Общие сведения о средствах поражения |
| 26. | Охрана труда и соблюдение техники безопасности. | 1 | 19.03 | ФЗ « Об основах охраны труда в РФ ». Трудовой кодекс РФ. Дисциплина труда. Аттестация рабочих мест. |
| 27. | Охрана окружающей среды. | 1 | 02.04 | Законодательство об охране окружающей среды. Защита в ЧС. |
| 28. | Профилактика инфекций передаваемых половым путем. | 1 | 09.04 | Венерические болезни. ВИЧ – инфекция. СПИД. Меры профилактики. |
| 29. | Основные инфекционные заболевания, пути передачи, меры профилактики. | 1 | 16.04 | Грипп. Туберкулез. Вирусный гепатит. Дизентерия. Сальмонеллез. |
| 30. | Первая медицинская помощь при травмах, ранениях. | 1 | 23.04 | Травма. Рана. Неотложная помощь. Антисептика. Асептика. Методы остановки кровотечения. Десмургия. |
| 31. | Первая медицинская помощь при травмах, ранениях. | 1 | 30.04 | Травма. Рана. Неотложная помощь. Антисептика. Асептика. Методы остановки кровотечения. Десмургия. |
| 32. | Первая медицинская помощь при переломах. | 1 | 07.05 | Травматические переломы. Иммобилизация. |
| 33. | Первая медицинская помощь при отравлениях. | 1 | 14.05 | Отравление. Удаление яда из организма. Отравление медикаментами. Отравление алкоголем. Отравление никотином. Оказание помощи. |
| 34. | Первая медицинская помощь при отморожении, тепловом и солнечном ударах, ожогах. | 1 | 21.05 |  Четыре степени отморожений. Тепловой удар. Солнечный удар. Оказание помощи. Ожоги, ожоговый шок. Первая помощь. |
| 35. | Подведение итогов пройденного курса. | 1 | 28.05 |  |

**Общее количество – 35 часов.**

**Список использованной литературы**

1. Боевые традиции Вооружённых сил. Символы воинской части: Учебное пособие по разделу «Основы военной службы»: 10 кл./А.В. Воронин.- М: «Ампресс», 2001.

2. Л.В. Байбородова. Методика обучения основам безопасности жизнедеятельности: Методическое пособие. – М: «ВЛАДОС», 2003.

3. И.К. Топоров. Методика преподавания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательных учреждениях: Книга для учителя. – М: Просвещение, 2000.

4. Защита от чрезвычайных ситуаций / М.А. Петров. – М: Военные знания, 2002.«Основы безопасности жизнедеятельности»: 10 кл.: Учебник для школ/М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; под ред. Воробьёва. – М.: ООО «Астрель»: ООО « АСТ», 2000.

5. «Основы безопасности жизнедеятельности»: 11 кл.: Учебник для школ./ А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов. – М.: «АСТ», 2000.

6. Оценка качества подготовки выпускников средней(полной) школы по ОБЖ/Автор-составитель Г.А. Колодницкий, В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, Б.И. Мишин, М.И. Харбнер. – М. «ДРОФА», 2001.

1. Программно-методические материалы: «Основы безопасности жизнедеятельности»/ Составитель Б.И. Мишин. – М.: «ДРОФА», 2001.
2. Сборник нормативных документов и материалов по подготовке к военной службе./Составитель В.С. Добровольский, М.П. Фролов, Б.И. Мишин. – М.: Высшая школа, 2002.
3. В.И. Ермакова. Основы физиологии питания, санитарии и гигиены: Учебное пособие для 10 – 11 классов: - М.: Просвещение, 2002.
4. Особенности военной службы: Учебное пособие по разделу «Основы военной службы»: 11 кл./ под ред. В.И. Кузнецов. – М.: «АРМПРЕСС», 2001.
5. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов средних спец. учеб. заведений / С.В. Белов,В .А. Девисилов – М.: Высшая школа, 2004.