

**Факультативный курс
для 7 класса
Олимпиец**

1. Планируемые результаты

В результате изучения курса ученик должен:

а) *знать /понимать:*

1. основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; вредные привычки и их профилактику;
2. правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
3. способы безопасного поведения в природной среде: ориентирование на местности, подача сигналов бедствия, добывание огня, воды, пищи, сооружение временного укрытия;

б) *уметь:*

1. действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания;
2. соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
3. оказывать первую медицинскую помощь при ожогах, обморожениях, ушибах, кровотечениях;
4. пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
5. вести себя в криминогенных ситуациях и в местах большого скопления людей;
6. действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;

в) *использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:*

1. для обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
2. с целью соблюдения мер предосторожности и правил поведения в общественном транспорте;
3. при пользовании бытовыми приборами и инструментами;
4. с целью повышения бдительности и при угрозе террористического акта;
5. при обращении в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

2. Содержание факультативного курса «Олимпиец»

Основы безопасности личности, общества и государства

Основы комплексной безопасности

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. *Средства индивидуальной защиты велосипедиста.* Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. 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. Игромания.*

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины). Рекомендации по безопасному поведению. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения и защита населения от них (ураганы, бури, смерчи, метели, снежные заносы, град, гроза). Рекомендации по безопасному поведению. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения и защита населения от них (наводнения, сели, цунами). Рекомендации по безопасному поведению. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения и защита населения от них (лесные и торфяные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Аварии на радиационно-опасных и химически опасных объектах экономики. Действия по сигналу «Внимание всем!». Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Аварии на пожароопасных и взрывоопасных объектах экономики. Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Аварии на транспорте. Аварии на гидротехнических сооружениях. Рекомендации по безопасному поведению. Средства коллективной защиты и правила пользования ими. Эвакуация населения.

Основы противодействия терроризму и экстремизму 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. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек. *Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка.*

Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах и обморожениях. *Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика.* Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых. *Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.*

3. Тематическое планирование:

Наименование разделов и тем	
Раздел I. Основы безопасности личности, общества и государства.	40 ч
Основы комплексной безопасности	20 ч
Человек и окружающая среда.	2
Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.	1
Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами.	2
Безопасность на дорогах.	2
Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста.	1
Пожар его причины и последствия.	1
Правила поведения при пожаре.	1
Правила поведения у воды и оказания помощи на воде.	2

Правила безопасности в туристических походах <i>и поездках</i> .	1
Правила поведения в автономных условиях.	2
Сигналы бедствия.	1
Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера	1
Элементарные способы самозащиты.	1
Информационная безопасность подростка.	1
Игромания.	1
Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций	10 ч
Чрезвычайные ситуации геологического происхождения	2
Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения	3
Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения	3
Чрезвычайные ситуации биологического происхождения	2
Аварии на радиационно-опасных и химически опасных объектах экономики.	5 ч
Средства индивидуальной защиты.	1
Аварии на пожароопасных и взрывоопасных объектах экономики.	1
Аварии на транспорте.	1
Аварии на гидротехнических сооружениях.	1
Средства коллективной защиты и правила пользования ими.	1
Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.	5 ч
Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества.	1
Ответственность несовершеннолетних за правонарушения.	1
Личная безопасность при террористических актах.	1
Личная безопасность при похищении или захвате в заложники.	1
Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.	1
Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.	28 ч
Основы здорового образа жизни.	10 ч
Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни.	2
Вредные привычки и их влияние на здоровье.	2
Профилактика вредных привычек.	2
Семья в современном обществе.	2
Защита прав ребенка.	2
Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	18 ч
Основы оказания первой помощи.	1
Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении.	2
Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах.	1
Первая помощь при ожогах и обморожениях.	1
Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика.	2
Первая помощь при отравлениях.	1
Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе.	2
Первая помощь при укусе насекомых.	1
Первая помощь при остановке сердечной деятельности.	2
Первая помощь при коме.	2
Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.	2
Обобщающий урок	1
ИТОГО	68 часа