

Пояснительная записка

Рабочая программа рассчитана на 1 час в неделю, 34 часов в год, на основе учебного плана образовательного учреждения.

Рабочая программа разработана с учётом нормативно-правовых документов:

1. Закон Российской Федерации «Об Образовании в РФ»
2. Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования по предмету;
3. Примерной программы по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности», авторской программы предметной линии учебников под редакцией А.Т.Смирнова, .- 2-е изд. – М.: Просвещение, 2012 г. стр.14-17.

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса

На конец 5 класса ученик научится и получит возможность научиться.

Личностные результаты обучения:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- формирование понимания ценности здорового и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практике, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 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 правового мышления и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств 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, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование основ экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех её проявлениях и необходимости ответственного, бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского мышления и антитеррористического поведения, потребности соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

Предметные результаты обучения:

- формирование 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;
- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- 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 образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение 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 и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение оказать первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Метапредметными результатами обучения курса «Основы безопасности жизнедеятельности является (УУД).

- Регулятивные УУД: 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 познавательной деятельности;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

• Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), 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 в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

Коммуникативные УУД:

- 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 ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДЛЯ 5 КЛАССА

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства (24ч.)

Раздел I. Основы комплексной безопасности (15ч.)

Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека (5ч.)

- Безопасность в быту

Особенности города (населённого пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Меры пожарной безопасности при эксплуатации электробытовых и газовых приборов, отопительных печей, применении источников открытого огня. Правила безопасности поведения при пожаре в доме (квартире, подъезде, балконе, подвале). Способы эвакуации из горящего здания. Опасности, возникающие при нарушении правил обращения с электрическими и электронными приборами. Правила безопасного использования электрических и электронных приборов. Компьютер и здоровье. Опасные вещества и средства бытовой химии. Опасности, возникающие при нарушении правил пользования ими. Действие опасных веществ и препаратов бытовой химии на организм человека и правила оказания помощи при отравлениях и ожогах. Правила безопасного использования различных инструментов при выполнении хозяйственных работ.

Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера (8ч.)

- Безопасность на дорогах

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и её составные части. Краткая характеристика современных видов транспорта. Правила поведения пассажиров на транспорте. Возникновение пожара на транспорте и его причины. Правила безопасного поведения в случае возникновения пожара на транспорте.

Тема 3. Опасные ситуации природного характера (2ч.)

- Безопасность на водоёмах

Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (2ч.)

- Нарушение экологического равновесия в местах проживания

Влияние деятельности человека на окружающую среду. Экология и экологическая безопасность. Загрязнение атмосферы, воды и почвы. Понятие о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ. Краткая характеристика состояния окружающей среды в регионе и месте проживания. Правила безопасного поведения в экологически неблагоприятных районах.

Раздел II. Основы противодействию экстремизму и терроризму в Российской Федерации (7ч.)

Тема 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение. (3ч.)

- Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте. Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приёмы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников. Основные виды мошенничества, которые наиболее часто встречаются в повседневной жизни. Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. Правила безопасного поведения в толпе. Психологическая картина толпы. Поведение толпы при возникновении паники. Рекомендации по правилам безопасного поведения в толпе.

Тема 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (4ч.)

- Экстремизм и терроризм.

Общие понятия об экстремизме и об терроризме, причины их возникновения. Основные виды террористической деятельности. Правила поведения в повседневной жизни, чтобы не стать правонарушителями. План действий при угрозе возникновения теракта и при теракте. Виды террористических актов и их особенности. Ответственности несовершеннолетних за антиобщественное поведение.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (10ч.)

Раздел III. Основы здорового образа жизни (5ч.)

Тема 6. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3ч.)

- Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни

Здоровье физическое и духовное. Режим труда и отдыха. Умственная и физическая работоспособность. Режим дня. Профилактика переутомления. Движение – естественная потребность организма. Физическая культура и закаливание. Личная гигиена.

Тема 7. Факторы, разрушающие здоровье (2ч.)

- Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Тема 8. Первая медицинская помощь и правила её оказания (5ч.)

- Оказание первой медицинской помощи

Медицинская (домашняя) аптечка. Перевязочные и лекарственные средства. Средства индивидуальной защиты органов дыхания (противогаз ГП-7, детский противогаз ПДФ-Ш), их использование. Первая медицинская помощь при травмах. Способы остановки кровотечений. Первая медицинская помощь при переломах. Правила и способы транспортировки пострадавших. Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами. Первая медицинская помощь при утоплении и удушении. Первая медицинская помощь при тепловом и солнечном ударе, обморожении.

**УЧЕБНО - ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН ПО КУРСУ
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»
5 класс**

| № урока | Тема урока | Виды контроля | Содержание |
|--|------------|---------------|------------|
| Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства (24ч.) Раздел I. Основы комплексной безопасности (17ч.) 1.1.: «Человек, среда его обитания, безопасность человека» (5 ч) | | | |
| <p>Планируемые результаты освоения раздела.</p> <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none">• формирование 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;• формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;• понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека; <p>Метапредметные.</p> <p>Регулятивные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none">• 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 познавательной деятельности; <p>Познавательные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none">• умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы; <p>Коммуникативные УУД:</p> | | | |

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

| | | | |
|---|--|------|--|
| 1 | Город как среда обитания. | | |
| 2 | Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища. | | |
| 3 | Особенности природных условий в городе. | | |
| 4 | Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность. | | |
| 5 | Безопасность в повседневной жизни | Тест | |

1.2.: Опасные ситуации техногенного характера (8 ч)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- формирование 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;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собствен-

ные возможности её решения;

Познавательные УУД:

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

Коммуникативные УУД:

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

| | | | |
|----|---|--------------------|--|
| 6 | Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения | | |
| 7 | Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения | Тест | |
| 8 | Пешеход. Безопасность пешехода. | | |
| 9 | Пассажир. Безопасность пассажира | | |
| 10 | Водитель | | |
| 11 | Безопасность велосипедиста | Контрольная работа | |
| 12 | Пожарная безопасность | | |
| 13 | Безопасное поведение в бытовых ситуациях | Тест | |

1.3.: Опасные ситуации природного характера (2 ч)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- формирование 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;

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- 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 познавательной деятельности;

Познавательные УУД:

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

Коммуникативные УУД:

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

| | | | |
|----|---|-------------|--|
| 14 | Погодные условия и безопасность человека. | | |
| 15 | Безопасность на водоёмах | Тест | |

1.4.: Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (2 ч)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;
- знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;

- формирование 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;

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- 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 познавательной деятельности;

Познавательные УУД:

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.
- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

Коммуникативные УУД:

формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

| | | | |
|----|--|--|--|
| 16 | Чрезвычайные ситуации природного характера | | |
| 17 | Чрезвычайные ситуации техногенного характера | | |

Раздел II. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации(7ч.)

2.1.: Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (3 ч)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и

нанесение иного вреда здоровью;

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

Коммуникативные УУД:

- 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;

| | | | |
|----|---|-------------|--|
| 18 | Антиобщественное поведение и его опасность. | | |
| 19 | Обеспечение личной безопасности дома. | | |
| 20 | Обеспечение личной безопасности на улице | Тест | |

2.2.: Экстремизм и терроризм — чрезвычайные опасности для общества и государства (4 ч)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- 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;

- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

Коммуникативные УУД:

- 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.

| | | | |
|----|--|--|--|
| 21 | Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. | | |
| 22 | Виды экстремистской и террористической деятельности. | | |
| 23 | Виды террористических актов и их последствия. | | |

| | | | |
|--|---|--------------------|--|
| 24 | Ответственность несовершеннолетних за ан- тиобщественное поведение и участие в террористической деятельности | Контрольная работа | |
| Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (12ч.) Раздел III. Основы здорового образа жизни (5ч.) 3.1.: Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3 ч) | | | |
| <p>Планируемые результаты освоения раздела.</p> <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни; • понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности; • формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью; <p>Метапредметные.</p> <p>Регулятивные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 познавательной деятельности; <p>Познавательные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> • умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии и делать выводы; <p>Коммуникативные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 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; | | | |
| 25 | О здоровом образе жизни. | | |

| | | | |
|----|--|--|--|
| 26 | Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия укрепления здоровья. | | |
| 27 | Рациональное питание. Гигиена питания | | |

3.2.: Факторы, разрушающие здоровье (2 ч)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- 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 познавательной деятельности;

Познавательные УУД:

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии и делать выводы;

Коммуникативные УУД:

- 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;

| | | | |
|----|----------------------------------|--|--|
| 28 | Вредные привычки и их влияние на | | |
|----|----------------------------------|--|--|

| | | | |
|---|--|------|--|
| | здоровье. | | |
| 29 | Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек | тест | |
| Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (5ч.) | | | |
| 4.1.: Первая помощь и правила её оказания (5 ч) | | | |
| Планируемые результаты освоения раздела. | | | |
| Предметные: | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; • умение оказать первую помощь пострадавшим; • умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей. | | | |
| Метапредметные. | | | |
| <u>Регулятивные УУД:</u> | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • 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 познавательной деятельности; | | | |
| <u>Познавательные УУД:</u> | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач; • освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим. | | | |
| <u>Коммуникативные УУД:</u> | | | |
| <ul style="list-style-type: none"> • 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; | | | |
| 30 | Первая помощь при различных видах | | |

| | | | |
|----|---|---------------------|--|
| | повреждений | | |
| 31 | Первая помощь при различных видах повреждений | практическая работа | |
| 32 | Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах | | |
| 33 | Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах | практическая работа | |
| 34 | Первая помощь при отравлениях | практическая работа | |

**КАЛЕНДАРНО – ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
ПО ОСНОВАМ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
5 класс**

| № урока | Тема урока | Содержание учебного материала | Планируемые результаты освоения раздела | | | | Дата | |
|--|--|---|--|---|--|---|-------|-------|
| | | | Предметные | Метапредметные | | | План. | Факт. |
| | | | | <u>Регулятивные УУД</u> | <u>Познавательные УУД</u> | <u>Коммуникативные УУД</u> | | |
| Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства (22ч.) | | | | | | | | |
| Раздел I. Основы комплексной безопасности (15ч.) | | | | | | | | |
| 1.1. Человек, среда его обитания, безопасность человека (5ч.) | | | | | | | | |
| 1 | Город - как среда обитания человека. | Наличие зон повышенной опасности. Алгоритм поведения. | <ul style="list-style-type: none"> формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, | <ul style="list-style-type: none"> 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 | <ul style="list-style-type: none"> умение определять понятия, создавать обобщения, ус-танавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористическо-й и экстремистской | формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. | | |
| 2 | Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища. | Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище, и меры по их профилактике. | | | | | | |

| | | | | | | | | |
|---|---|--|---|---|---|--|--|--|
| 3 | Особенности природных условий в городе. | Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды. | техногенного и социального характера; <ul style="list-style-type: none"> • формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни; • понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды | для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; | деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы; | | | |
| 4 | Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность. | Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город- столица, город-порт). Зоны повышенной криминогенной опасности зоны безопасности в городе. | для полноценной жизни человека; | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|--|---|---|---|--|--|--|
| 5 | Безопасность в повседневной жизни | Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций. | | | | | | | |
| 1.2. Опасные ситуации техногенного характера(8 ч.) | | | | | | | | | |
| 6 | Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. | Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения. Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Дорожные знаки. Светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения. | <ul style="list-style-type: none"> • формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания | <ul style="list-style-type: none"> • умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий | <ul style="list-style-type: none"> • освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим. | <ul style="list-style-type: none"> • формирование и развитие компетентности в области использования информационных коммуникационных технологий; формирование умений взаимодействие | | | |

| | | | | | | | | |
|---|---|--|--|---|--|---|--|--|
| 7 | Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. | Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения. Регулирование дорожного движения. Дорожная разметка. Дорожные знаки. Светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения. | значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера; <ul style="list-style-type: none"> • знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях | в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; <ul style="list-style-type: none"> • умение оценивать правильность выполнения | | вать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций | | |
| 8 | Пешеход. Безопасность пешехода | Пешеход- участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге. | опасных и чрезвычайных ситуаций; <ul style="list-style-type: none"> • умение принимать обоснованные решения в конкретной | учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения; | | | | |
| 9 | Пассажир. Безопасность пассажира. | Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажира грузовым транспортом. | опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей. | | | | | |

| | | | | | | | | |
|----|--|--|--|--|--|--|--|--|
| 10 | Водитель. | Транспортное средство и водитель. Общие обязанности водителя. | | | | | | |
| 11 | Велосипедист-водитель транспортного средства. | Велосипедист-водитель транспортного средства. Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда, обязанности велосипедиста, правила его поведения на дороге. | | | | | | |
| 12 | Пожарная безопасность | Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище. Личная безопасность при пожаре. | | | | | | |

| | | | | | | | | | |
|--|--|--|---|---|--|--|--|--|--|
| 13 | Безопасное поведение в бытовых ситуациях. | Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами. Бытовым газом со средствами бытовой химии Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером.. Профилактика травм при занятии физической культурой и спортом. | | | | | | | |
| 1.3. Опасные ситуации природного характера.(2ч) | | | | | | | | | |
| 14 | Погодные условия и безопасность человека. | Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений. | <ul style="list-style-type: none"> • знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, | <ul style="list-style-type: none"> • умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе | <ul style="list-style-type: none"> • освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях | формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные | | | |

| | | | | | | | | |
|----|---------------------------------|--|---|---|---|---|--|--|
| 15 | Безопасность на водоемах | <p>Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.</p> | <p>техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства;</p> <ul style="list-style-type: none"> • знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; <p>формирование 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</p> | <p>альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;</p> <ul style="list-style-type: none"> • умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; | <p>природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.</p> <p>умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач</p> | <p>социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.</p> | | |
|----|---------------------------------|--|---|---|---|---|--|--|

Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (2ч.)

| | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|--|--|--|
| 16 | Чрезвычайные ситуации природного характера | Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясение, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика ЧС природного характера, их последствия. | <ul style="list-style-type: none"> • знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм и их последствия для личности, общества и государства; | <ul style="list-style-type: none"> • умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач; | <ul style="list-style-type: none"> • освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим. | формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций | | |
| 17 | Чрезвычайные ситуации техногенного характера | ЧС техногенного характера: аварии на радиационно опасных объектах, аварии на пожаровзрывоопасных объектах, аварии на химических объектах. | <ul style="list-style-type: none"> • знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; | <ul style="list-style-type: none"> • умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности | <ul style="list-style-type: none"> • умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач | | | |

Раздел II. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации(7ч.)

2.1. Опасные ситуации социального характера и антиобщественное поведение (3ч.)

| | | | | | | | | |
|----|--|---|--|--|---|---|--|--|
| 18 | Антиобщественное поведение и его опасности. | Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации. | <ul style="list-style-type: none"> • понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности; • формирование установок на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью | <ul style="list-style-type: none"> • умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения; • владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности | умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы | <ul style="list-style-type: none"> • 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 | | |
| 19 | Обеспечение личной безопасности дома | Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома. | | | | | | |
| 20 | Обеспечение личной безопасности на улице | Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасные ситуации. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе. Взрывное устройство на улице. | | | | | | |

2.2. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (4ч.)

| | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|--|---|--|--|
| 21 | Экстремизм и терроризм: опасные понятия и причины их возникновения. | Познакомить с понятиями экстремизм и терроризм, причины их возникновения | <ul style="list-style-type: none"> • 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; | <ul style="list-style-type: none"> • умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения; | умение определять понятия, создавать обобщения, ус-танавливать аналогии, классифицирова-ть, самостоя-тельно выбирать основания и критерии, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы | 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 ин-тересов; формулировать , аргументирова-ть и отстаивать своё мнение. | | |
| 22 | Виды экстремистской и террористическо й деятельности. | Познакомить с видами экстремистской и террористической деятельности. | | | | | | |
| 23 | Виды террористически х актов и их последствия. | Познакомить с видами террористических актов и из последствиями | | | | | | |
| 24 | Ответственность несовершеннолет них за антиобщественно е поведение и участие в террористическо й деятельности. | Познакомить с ответственностью несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности | <ul style="list-style-type: none"> • формирова-ние анти экстре мистской и анти террористической личностной позиции; | <ul style="list-style-type: none"> • умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения; владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности | | | | |

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (12ч.)

Раздел III. Основы здорового образа жизни (5ч.)

3.1. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни (3ч.)

| | | | | | | | | | |
|---|---|---|--|--|--|---|--|--|--|
| 25 | О здоровом образе жизни | ЗОЖ как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. | <ul style="list-style-type: none"> • формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни; • понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности; • формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью | <ul style="list-style-type: none"> • 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 познавательной деятельности | умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии и делать выводы | 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 | | | |
| 26 | Двигательная активность и закаливание организма - необходимые условия укрепления здоровья. | Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. | | | | | | | |
| 27 | Рациональное питание. Гигиена питания. | Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Гигиена питания. | | | | | | | |
| 3.2. Факторы, разрушающие здоровье (2ч.) | | | | | | | | | |
| 28 | Вредные привычки и их влияние на здоровье человека | Вредные привычки (курение, употребление алкоголя), их отрицательное | <ul style="list-style-type: none"> • формирование убеждения в необходимости безопасного и | <ul style="list-style-type: none"> • умение самостоятельно планировать пути достижения целей | умение определять понятия, создавать обобщения, ус- | умение организовывать учебное сотрудничество и совместную | | | |

| | | | | | | | | |
|----|---|---|---|---|---|--|--|--|
| 29 | Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек | <p>влияние на развитие способностей человека и его здоровье. Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия постоянного курения для здоровья человека. Как уберечь себя курения. Алкоголь - наркотический яд. Алкоголь и преступность. Познакомить с правилами здорового образа жизни</p> | <p>здорового образа жизни;</p> <ul style="list-style-type: none"> • понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности; • формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью | <p>защищённости, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;</p> <p>умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности</p> | <p>танавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии и делать выводы</p> | <p>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</p> | | |
|----|---|---|---|---|---|--|--|--|

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (5ч.)

4.1. Первая помощь и правила ее оказания (5ч.)

| | | | | | | | | |
|----|--|---|--|---|--|--|--|--|
| 30 | Первая помощь при различных видах повреждений | <p>ПМП, общее положение по оказанию ПМП. Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.</p> | <ul style="list-style-type: none"> • знание и умение применять правила безопасного поведения в условиях | <ul style="list-style-type: none"> • умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе | <ul style="list-style-type: none"> • умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, | <p>умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и</p> | | |
|----|--|---|--|---|--|--|--|--|

| | | | | | | | | |
|----|--|--|---|--|---|---|--|--|
| 31 | Первая помощь при различных видах повреждений | ПМП, общее положение по оказанию ПМП. Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома. | опасных и чрезвычайных ситуаций; <ul style="list-style-type: none"> • умение оказать первую помощь пострадавшим; умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учётом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей | 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 познавательной деятельности | модели и схемы для решения учебных и познавательных задач; <ul style="list-style-type: none"> • освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим. | 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 | | |
| 32 | Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах | Правила оказания первой медицинской помощи при ушибах и ссадинах | | | | | | |
| 33 | Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах | Правила оказания первой медицинской помощи при ушибах и ссадинах | | | | | | |
| 34 | Первая помощь при отравлениях | Оказание ПМП при отравлениях медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами, никотином угарным газом. | | | | | | |