***Урок 1.***

***Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия***

**Цель урока.** Дать учащимся представление о значении огня в жизнедеятельности человека, о причинах возникновения пожаров и их возможных последствиях для безопасности человека. Сформировать у учащихся убеждение в необходимости знать правила пожарной безопасности и соблюдать их в повседневной жизни.

**Изучаемые вопросы**

1. Значение огня в жизнедеятельности человека.
2. Пожары в жилом секторе и их последствия.
3. Основные причины возникновения пожаров в жилом секторе.

**Изложение учебного материала**

1. Используя материалы курса истории, обсудить с учащимися значение огня в жизнедеятельности человека на разных этапах развития общества.

Овладение огнем дало человеку возможность обеспечивать свои возрастающие потребности. Огонь помог ему расселиться по Земле. Благодаря использованию огня человек становился все меньше зависимым от природных условий существования.

Сегодня невозможно представить жизнь человека без ис­пользования огня. Он нужен всюду: в домах, в школах, на заво­дах и фабриках, в сельском хозяйстве. Все блага цивилизации стали возможными благодаря освоению и умелому примене­нию могучей силы огня.

2. Прежде чем рассмотреть особенности пожаров в жилом сек­торе, дать определение пожару, поговорить о том, что пожары воз­никают, когда огонь выходит из-под контроля человека и процесс горения становится неуправляемым, неподвластным человеку.

Особенность пожаров в жилом секторе, а также в общест­венных местах (в местах массового скопления людей) — в их наибольшей опасности. Замкнутость горящих помещений и связанная с этим чрезмерная скученность людей, возможная паника, вертикальное распространение огня, ядовитые вещест­ва, выделяющиеся при горении синтетических материалов, — все это приводит к наиболее трагическим последствиям.

3. Наиболее распространенные причины пожаров в быту

1. Неосторожное обращение с огнем.
2. Неправильная эксплуатация печного отопления.
3. Шалости детей.

В заключение урока необходимо отметить, что полностью избежать возникновения пожаров в быту невозможно, но умень­шить вероятность возгораний за счет снижения отрицательного влияния человеческого фактора необходимо. Для этого каждый человек должен знать общие правила поведения в области по­жарной безопасности и соблюдать их в повседневной жизни.

**Контрольные вопросы**

1. В чем значение огня в жизни человека?
2. Где наиболее часто возникают пожары? Объясните по­чему.
3. Перечислите основные причины возникновения пожа­ров в повседневной жизни.
4. Приведите примеры возникновения пожара из-за не­осторожного обращения с огнем.
5. Какие неисправности электропроводки могут привести к пожару?

**Домашнее задание**

1. Изучите § 1.1 учебника.
2. Приведите известные вам примеры возникновения по­жара по причине человеческого фактора, случившиеся за по­следние годы в районе вашего проживания.

***Урок 2.***

***Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения. Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности.***

**Цель урока.** Разъяснить учащимся значение профилактики пожаров; обсудить основные направления деятельности чело­века по обеспечению пожарной безопасности. Сформировать у учащихся чувство ответственного отношения к правилам пожарной безопасности, к рекомендациям специалистов по правилам поведения для обеспечения личной безопасности во время пожара.

**Изучаемые вопросы**

1. Значение профилактики пожаров.
2. Основные направления деятельности человека по обес­печению пожарной безопасности.
3. Защита населения Российской Федерации от пожаров
4. Основные права и обязанности граждан в области пожарной безопасности.
5. Ответственность граждан за нарушение требований пожарной безопасности.

**Изложение учебного материала**

1. Опираясь на примеры из курса истории, напомнить уча­щимся, что, с одной стороны, овладение огнем позволило че­ловеку воздействовать на окружающую среду и воздействия эти стали соизмеримы с силами природы. С другой стороны, огонь стал одним из источников огромной разрушительной силы. Превращает огонь в страшную, всеразрушающую стихию преж­де всего человек. Значит, от человека зависит, какой стороной огонь повернется к людям (будет он врагом или другом). Рассмотреть информацию последнего года о пожарах в России и за рубежом.

Второй вопрос логически вытекает из первого: огонь становится врагом человека, когда вырывается из-под контроля. Значит, основные усилия человека должны быть направлены на выработку мер пожарной безопасности. Далее выделить три взаимосвязанных направления в этой деятельности, подчеркнув, что все три направления постоянно совершенствуются государством, а их реализация способствует повышению уровня общей культуры населения в области пожарной безопасности.

3. Особое внимание следует уделить системе организации пожарной охраны в Российской Федерации. Рассказать о деятельности пожарно-спасательных подразделений МЧС, о разработках Всероссийского научно-исследовательского института противопожарной обороны МЧС России.

В заключение урока попросить учащихся самим сделать вывод. Он должен звучать так: каждый человек должен ответственно относиться к вопросам обеспечения пожарной безопасности в повседневной жизни, уметь правильно действовать во время пожара.

4. Личная безопасность человека в ситуациях, возникающих при пожаре, прежде всего зависит от его поведения, соблюдения правил пожарной безопасности в повседневной жизни и умения действовать во время пожара.

*Права граждан в области пожарной безопасности*

**Каждый человек в случае пожара имеет право на:**

* защиту жизни, здоровья и имущества;
* возмещение ущерба в установленном порядке;
* участие в установлении причин пожара, нанесшего ущерб здоровью и имуществу;
* получение информации по вопросам пожарной безопасности;
* участие в мероприятиях по обеспечению пожарной безо­пасности.

Права человека с необходимостью подкрепляются его *обязанностями.* **В области пожарной безопасности каждый человек обязан:**

* соблюдать требования пожарной безопасности (в том чис­ле научиться обращению с огнем в повседневной жизни; иметь подручные средства пожаротушения в доме (квартире), научить­ся ими пользоваться;
* иметь в помещении первичные средства тушения пожаров в соответствии с правилами пожарной безопасности;
* при обнаружении пожаров немедленно уведомить пожар­ную охрану;
* до прибытия пожарной охраны принимать посильные меры по тушению пожара, спасению людей, имущества;
* выполнять все законные требования должностных лиц по­жарной охраны.

5. Познакомить обучаемых с ответственностью, которую несут граждане за нарушение правил пожарной безопасности (ст. 167 УК РФ).

**Контрольные вопросы**

1. При каких условиях огонь становится опасным для че­ловека?
2. Какие основные мероприятия проводятся в государстве по защите населения от пожаров?
3. Как организована пожарная безопасность в Российской Федерации?
4. Какие основные мероприятия проводит МЧС России по совершенствованию пожарной безопасности в стране?
5. Каковы основные права граждан Российской Федерации в области пожарной безопасности?
6. Каковы обязанности граждан РФ в области пожарной безопасности и в чем их значение для обеспечения личной безопасности?
7. Какие виды ответственности предусмотрены за наруше­ние правил пожарной безопасности?

**Домашнее задание**

1. Изучите § 1.2 , § 1.3 учебника.

***Урок 3.***

***Безопасное поведение на водоемах в различных условиях.***

***Оказание помощи терпящим бедствие на воде.***

**Цель урока.** Систематизировать знания учащихся в облас­ти безопасного поведения на водоемах в различных жизненных ситуациях. Систематизировать знания обучаемых по безопасному поведению на водоемах во время активного отдыха в природных условиях. Закрепить знания правил безопасного поведения на воде во время купания, во время водных походов в условиях аварийной ситуации, возникшей во времяводного пожара. Познакомить учащихся с основными способа­ми оказания помощи терпящим бедствие на воде.

**Изучаемые вопросы**

1. Значение воды в жизнедеятельности человека, безопас­ность на воде.
2. Рекомендации специалистов МЧС России по правилам безопасного поведения на воде.
3. Правила безопасного купания в различных водоемах.

Возможные аварийные ситуации во время водных походов и правила безопасного поведения при них.

1. Общие рекомендации по оказанию помощи терпящим бедствие на воде. Способы транспортировки пострадавшего.

**Изложение учебного материала**

1. Содержание первого вопроса раскрыть на материале курсов истории и географии: вода защищала от напа­дения врагов, служила дорогой, способствовала расселению че­ловека по Земле и удовлетворению его жизненных потребно­стей. Кратко осветив эти вопросы, переходим к специфике ОБЖ: общение человека с водой потребовало от него определенных знаний и умений по безопасному поведению на воде с учетом ее свойств. Привести материалы статистики о гибели на водоемах.
2. Тщательно проработать с учащимися рекомендации спе­циалистов МЧС России по правилам безопасного поведения при наводнениях, на замерзших водоемах, при следовании в качестве пассажира на морских и речных судах.
3. Далее необходимо повторить с учащимися правила безопас­ного поведения на воде во время купания. Сформировать у них убеждение в необходимости для обеспечения личной безопас­ности не только знать, но и постоянно соблюдать эти правила.

Обратить внимание учащихся на то, что важным условием безопасности на воде являются дисциплина и организован­ность. Шутки, игры не должны переходить известных границ.

Повто­рить основные правила безопасного поведения во время водно­го похода, подчеркнув, что водный туризм является одним из наиболее сложных видов туризма и подготовка к водным путе­шествиям имеет ряд своих особенностей.

Кроме того, путешествие на воде требует от участников по­хода высокой дисциплины, соблюдения правил поведения на маршруте, а также точного и быстрого выполнения команд ру­ководителя.

4. Коротко познакомить учащихся с общими правилами оказания помощи терпящим бедствие на воде. Эти правила из­ложены в учебнике.

Необходимо подчеркнуть, что приемами спасения утопающего должен владеть каждый человек, умеющий плавать.

Познакомить учащихся с основными способами освобождения от захватов при оказании помощи утопающему.

* Если тонущий захватил руки спасателя за запястья, то освободиться можно, если сделать рывок внутрь — в сторону больших пальцев потерпевшего или, упершись согнутыми ногами в грудь, оттолкнуться от него.
* При обхвате руками шеи спасателя спереди ему нужно, захватив локти тонущего, послать их вверх и быстро опуститься под воду. Если же тонущий обхватил шею спасателя сзади, то нужно захватив верхнюю руку тонущего одной рукой за запястье, а другой за локоть, поднять руку потерпевшего и пронести ее через свою (спасателя) голову, одновременно опускаясь на глубину.
* При захвате туловища вместе с руками спереди надо, резко разводя свои руки в стороны, погрузиться в воду (уйти в глубину). Так же следует действовать и при захвате сзади.

Познакомить учащихся со способами транспортировки пострадавшего на воде:

* при плавании с утопающим нельзя класть его на себя. Придать ему горизонтальное положение так, чтобы рот и нос находились на поверхности воды;
* буксировка за голову;
* буксировка с захватом под мышками;
* буксировка с захватом под руку;
* буксировка с захватом выше локтей;
* буксировка с захватом за волосы или воротник;
* буксировка при оказании помощи уставшему пловцу.

В заключение урока необходимо обратить внимание обучае­мых на одну очень важную деталь при спасении утопающе­го — вынос потерпевшего из воды. Подплыв к берегу и встав на дно, спасатель удобно захватывает тонущего под руки, осторожно приподнимает его и, передвигаясь спиной вперед, вытаскивает на берег, укладывает на ровном месте на одеяло или другую подстилку, после чего сразу же приступает к оказанию первой медицинской помощи.

Если на месте происшествия не оказалось врача или меди­цинской сестры (или они не успели подъехать), первую меди­цинскую помощь до их прибытия оказывает спасатель, предва­рительно оценив состояние пострадавшего.

Контрольные вопросы

1. Какой порядок действий спасателя рекомендуется при оказании помощи терпящему бедствие на воде?
2. Какими качествами и навыками должен обладать спаса­тель, оказывающий помощь терпящему бедствие на воде?
3. Какие существуют способы освобождения от захватов тонущего человека при оказании ему помощи на воде?
4. Какие существуют способы транспортировки пострадав­шего?

**Домашнее задание**

1. Изучите § 3.1, 3.2, 3.3 учебника.

**Урок 4. Загрязнение окружающей природной среды и здоровье человека**

**Цель урока.** Сформировать у учащихся убеждение в необ­ходимости сохранения окружающей природной среды и фор­мирования у каждого человека культуры в области экологиче­ской безопасности.

**Изучаемые вопросы**

1. Влияние жизнедеятельности человека на загрязнение окружающей среды.
2. Загрязнение атмосферы, почв и природных вод в резуль­тате жизнедеятельности человека.
3. Влияние последствий от загрязнения окружающей при­родной среды на здоровье человека.

**Изложение учебного материала**

1. Отметить, что человек издавна рассматривал окружаю­щую среду в основном как источник ресурсов. При этом боль­шую часть взятых от природы ресурсов он возвращает в виде отходов, что поставило под угрозу существование как биосфе­ры, так и человека (использовать данные статистики). Остано­виться на предельно допустимых нормах концентрации (ПДК) вредных веществ в атмосфере, в почве и в воде.
2. Отметить, что к основным источникам загрязнения ат­мосферы относятся предприятия топливно-энергетического комплекса, транспорт, промышленные предприятия. Подчерк­нуть, что особую опасность представляет загрязнение тяжелыми металлами. Свинец, кадмий, ртуть, медь, никель, цинк, хром, ванадий — практически постоянные компоненты воздуха про­мышленных центров. Свыше 250 тыс. т свинца ежегодно в мире выбрасывается в воздух с выхлопными газами автомобилей.

Рассмотреть особенности загрязнения почв и водной среды.

3. Раскрывая содержание третьего вопроса, необходимо подчеркнуть, что загрязнение атмосферы, почв и воды приводит к нарушениям существующих в природе циклов обмена веществ и энергии. Из-за увеличения масштабов техногенной деятельности человека наметились глобальные изменения в биосфере, которые уже сказываются на здоровье человека и состоянии генетического фонда человечества. Эти изменения в дальнейшем могут привести к необратимым процессам и в конечном итоге н невозможности существования человека на Земле.

В заключение урока отметить, что для человека естественно желание иметь здоровую, продолжительную, комфортную жизнь, а также возможность реализации своих интеллектуальных, эстетических, культурных и других потребностей. Поэтому необходим поиск оптимальных решений в организации жизнедеятельности человека, и в особенности производственной его деятельности.

Контрольные вопросы

1. Как влияет жизнедеятельность человека на окружающую природную среду?
2. Какие факторы определяют экологическую обстановку в районе вашего проживания?
3. Как влияет загрязнение атмосферы, почв и природных вод на здоровье человека?
4. Почему так остро в настоящее время встал вопрос о защите окружающей природной среды?
5. Какие качества человека характеризуют его общий уровень культуры в области экологической безопасности?

Домашнее задание

1. Изучите § 4.1 учебника.
2. Составьте перечень промышленных объектов, которые расположены в районе вашего проживания, и оцените их влияние на экологическую обстановку в районе. Свои наблюдения и выводы запишите в дневник безопасности.

**Урок 5. Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке.**

**Цель урока.** Сформировать у учащихся устойчивое убеждение в необходимости сохранять окружающую природную среду и беречь личное здоровье.

**Изучаемые вопросы**

1. Расширение возможностей организма человека противостоять опасным факторам окружающей среды.
2. Формирование потребности в сохранении окружающей природной среды.
3. Снижение вредного воздействия на организм человека неблагоприятных факторов окружающей среды.

**Изложение учебного материала**

Во вступительной части урока целесообразно отметить, что значительного снижения уровня загрязнения окружающей нас природной среды в ближайшем будущем вряд ли можно ожидать. Поэтому важно снизить отрицательное влияние загрязнения на здоровье человека, внося соответствующие изменения в свой образ жизни, повысив общую культуру в области экологической безопасности.

1. Рассмотреть, каковы пути расширения возможностей организма противостоять отрицательному воздействию. Прежде всего, это здоровый образ жизни и правильное пи­тание. В ежедневном рационе обязательно должны присутствовать витамины А, С и Е.

Особо подчеркнуть необходимость воспитания в себе отри­цательного отношения к вредным привычкам.

1. Каждый человек может внести посильный вклад в сохра­нение окружающей природной среды, сформировав в себе по­требность в этом и личную ответственность за это.
2. В процессе совместного обсуждения сформулировать возможность отрицательного воздействия среды на организм и необходимость правильного поведения: живя в промышленной зоне, проветривать помещение, учитывая направление ветра; стараться не ходить вдоль автомобильных магистралей с интен­сивным движением транспорта, особенно если ветер дует со стороны автомагистрали; для занятий физической культурой выбирать место в парке или сквере и т. д.

В заключение урока подчеркнуть, что все человечество ищет пути, как предотвратить экологический кризис и сохра­нить нашу планету для будущих поколений людей. Каждый че­ловек должен стремиться сохранять окружающую природную среду и бережно относиться к своему здоровью.

**Контрольные вопросы**

1. Как можно расширить защитные возможности организ­ма при неблагоприятной экологической обстановке?
2. Как в повседневной жизни можно способствовать сохра­нению окружающей природной среды?
3. Какие меры безопасности целесообразно соблюдать в местах с неблагоприятной экологической обстановкой?

**Домашнее задание**

1. Изучите § 4.2 учебника.
2. Подберите по своему вкусу продукты, в которых присут­ствуют витамины А, С, Е. Вместе с родителями продумайте, как разумно внедрить их в рацион. Свои пожелания по исполь­зованию витаминов и оценку их влияния записывайте в днев­ник безопасности.

**Урок 6. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера**

**Цель урока.** Познакомить учащихся с чрезвычайными ситуациями техногенного характера и основными причинами их возникновения; дать общее представление о классификации чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

**Изучаемые вопросы**

1. Причины возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера.
2. Объекты экономики, возникновение на которых производственных аварий может привести к чрезвычайным ситуациям техногенного характера.
3. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

**Изложение учебного материала**

1. Дать определения таким понятиям, как «авария», «катастрофа», «чрезвычайная ситуация», предварительно подчеркнув, что чрезвычайные ситуации техногенного характера являются результатом производственной деятельности человека.
2. Охарактеризовать объекты экономики, имеющие риск возникновения производственных аварий, способных привести к чрезвычайным ситуациям:

* радиационно опасные объекты;
* химически опасные объекты;
* взрыво- и пожароопасные объекты;
* газо- и нефтепроводы и т. д.

Вновь подчеркнуть, что опасности техногенного характера возникают в процессе хозяйственной деятельности человека, следовательно, обусловлены человеческим фактором. Привести данные статистики.

3. Обратить внимание обучаемых на то, что для установле­ния единого подхода к оценке чрезвычайных ситуаций техно­генного характера и выработки мер адекватного реагирования на них в нашей стране разработана классификация чрезвычай­ных ситуаций.

Основаниями классификации могут быть типы чрезвычай­ных событий и их источники; масштабы распространения чрезвычайных ситуаций и тяжесть последствий.

В заключение урока целесообразно подчеркнуть, что в на­стоящее время наибольшую опасность для населения и окру­жающей природной среды по масштабу распространения и тяжести последствий представляет возникновение крупных аварий, которые могут произойти на радиационно и химически

опасных объектах, на взрыво- и пожароопасных объектах и на гидротехнических сооружениях. Тем самым подвести учащихся к следующему уроку, где будут подробно рассмотрены вопросы обеспечения безопасности населения при возникновении ава­рий на этих объектах.

**Контрольные вопросы**

1. Чем обусловлено возникновение чрезвычайных ситуа­ций техногенного характера?
2. Какие объекты экономики в случае производственной аварии на них представляют серьезную опасность для населе­ния и окружающей среды?
3. Какие чрезвычайные ситуации относятся к Чрезвычай­ным ситуациям техногенного характера?
4. Какие критерии положены в основу классификации чрезвычайных ситуаций техногенного характера по масштабу их распространения и тяжести последствий?

**Домашнее задание**

1. Изучите § 5.1 учебника.
2. Подберите пример наиболее характерной чрезвычайной ситуации техногенного характера, имевшей место в регионе ва­шего проживания. Укажите причину ее возникновения, пере­числите последствия, постарайтесь определить свое поведение в аналогичной ситуации. Запишите это в свой дневник безо­пасности.

**Урок 7. Аварии на радиационно опасных объектах и их возможные последствия. Обеспечение радиационной безопасности населения.**

**Цель урока.** Познакомить учащихся с понятиями «радиаци­онно опасный объект», «ионизирующее излучение», «радиоак­тивное загрязнение окружающей среды». Дать общее представле­ние о последствиях аварий на радиационно опасных объектах и о влиянии ионизирующего излучения на организм человека. Сформировать у учащихся понимание неизбежности развития ядерной энергетики; познакомить с политикой радиационной безопасности.

**Изучаемые вопросы**

1. Радиационно опасные объекты.
2. Возможные последствия аварии на радиационно опас­ном объекте.
3. Влияние ионизирующего излучения на организм человека.
4. Развитие ядерной энергетики и обеспечение радиационной безопасности.
5. Нормы радиационной безопасности, установленные на территории России.
6. Рекомендации специалистов МЧС России по правила поведения населения, проживающего в непосредственной близости от радиационно опасных объектов.

**Изложение учебного материала**

1. Познакомить учащихся с особенностями радиационно опасных объектов, дать представления об ионизирующих излу­чениях. Назвать типы радиационно опасных объектов.
2. Познакомить учащихся с классификацией тяжести ава­рий на АЭС, в основе которой лежит специальная шкала, раз­работанная МАГАТЭ. Шкала имеет 7 категорий тяжести по­следствий аварий и происшествий на АЭС и предназначена для оценки серьезности происшедшего, быстрого оповещения ивыбора адекватных мер безопасности.

3. Дать информацию об ионизирующем излучении, спо­собном привести к развитию лучевой болезни. Рассказать остадиях лучевой болезни и ее последствиях.

В заключение урока отметить, что без ядерной энергетики человечеству, вероятно, не обойтись. Поэтому в настоящее время проводятся интенсивные исследования с целью повышения безопасности реакторов АЭС, усиления средств их защиты, втом числе и от ошибочных действий обслуживающего персонала, принимаются меры повышения уровня общей культуры в области безопасности у населения, проживающего в зонах АЭС.

4. Еще раз подчеркнуть, что развитие ядерной энергетики в мире неизбежно; объяснить почему. Специально подчерк­нуть, что в режиме нормальной работы АЭС не представляют опасности для здоровья персонала и населения. Опасности при использовании ядерной энергетики возникают при авариях на АЭС. Поэтому в целях обеспечения радиационной защиты на­селения нашей страны в 1995 г. был принят Федеральный за­кон «О радиационной безопасности населения».

5. Проинформировать учащихся о нормах радиационной безопасности, установленных на территории нашей страны.

В сумме эффекты от всех естественных и искусственных ис­точников излучений в настоящее время в среднем составляют 0,25 бэр в год. Следовательно, все люди на Земле получают в среднем по 0,25 бэр в год. Это и принято за начальную точку отсчета при установлении допустимых уровней облучения ор­ганизма человека.

6.Обсудить с учащимися рекомендации специалистов МЧС России по обеспечению радиационной безопасности:

* при проживании в непосредственной близости от радиационно опасных объектов;
* при получении сигнала оповещения о радиационной аварии;
* при подготовке к возможной эвакуации;
* при проживании на радиационно-загрязненной местности.

**Контрольные вопросы**

1. Какие объекты относятся к радиационно опасным?
2. Какое событие понимается как радиационная авария?
3. Какие вещества относятся к радиоактивным?
4. Что такое ионизирующее излучение и каково его влияние на организм человека?
5. Какими величинами определяется степень воздействия ионизирующего излучения на организм человека?
6. Какими факторами можно объяснить необходимость развития ядерной энергетики?
7. Когда и какие нормативы (допустимые пределы доз) об­лучения населения установлены в Российской Федерации?
8. Какие меры предусмотрены в нашей стране для защиты населения в случае возникновения радиационной аварии?
9. Что такое естественный радиационный фон?
10. Что такое радиационная авария?

**Домашнее задание**

Изучите § 5.2, 5.3 учебника.

**Урок 9. Аварии на химически опасных объектах Тамбовской области и их возможные последствия. Обеспечение химической защиты населения.**

**Цель урока.** Познакомить учащихся с опасными химиче­скими веществами (ОХВ) и с аварийно химически опасными веществами (АХОВ), обобщить знания о химически опасных объектах и последствиях, к которым может привести химиче­ская авария на этих объектах. Познакомить учащихся с общими мероприя­тиями, проводимыми в стране и в регионе для защиты населе­ния от химических аварий. Обобщить знания о средствах инди­видуальной защиты и их защитных свойствах.

**Изучаемые вопросы**

1. Опасные химические вещества и аварийно химически опасные вещества.
2. Химически опасные объекты.
3. Химическая авария и ее возможные последствия.
4. Общие мероприятия по защите населения от химиче­ских аварий.
5. Средства индивидуальной защиты и их защитные свой­ства.
6. Рекомендации специалистов МЧС России по правилам безопасного поведения при химических авариях.

**Изложение учебного материала**

1. В настоящее время химическая промышленность зани­мает одно из ведущих мест в экономике страны.

Многие химические соединения обладают высокой токсич­ностью и способны при определенных условиях вызвать массовые отравления людей и животных, а также заражение окру­жающей среды. Такие вещества называются опасными химическими веществами (ОХВ).

В настоящее время в промышленности существует более 600 тыс. наименований, но из них только немногим более 100 относятся к аварийно химически опасным веществам (АХОВ).

1. Раскрывая особенности химически опасных объектов, привести данные статистики об их количестве и суммарных запасах АХОВ, об общей площади территории России, на которой может возникнуть химическое заражение.
2. Отметив, что, несмотря на наличие в нашей стране ком­плекса мероприятий по обеспечению безопасной работы химической промышленности, аварии на химически опасных объектах случаются постоянно, сосредоточить внимание учащихся на понятиях «химическая авария», «очаг поражения AXOB», «опасный поражающий фактор химической аварии».

Отметить, что химическая промышленность, несомненно, будет развиваться и дальше, удовлетворяя потребности населения в различных видах товаров, а значит, будет расти количество химически опасных предприятий. Это неизбежно. На уровне государства будут приниматься соответствующие меры, направленные на обеспечение химической безопасности населения. Кроме того, необходимы усилия, направленные на повышение уровня химической безопасности населения, особенно проживающего вместах, где расположены химически опасные объекты.

4. Кратко остановившись на структуре системы защиты населения от химических аварий, сосредоточить внимание на мероприятиях, проводимых ГОЧС.

5. Подчеркнуть, что одним из эффективных способов за­щиты населения является использование средств индивидуаль­ной защиты (противогазов, респираторов, ватно-марлевых по­вязок и т. п.); рассмотреть их характеристики и типы.

Средства индивидуальной защиты кожи состоят из специаль­ной защитной одежды, в которую входят общевойсковой защит­ный комплект, легкий защитный костюм Л-1, защитный комби­незон, защитная фильтрующая одежда. Необходимо отметить, что специальная защитная одежда используется только личным составом формирований гражданской обороны, а население должно уметь приспосабливать повседневную одежду и обувь для исполь­зования их в качестве подручных средств для защиты кожи.

Из предметов бытовой одежды наиболее пригодны для за­щиты кожи плащи и накидки из прорезиненной ткани или тка­ни, покрытой хлорвиниловой пленкой. Для защиты ног можно использовать резиновые сапоги, резиновые боты и галоши.

1. Рассмотреть практические рекомендации специалистов МЧС России о том, как правильно вести себя в случае химической аварии. В ходе изложения материала познакомить учащихся с наиболее распространенными АХОВ (аммиак, хлор).

В заключение урока необходимо отметить, что в некоторых случаях при возникновении химической аварии и чрезвычайной ситуации можно временно укрываться в защитных сооружениях гражданской обороны, в которых предусмотрена герметичность помещений, используемых в качестве временных укрытий.

**Контрольные вопросы**

1. Какую роль играет химическая промышленность в обеспечении потребностей человека?
2. Какие химические вещества относятся к аварийно химически опасным веществам (АХОВ)?
3. Какие объекты экономики считаются химически опас­ными?
4. К каким последствиям может привести воздействие АХОВ на организм человека?
5. Что такое химическая авария? Перечислите ее возможные последствия.
6. Какие органы исполнительной власти осуществляют мероприятия по обеспечению химической безопасности населения?
7. Какие средства индивидуальной защиты используются для защиты органов дыхания от воздействия АХОВ?
8. Какие мероприятия планируются и проводятся для обес­печения химической защиты населения?
9. Какими свойствами обладают наиболее распространен­ные АХОВ — аммиак и хлор?

**Домашнее задание**

1. Изучите § 5.4, 5.5 учебника.
2. Выясните, находится ли вблизи места вашего прожива­ния химически опасный объект и какую продукцию он произ­водит. Познакомьтесь с правилами оповещения населения в случае возникновения химической аварии на объекте. Сделайте соответствующие пометки в тетради о правилах личной безо­пасности в случае возникновения аварийной ситуации в рай­оне вашего проживания.

**Урок 10. Аварии на взрывопожароопасных объектах экономики Тамбовской области. Обеспечение защиты населения от последствий аварий на данных объектах**

**Цель урока.** Систематизировать знания учащихся о взрыво- и пожароопасных объектах, познакомить их с возможными послед­ствиями аварий на этих объектах и основными причинами их воз­никновения, проиллюстрировать это на конкретном примере. Познакомить учащихся с общими мероприя­тиями, проводимыми в нашей стране по защите населения от последствий аварий на взрыво- и пожароопасных объектах, а также с мероприятиями по повышению уровня безопасности функционирования взрыво- и пожароопасных объектов. Обсу­дить с обучаемыми рекомендации специалистов МЧС России по обеспечению безопасности персонала объектов и населения, проживающего вблизи взрыво- и пожароопасных объектов.

**Изучаемые вопросы**

1. Взрыво- и пожароопасные объекты.
2. Последствия аварий на взрыво- и пожароопасных объектах.
3. Основные причины аварий на взрыво- и пожароопасных объектах.
4. Общие меры по защите населения от последствий ава­рий на взрыво- и пожароопасных объектах.
5. Мероприятия по повышению уровня безопасности функционирования взрыво- и пожароопасных объектов.
6. Рекомендации специалистов МЧС России по обеспече­нию безопасности персонала объектов и населения, проживаю­щего вблизи взрыво- и пожароопасных объектов.

**Изложение учебного материала**

1. Дать определение понятию «взрыво- и пожароопасные объекты». Наиболее часто аварии со взрывами и пожарам происходят на предприятиях химической, нефтехимической нефтеперерабатывающей отраслей промышленности, на предприятиях, производящих порох, ракетное взрывное топливо, взрывчатые вещества, пиротехнические средства и составы также продукцию на их основе. Особую опасность из-за взры­вов метана, угольной пыли и пожаров в настоящее время представляют угольные шахты.
2. Охарактеризовать аварии, возникающие на взрыво- и пожароопасных объектах:

поражающим фактором во время взрыва является воз­душная ударная волна с образованием большого количества ос­колков из летающих обломков зданий и сооружений; поражаю­щими факторами во время пожара являются высокие температуры, приводящие к ожогам различной степени, и на­личие в продуктах горения химически опасных веществ, при­водящих к отравлению различной степени.

3. Обратить особое внимание на то, что аварии на взрыво-и пожароопасных объектах вызываются в основном взрывами емкостей и трубопроводов с легковоспламеняющимися и взры­воопасными жидкостями и газами и могут привести к тяжелым социальным и экономическим последствиям.

В заключение урока для наглядной характеристики причин и последствий аварии на взрывопожароопасном объекте можно проанализировать катастрофу двух пассажирских поездов, произошедшую в Башкирии 3 июня 1989 г. в результате взрыва на трубопроводе.

4. Обратить внимание учащихся, что ущерб от последствий аварий на взрыво- и пожароопасных объектах зависит от коли­чества взрыво- и пожароопасных веществ, находящихся в них. В связи с этим все опасные производственные объекты были разделены на две категории и были определены нормы опас­ных веществ на объекте (Федеральный закон «О промышленной безопасности опасных производственных объектов» (при­нят Государственной думой 20 июня 1997 г.).

К первой категории опасных производственных объектов относятся объекты, на которых получают, хранят и транспортируют следующие опасные вещества:

* воспламеняющиеся вещества (газы, которые при нормальном давлении и в смеси с воздухом становятся самовоспламеняющимися) ;
* окисляющиеся вещества (вещества, поддерживающие горение);
* горючие вещества (вещества, способные самовозгорать­ся, а также возгораться от источника зажигания и гореть после его удаления);
* взрывчатые вещества.

Ко второй категории опасных производственных объектов относятся объекты, использующие оборудование под высоким давлением (более 0,07 МПа) или с температурой воды более 115 °С. Такими взрыво- и пожароопасными объектами могут быть не только промышленные предприятия, но также транс­портные средства со взрывоопасными грузами.

1. Подчеркнуть, что законом определены предельные нормы опасных веществ, наличие которых на взрыво- и пожа­роопасном объекте является основанием для обязательной разработки декларации промышленной безопасности. Для повы­шения устойчивости функционирования объектов экономики вчрезвычайных ситуациях практически во всех субъектах Рос­сийской Федерации созданы специальные комиссии по обес­печению безопасности работы объектов экономики, разработа­ны планы основных мероприятий.
2. Обсудить с учащимися рекомендации специалистов МЧС России по обеспечению безопасности в случае возникно­вения аварии на взрыво- и пожароопасных объектах:

* как действовать при внезапном обрушении здания;
* как действовать в завале.

В заключение урока необходимо объяснить учащимся, что с 1 января 2002 г. в состав МЧС России включена Государствен­ная противопожарная служба, мобильная и эффективно дейст­вующая, нацеленная на борьбу с чрезвычайными ситуациями и пожарами, а также ликвидацию их последствий.

**Контрольные вопросы**

1. Какие объекты экономики относятся к взрыво- и пожа­роопасным?
2. Какие основные факторы определяют возникновение аварии на взрыво- и пожароопасном объекте?
3. Какие поражающие факторы, возникающие при авариях на взрыво- и пожароопасных объектах, представляют Высокую степень опасности для работающего персонала и населения?
4. К каким последствиям может привести крупная авария на взрыво- и пожароопасном объекте?
5. На какие категории и по каким признакам подразделя­ются взрыво- и пожароопасные объекты?
6. При каких условиях на взрыво- и пожароопасном объек­те обязательно разрабатывается декларация промышленной безопасности?
7. Что создало условия для появления в стране Государст­венной пожарно-спасательной службы?

**Домашнее задание**

1. Изучите § 5.6, 5.7 учебника.
2. Из различных информационных источников (газеты, журналы, радио, ТВ) подберите несколько характерных приме­ров возникновения чрезвычайных ситуаций из-за аварии на взрыво- и пожароопасном объекте в регионе вашего прожива­ния. Выпишите причины их возникновения.

**Урок 11. Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия. Обеспечение защиты населения от последствий аварий.**

**Цель урока.** Познакомить учащихся с основными гидро­техническими сооружениями и их предназначением. Сформи­ровать у обучаемых общее представление о гидродинамической аварии, возможных причинах ее возникновения и возможных последствиях. Познакомить учащихся с основными меро­приятиями по защите населения от последствий гидродинами­ческих аварий профилактического характера, по ликвидации последствий гидродинамических аварий.

**Изучаемые вопросы**

1. Гидротехнические сооружения и их предназначение.
2. Гидродинамические аварии и причины их возникнове­ния.
3. Возможные последствия гидродинамических аварий.
4. Мероприятия по профилактике возникновения гидроди­намических аварий.
5. Мероприятия по ликвидации последствий гидродинамических аварий.
6. Рекомендации специалистов МЧС России по безопасному поведению населения в случае возникновения гидродинамических аварий.

**Изложение учебного материала**

1. Отметить, что гидротехническое сооружение — это инженерное или естественное сооружение для использования водных ресурсов или для борьбы с разрушительным действием воды.

К основным потенциально опасным гидротехническим со­оружениям относятся плотины, водозаборные и водосборные сооружения и шлюзы.

1. Дать определение гидродинамической аварии. Указать основные причины ее возникновения: действие сил природы (землетрясение, ураган, разлив, разрушение плотины паводко­выми водами) или воздействие человека (нанесение ударов со­временными средствами поражения по гидротехническим со­оружениям и совершение диверсионных актов), а также конструктивные дефекты или ошибки в проектировании и экс­плуатации гидротехнических сооружений.
2. Подчеркнуть, что гидродинамические аварии на гидро­технических сооружениях могут привести к катастрофическим последствиям:

* повреждения и разрушения гидротехнических сооруже­ний, кратковременное или долговременное прекращение вы­полнения ими своих функций;
* поражение людей и разрушение сооружений волной прорыва, образовавшейся в результате разрушения гидротехни­ческого сооружения, имеющей высоту от 2 до 12 м и скорость движения от 3 до 25 км/ч (в горных районах может доходить до 100 км/ч);

— катастрофическое затопление обширных территорий и значительного количества городов и сел, объектов экономики, длительное прекращение судоходства, сельскохозяйственного и рыбопромыслового производства.

Отметить, что крупные гидротехнические аварии случаются не так уж редко. Отмечено, что в мире за последние 180 лет произошло более 300 зна­чительных гидродинамических аварий. Последствия этих, аварий: в зоне катастрофы могут оказаться опасные производ­ственные объекты (химические, взрывопожароопасные); нарушается работа системы водоснабжения, канализации, сливных коммуникаций. Все это создает неблагоприятную санитарно-эпидемическую обстановку и способствует появлению массовых инфекционных заболеваний.

4. Прежде чем начать изучение основного материала, отметить, что все мероприятия по защите от гидротехнических аварий делятся на три группы. Профилактические мероприятия относятся к первой группе мероприятий. Проводятся они постоянно и включают в себя меры профилактики возникнове­ния гидродинамической аварии на гидротехническом сооруже­нии: постоянный надзор за безопасностью функционирования таких сооружений и накопителей жидких отходов промышлен­ности; обследование гидротехнических сооружений и проверка организации надзора за ними.

Кроме того, в соответствии с требованиями Федерального за­кона «О безопасности гидротехнических сооружений» составля­ются декларации по безопасности гидротехнических сооружений.

5. Учащиеся должны знать, что полностью исключить возникновение гидродинамических аварий не представляется возможным. Поэтому целью повышения уровня безопасности населения в условиях возникновения чрезвычайной ситуации на гидротехническом сооружении планируются и проводятся мероприятия по ликвидации последствий чрезвычайной ситуа­ции. Это мероприятия второй группы.

Основные мероприятия по ликвидации последствий чрез­вычайной ситуации гидродинамического происхождения мож­но рассмотреть на конкретном примере — прорыве плотины Киселевского водохранилища в июне 1993 г.

6. К третьей группе относятся мероприятия, связанные с организацией подготовки населения к безопасному поведению при угрозе возникновения чрезвычайной ситуации на гидротехническом сооружении и во время нее.

На этом этапе целесообразно рассмотреть рекомендации МЧС России по ликвидации последствий чрезвычайных ситуа­ций на гидротехнических сооружениях:

* как подготовиться к гидродинамической аварии;
* как действовать при угрозе гидродинамической аварии;
* как действовать в условиях наводнения при гидродина­мических авариях;
* как действовать после гидродинамической аварии.

В заключение урока отметить, что комплекс мер, принимаемых государством по защите населения от чрез­вычайной ситуации гидродинамического происхождения, зна­чительно повышает устойчивость работы гидродинамических сооружений. Однако при этом не следует забывать о личной готовности каждого человека действовать в условиях чрезвы­чайной ситуации гидродинамического происхождения спокойно, расчетливо и эффективно. Быть способным найти наиболее безопасный выход в сложной аварийной обстановке — это основная цель обучения правилам безопасного поведения.

**Контрольные вопросы**

1. Какие сооружения относятся к гидродинамическим? Назовите их основное предназначение.
2. Какие гидродинамические сооружения относятся к потенциально опасным сооружениям?
3. Каковы причины возникновения гидродинамической аварии?
4. Какие поражающие факторы возникают при гидродинамической аварии?
5. Перечислите основные последствия гидродинамической аварии.
6. Какие факторы могут привести к возникновению аварии на гидротехническом сооружении?
7. Какие мероприятия проводятся на гидротехнических со­оружениях в целях профилактики гидродинамических аварий?
8. Какие мероприятия проводятся для защиты населения, оказавшегося в зоне чрезвычайной ситуации гидродинамиче­ского происхождения?
9. Какое значение имеет подготовка населения, проживаю­щего на территории, прилегающей к гидротехническому coopyжению, к чрезвычайным ситуациям гидродинамического про­исхождения?
10. Какую информацию необходимо иметь населению, проживающему вблизи гидротехнического сооружения, для обеспечения безопасности?

**Домашнее задание**

1. Изучите §5.8, 5.9 учебника.
2. Подберите в различных источниках (книги, журналы и т. д.) несколько примеров гидродинамических аварий, имев­ших место в мире. Проанализируйте причины их возникнове­ния и последствия для жизнедеятельности населения в зоне ЧС.

**Урок 12. Оповещение и эвакуация населения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера**

**Цели урока.** Познакомить учащихся с организацией опо­вещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Познакомить учащихся с одной из основных мер по экстренной защите населения от поражающих факторов чрезвычайных ситуаций — эвакуацией населения. Сформировать у них убеждение в необходимости готовиться к эвакуации заблаговременно.

**Изучаемые вопросы**

1. Федеральная автоматизированная система централизо­ванного оповещения.
2. Региональные и территориальные автоматизированные системы централизованного оповещения.
3. Локальная система оповещения.
4. Эвакуация.
5. Особенности организации эвакуации.
6. Размещение эвакуированного населения.

**Изложение учебного материала**

1. Во вступительной части урока подчеркнуть значимость своевременного оповещения и информирования при угрозе возникновения крупных производственных аварий и катастроф, особенно в районах размещения потенциально опасных объектов (атомные станции, химические предприятия, гидролиз).

Система оповещения населения в чрезвычайных, ситуациях входит в Единую государственную систему предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Оповещение населения обеспечивается с помощью автоматизированных систем цен­трализованного оповещения. В настоящее время в стране дей­ствует 1 федеральная, 6 региональных и 88 территориальных систем централизованного оповещения.

2. Во второй части урока можно дать краткую характеристику федеральной системы оповещения, а также региональных и территориальных систем оповещения.

На территории всех субъектов Российской Федерации соз­даны территориальные системы централизованного оповеще­ния, которые находятся на постоянном дежурстве и обеспечи­вают оповещение более 90% населения за 30 мин. Для оповещения задействованы электросирены, проводное веща­ние, радио- и телевещание. При этом до 80% населения страны может быть оповещено менее чем за 5 мин.

3. Кроме централизованной системы оповещения, в рай­онах размещения потенциально опасных объектов (атомных станций, гидроузлов, химических и взрыво- и пожароопасных объектов) создаются локальные системы оповещения, которые являются частью территориальных систем. В настоящее время действует 568 локальных систем оповещения.

В заключение урока необходимо отметить, что в целом су­ществующие системы централизованного оповещения обеспе­чивают своевременное доведение сигналов и информации оповещения при возникновении или угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций до органов управления ГОЧС и насе­ления.

4. Начать изложение материла можно с определения понятия «эвакуация населения». Далее отметить задачи местных органов исполнительной власти в случае необходимости эвакуации населения.

Эвакуация часто осуществляется в комплексе с другими мероприятиями: укрытием людей в защитных сооружениях, использованием средств индивидуальной защиты, проведением медицинской профилактики и противорадиационных, противопожарных и инженерных работ.

5. Рассмотреть особенности организации и проведения эвакуации, которые определяются источником возникновения чрезвычайной ситуации, поражающими факторами, численностью эвакуируемого населения, временем и срочностью выполнения эвакомероприятий. Кроме того, организация эвакуации зависит от таких факторов, как вид опасности, способ эвакуации, удаленность безопасного района, длительность проведения, время начала проведения.

Виды опасности: химическое, радиоактивное заражение (загрязнение), разрушения и катастрофическое затопление.

Способ эвакуации: транспортом, пешим порядком и комби­нированным способом.

Удаленность безопасного района: в пределах города, населенного пункта, района (локальная эвакуация); в границах субъекта Российской Федерации, муниципального образования (местная); в границах федерального округа, который объединя­ет несколько субъектов РФ (региональная); в пределах Россий­ской Федерации (государственная).

Длительность проведения: временная, с возвращением на постоянное место жительства в течение нескольких суток, среднесрочная — до одного месяца; продолжительная — более одного месяца.

Время начала проведения: упреждающая (заблаговремен­ная) эвакуация; экстренная (безотлагательная) эвакуация.

6. Вначале отметить, что решение о необходимости прове­дения эвакуации населения принимают руководители органов исполнительной власти субъектов Российской Федерации и органов местного самоуправления, на территории которых возможно возникновение чрезвычайной ситуации. Они же несут ответственность за реальность ее планирования, качество организации и осуществление эвакуационных мероприятий.

Размещение эвакуированного населения производится в безопасных районах до особого распоряжения в зависимости от обстановки. Для кратковременного размещения предусматри­вается использование зданий и помещений общественных учре­ждений и заведений (клубов, пансионатов, домов отдыха, тури­стических баз). В летнее время возможно кратковременное размещение эвакуированного населения в палаточных городках.

В заключение урока необходимо отметить, что каждый человек, живущий в зоне повышенной опасности, в определен­ной степени должен быть готов к эвакуации.

**Контрольные вопросы**

1. Какое значение для безопасности населения имеет свое­временное его оповещение и информирование о возникнове­нии чрезвычайной ситуации?
2. Как организована автоматизированная система опове­щения о возникновении чрезвычайной ситуации населения в нашей стране?
3. В каких районах и для каких целей создаются локальные системы оповещения населения о чрезвычайных ситуациях?
4. Какими способами осуществляется оповещение населе­ния о возникновении чрезвычайной ситуации?
5. Когда и для каких целей проводится эвакуация населе­ния из зоны чрезвычайной ситуации?
6. Какие существуют виды эвакуации?
7. В каких случаях проводится экстренная эвакуация? Пе­речислите ее особенности.
8. Кто принимает решение на проведение эвакуации насе­ления из района чрезвычайной ситуации?
9. Как подготовиться на случай возникновения необходи­мости эвакуироваться из района проживания?

**Домашнее задание**

Изучите § 6.1, 6.2 учебника.

**Урок 13. Мероприятия по инженерной защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера**

**Цель урока.** Познакомить учащихся с общими мероприя­тиями по инженерной защите населения от чрезвычайных си­туаций техногенного характера. Обобщить знания о защитных сооружениях гражданской обороны и их предназначении.

**Изучаемые вопросы**

1. Общие мероприятия по инженерной защите населения в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера.
2. Защитные сооружения гражданской обороны и их предназначение.
3. Правила поведения укрываемых в защитных сооружениях гражданской обороны.

**Рекомендации по изложению учебного материала**

**1.** Начать изложение материала с описания мероприятий по инженерной защите.

Основные мероприятия инженерной защиты населения:

* укрытие людей в защитных сооружениях гражданской обо­роны и в приспособленных сооружениях (подвальные помеще­ния, цокольные этажи, подземные пространства объектов торгово-социального назначения);
* использование отдельных герметизированных поме­щений в жилых домах и общественных зданиях на территориях, прилегающих к радиационно- и химически опасным объектам;
* предотвращение разливов аварийно химически опасных веществ путем обваловки или заглубления емкостей АХОВ.

1. Отметить, что одним из наиболее эффективных мероприятием по защите населения является укрытие населения в защитных сооружениях гражданской обороны. Это убежища, противорадиационные укрытия (ПРУ).
2. Обсудить с учащимися правила поведения укрываемых в защитных сооружениях: беспрекословно выполнять все распоряжения коменданта (старшего) защитного сооружения; без надобности не ходить по помещению убежища или укрытия, не курить, самостоятельно не включать и не выключать электроосвещение, инженерные агрегаты, не открывать и не закрывать двери, соблюдать тишину.

В заключение урока необходимо отметить, что в настоящее время фонд защитных сооружений гражданской обороны составляет 33 тыс. убежищ и около 11 тыс. противорадиационных укрытий, что составляет около 80% от потребности (по данным МЧС России).

**Контрольные вопросы**

1. Какие инженерно-технические сооружения могут использоваться для защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера?
2. Как подразделяются защитные сооружения гражданской обороны по своему предназначению и защитным свой­ствам?
3. Какие защитные сооружения гражданской обороны наи­более полно обеспечивают защиту населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера?
4. Какими защитными свойствами обладает противорадиа­ционное укрытие?
5. Для чего предназначены простейшие укрытия?

**Домашнее задание**

Изучите § 6.3 учебника.

**Урок 14. Психологическая уравновешенность**

**Цель урока:** Сформировать у учащихся убеждение в том, что для обеспечения личной безопасности в повседневной жизни человеку необходимо научится воспитывать у себя такие качества, как уверенность, самоуважение, стремление к самосовершенст­вованию, умение строить взаимоотношения со сверстниками и взрослыми людьми, формировать у себя психологическую урав­новешенность и умение управлять своими эмоциями.

**Изучаемые вопросы**

1. Психологическая уравновешенность.
2. Необходимость воспитания психологической уравнове­шенности в школьном возрасте.
3. Основные направления воспитания психологической уравновешенности.

**Изложение учебного материала**

1. Раскрыть смысл понятия «психологическая уравновешенность». Каждый человек для обеспечения личной безопасности должен обладать определенными качествами: управлять своим поведением и эмоциями в повседневной жизни и в экстремальных ситуациях, формировать свою систему здорового образа жизни.
2. Начать воспитывать психологическую уравновешен­ность важно в возрасте, когда интенсивно формируются самосознание, способность к анализу окружающих явлений. Приэтом нередко появляются признаки эмоциональной (психологической) неустойчивости: колебание настроения без видимых причин, сочетание повышенной чувствительности, ранимости и подчеркнутой развязности и показной самоуверенности.
3. Обсудить общие направления воспитания психологической уравновешенности: побороть в себе робость, воспитать уверенность; постоянно работать над самосовершенствованием.

Немаловажное значение имеет также умение строить взаимоотношения не только со сверстниками, но и с родителями, старшими и вообще с окружающими людьми. Для этого надо учиться анализировать свои поступки, видеть, как к вашему поведению относятся окружающие.

Наконец, еще одна составляющая психологической уравно­вешенности — умение преодолевать стресс.

В заключение урока необходимо подчеркнуть, что поведение человека в различных жизненных ситуациях в значительной мере зависит от его эмоциональности. Люди по-разному переживают и выражают свои эмоции. Два человека в одинаковой ситуации могут вести себя совершенно по-разному. Это обусловлено наследственными особенностями человека, а также приобретенными качествами.

**Контрольные вопросы**

1. Что следует понимать под психологической уравновешенностью?
2. Почему в школьном возрасте важно научиться формировать у себя психологическую уравновешенность?

3. Какие качества человека характеризуют уровень его пси­хологической уравновешенности?

**Домашнее задание**

Изучите §6.1 учебника и выполните домашнее задание, предложенное в конце данного параграфа.

**Урок 15. Стресс и его влияние на человека**

**Цель урока.** Познакомить учащихся с понятиями «стрессо­вый фактор» и «стресс»; проанализировать стадии стресса, влияние сильного стресса на здоровье человека.

**Изучаемые вопросы**

1. Стрессовые факторы и стресс.
2. Стадии стресса, влияние сильного стресса на здоровье.
3. Общие принципы борьбы со стрессом.

**Изложение учебного материала**

**1. Стрессовый фактор,** или **стрессор,** — это сильное воз­действие на психику человека, вызывающее у него состояние напряжения — стресс.

Реакция каждого человека на различные стрессоры разная и зависит от его духовных и физических качеств, от степени тре­нированности адекватного реагирования на события в жизни.

2. Различают три стадии стресса: мобилизацию, сопротив­ление и истощение.

**Стадия мобилизации.** Увеличивается частота сердечных сокращений, поднимается кровяное давление, замедляется пи­щеварение, кровь приливает к мышцам. Человек готов к дейст­виям по защите своей жизни и здоровья (например, в чрезвы­чайной ситуации).

**Стадия сопротивления.** Непосредственная опасность для человека минует, его организм переходит в стадию сопротивле­ния, когда обретает повышенную способность переносить дей­ствия стрессоров.

**Стадия истощения.** Если стресс сохраняется долго, спо­собность организма сопротивляться стрессорам снижается, по­являются нервозность, смутная тревога, быстрая утомляемость, раздражительность, головная боль, бессонница и т. д. Человек страдает от полного упадка физических и духовных сил.

Однако стресс не всегда приносит вред. При умеренном стрессе организм человека функционирует наиболее эффектив­но, он готов к оптимальному режиму работы, достижению по­ставленных целей без истощения жизненных сил.

3. Обсудить общие принципы борьбы со стрессом: научиться вырабатывать в себе умение управлять своим поведением, находить оптимальное решение в экстремальных ситуациях.

В заключение урока необходимо отметить, что основная цель борьбы со стрессом — научиться поддерживать стресс на оптимальном уровне, т. е. когда он полезен для вашей актив­ной жизнедеятельности. Для этого необходимо постоянно раз­вивать свои духовные и физические качества и соблюдать об­щие принципы борьбы со стрессом.

**Контрольные вопросы**

1. Что понимают под стрессом?
2. Какие стадии развития стресса существуют?
3. Как влияет длительное пребывание в сильном стрессе на здоровье человека?
4. Какие существуют общие принципы борьбы со стрессом?

**Домашнее задание**

1. Изучите § 6.2 учебника.
2. Выполните домашнее задание, предусмотренное в пара­графе.

**Урок 16. Анатомо-физиологические особенности**

**подросткового возраста**

**Цель урока.** Познакомить учащихся с особенностями раз­вития организма в подростковом возрасте, обратить внимание на возможность появления функциональных расстройств в ор­ганизме человека.

**Изучаемые вопросы**

1. Развитие человека в подростковом возрасте.
2. Возможные функциональные расстройства организма подростка.
3. Правила личной гигиены в подростковом возрасте.

**Изложение учебного материала**

1. **Подростковый возраст** — период жизни человека с 12—13 до 18 лет. Это возраст, когда происходит биологическая и психическая перестройка организма, сопровождающаяся ускоренным физическим развитием.
2. В подростковом возрасте могут возникнуть различные функциональные расстройства органов: повышение кровяного артериального давления, сердцебиение, учащение пульса, ино­гда одышка, головная боль. При интенсивном чтении, работе на компьютере появляются нарушения зрения, при длительном стоянии, продолжительном неподвижном сидении могут воз­никать головокружения, неприятные ощущения в области сердца, живота, в ногах. Причиной этих расстройств может быть психическое и физическое перенапряжение.
3. Особое внимание учащихся обратить на важность со­блюдения правил личной гигиены в подростковом возрасте. В связи с эндокринной перестройкой организма усиливается функция сальных желез, что ведет к закупориванию их прото­ков и появлению на коже угрей, которые могут воспаляться и нагнаиваться. Поэтому необходимо регулярно мыться, еже­дневно принимать душ.

Девушкам порекомендуем подмываться водой с мылом ут­ром и вечером. Во время менструаций не следует принимать ванны; лучше обмыться под душем. Нельзя во время менструа­ций купаться в открытых водоемах, необходимо воздержаться от длительного хождения пешком, бега и прыжков.

В заключение урока необходимо отметить, что знание зако­номерностей своего развития в подростковом возрасте является основой для формирования системы здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья, подготовки к полноценной взрослой жизни. При этом систему здорового образа жизни нужно строить с учетом не только общих физиологических, но и индивидуальных особенностей. Тем самым вы обеспечите гармоничное развитие своего организма.

**Контрольные вопросы**

1. Какой возраст принято считать подростковым?
2. Какие функциональные отклонения могут происходить в организме подростка?
3. Для чего необходимо строго соблюдать правила личной гигиены в подростковом возрасте?

**Домашнее задание**

Изучите § 6.3 учебника.

**Урок 28. Формирование личности подростка в процессе**

**взаимоотношений со взрослыми**

**Цель урока.** Сформировать у учащихся убеждение в боль­шом значении для личного развития доброжелательных, ува­жительных отношений со взрослыми. Обсудить стратегию по­ведения в возможных конфликтных ситуациях с родителями, чтобы не доводить эти ситуации до критических.

**Изучаемые вопросы**

1. Подростковый период — период возрастного кризиса.
2. Роль семьи и родителей в социальном развитии подростка.
3. Стратегия поведения подростка в конфликтной ситуа­ции с родителями.

**Рекомендации по изложению учебного материала**

1. Подростковый возраст относится к так называемым крити­ческим периодам жизни человека (периодам возрастного кризиса).

Смысл подросткового кризиса заключается в том, что через борьбу за независимость от опеки взрослых человек удовлетворя­ет свои потребности в самопознании и самоутверждении. У него не просто возникает чувство уверенности в себе и способность полагаться на себя, но формируются способы поведения, позво­ляющие в дальнейшем справляться с жизненными трудностями.

Психологи считают, что главным личностным изменением подросткового возраста является «чувство взрослости». Под­росток желает быть взрослым и в то же время знает, что уро­вень его социальной готовности далеко не отвечает требовани­ям, предъявляемым к взрослому человеку. Отсюда и возникает противоречивость подросткового «чувства взрослости».

В подростковом возрасте происходят процессы биологиче­ского созревания организма и социального взросления.

2. В процессе социального взросления подростка особую роль играет семья и общение с родителями. В этот период не­избежны конфликтные ситуации на почве взаимных претензий и упреков, часто необоснованных.

Стратегии поведения в конфликтных ситуациях: приспо­собление; компромисс; сотрудничество; уклонение от кон­фликта; соперничество.

3. Стратегии поведения подростка в случае возникновения конфликта с родителями должны исходить из принципов со­трудничества. Не следует доводить ситуацию до критического состояния (грубость, побег из дома и др.). Для этого нужно воспитывать в себе умение анализировать поступки и взаимоотношения между людьми, критично оценивать свои поступки и поведение, воспитывать в себе уважительное отношение к родителям и старшим, научиться понимать их. Для того чтобы хорошо понимать собеседника, необходимо прежде всего научиться слушать.

Правила слушания:

* старайтесь не прерывать собеседника;
* дайте собеседнику время высказаться;
* избегайте поспешных выводов;
* спокойнее реагируйте на высказывания;
* не отвлекайтесь;
* ищите истинный смысл сказанных слов;
* следите за главной мыслью, не отвлекайтесь на частности;
* старайтесь приспособить темп вашего мышления к речи собеседника.

В заключение урока необходимо подчеркнуть, что взаимо­отношения с родителями и взрослыми должны пробуждать у подростков желание проверить свои возможности, выяснить свои сильные и слабые стороны, научиться добиваться успеха и уделять внимание реальным проявлениям взрослости (воспита­ние ответственности, определение своих обязанностей, умение строить взаимоотношения с окружающими).

**Контрольные вопросы**

1. Почему подростковый возраст считается критическим периодом жизни человека?
2. Какими критериями определяется социальная зрелость человека?
3. Какую роль играют семья и родители в социальном раз­витии подростка?
4. Какие взаимоотношения с родителями наиболее эффек­тивно способствуют социальному развитию подростка?

**Домашнее задание**

1. Изучите § 6.4 учебника.
2. Определите основные направления работы над собой, чтобы избегать ненужных конфликтов с родителями и другими взрослыми.

**Урок 18. Формирование личности**

**во взаимоотношениях со сверстниками**

**Цель урока.** Проанализировать причины возрастания по­требности в общении со сверстниками; особенности общения в подростковом возрасте.

**Изучаемые вопросы**

1. Потребности в общении со сверстниками в подростко­вом возрасте.
2. Конфликтные ситуации в подростковой среде и пути их разрешения.
3. Определение способностей к общению.

**Изложение учебного материала**

1. Обратить внимание учащихся, что подростковый воз­раст — это период, когда потребность в общении со сверстни­ками становится одной из центральных. Вырабатываются на­выки социального взаимодействия, умение подчиняться коллективной дисциплине и в то же время отстаивать свои права, соотносить личные интересы с общественными.
2. Проанализировать возможные причины возникновения конфликта и пути разрешения конфликтной ситуации.

Можно рассмотреть три подхода к разрешению конфликт­ной ситуации: «атака», «уход» и «компромисс». В случае атаки необходимо повернуться лицом к проблеме, проанализировать ее детально и определить эффективный ход действий.

Если этот вариант не удался и в отношениях ничего не ме­няется, следует рассмотреть вариант ухода («бегства»).

Третий подход — «компромисс», т. е. пересмотр ситуации, сложившейся между конфликтующими сторонами. Уважающие себя люди свободно идут на компромиссы, однако в принци­пиальных вопросах компромиссы неприемлемы.

3. В заключение урока целесообразно предложить учащимся тест для оценки способностей к общению (см.: Основы безопасности жизнедеятельности: справочник для учащихся / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, Э. Н. Аюбов. — М.: Просвещение, 2007).

**Контрольные вопросы**

1. Какое значение имеет общение со сверстниками в ста­новлении личности человека?
2. Какую роль вы отводите родителям при разрешении конфликтных ситуаций со сверстниками?
3. Какие качества вы считаете наиболее привлекательными в коллективе сверстников для установления более тесного об­щения с ними?

**Домашнее задание**

Изучите § 6.5 учебника.

**Урок 19. Формирование взаимоотношений со сверстниками противоположного пола**

**Цель урока.** Объяснить учащимся влияние полового созре­вания в подростковом возрасте на поведение человека. Объяс­нить им последствия ранних половых связей. Сформировать убеждение, что каждый человек должен рассматривать вопросы взаимоотношений с лицами противоположного пола с позиций норм нравственности и обеспечения сохранения своего здоро­вья и здоровья окружающих.

**Изучаемые вопросы**

1. Влияние полового созревания на поведение подростка.
2. Причины, способствующие раннему вступлению в поло­вые связи, возможные последствия ранних половых связей.
3. Значение духовного взаимопонимания во взаимоотно­шениях полов.

**Изложение учебного материала**

1. Обратить внимание учащихся на особое место, которое начинают занимать в их жизни взаимоотношения со сверстни­ками противоположного пола. Отношения мальчиков и девочек начинают строиться по рецептам, заимствованным у взрос­лых.

Интерес к вопросам пола и первая влюбленность у многих возникают очень рано, часто задолго до наступления полового созревания.

Человек, еще не сформировавшийся социально, в половой близости видит только физическую близость, не понимая чув­ства ответственности за возможные последствия.

2. Особое внимание обратить на возможные причины ран­них половых связей и последствия их для здоровья человека: стремление к независимости от родителей, доступность информации по вопросам пола в средствах массовой информации, появление контрацептивов, упрощенное отношение молодежи к сексу и игнорирование различных социальных запретов в этой области. К числу негативных последствий этих связей можно отнести распространение инфекций, передаваемых по­ловым путем, беременность в раннем возрасте, раннее вступле­ние в брак молодых людей, не подготовленных к семейной жизни психологически и материально.

3. Подчеркнуть, что главное во взаимоотношениях полов не физическая близость, а духовное взаимопонимание и спо­собность в дальнейшем создать прочную и благополучную се­мью. Для этого человек должен достичь определенной зрелости не только физически, но и духовно и социально.

В заключение урока подчеркнуть, что в силу своей социаль­ной незрелости подростки не должны вступать в ранние поло­вые связи; воспитание в себе необходимых физических, духов­ных и социальных качеств — залог создания в дальнейшем счастливой семьи.

**Контрольные вопросы**

1. Какие факторы влияют на развитие взаимоотношений со сверстниками противоположного пола в подростковом воз­расте?
2. Каковы причины и возможные последствия для здоро­вья человека вступления в половые связи в подростковом воз­расте?
3. Какие социально значимые качества, обеспечивающие правильные взаимоотношения полов, необходимо формиро­вать каждому человеку в подростковом возрасте?

**Домашнее задание**

Изучите § 6.6 учебника.

**Урок 20. Взаимоотношения подростка и общества.**

**Правовая ответственность несовершеннолетних**

**Цель урока.** Сформировать у обучаемых убеждение в необ­ходимости знать правовые нормы человека и гражданина РФ и соблюдать их в повседневной жизни. Проанализировать основ­ные причины правонарушений, совершаемых в подростковом возрасте; разобрать с учащимися отдельные положения Уголов­ного кодекса РФ, предусматривающие уголовную ответствен­ность несовершеннолетних.

**Изучаемые вопросы**

1. Необходимость правовых знаний в подростковом воз­расте.
2. Основные причины правонарушений, совершаемых под­ростками.
3. Ответственность несовершеннолетних.

**Изложение учебного материала**

1. Основная идея урока должна состоять в том, чтобы учащиеся поняли, что в подростковом возрасте не просто увеличивается объем знаний, но и расширяется умственный кругозор человека. Появляется потребность в осознании жизни не как разрозненных событий, а как цельного процесса, имеющего определенный смысл и направление. Поэтому подростку необходимы правовые знания, определяющие гpaницы дозволенного во взаимоотношениях человека и общества. Эти знания позволят каждому избежать правонарушений, которые совершаются случайно, «за компанию», и не стать преступником.

2. Обратить внимание учащихся на то, что многие правонарушения подростки совершают из-за незнания правовых норм.

Изучение совершенных подростками правонарушений по­казывает, что в большинстве случаев эти поступки явились следствием притязаний молодых людей на взрослость, превратного осознания своих прав, стремления добиться признания co стороны взрослых. Иногда минутный порыв становится причиной преступления, которое потом меняет всю дальнейшую жизнь молодого человека. Особое место занимают преступления, совершаемые подростками против половой неприкосно­венности (изнасилования).

3. Целесообразно обсудить с обучаемыми отдельные положения Уголовного кодекса РФ, в которых предусмотрена уго­ловная ответственность несовершеннолетних.

В заключение урока необходимо обобщить, что преступное поведение для большинства подростков случайно, ситуативно. Подростки, совершившие преступление, не смогли оценить возможные последствия своих поступков.

**Контрольные вопросы**

1. Какую роль играют правовые знания в профилактике правонарушений, совершаемых несовершеннолетними?
2. Какие наиболее вероятные причины приводят к право­нарушениям, совершаемым несовершеннолетними?
3. В каком возрасте человек считается несовершеннолет­ним?

**Домашнее задание**

Изучите § 6.7 учебника.

**Урок 21. Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности**

**Цель урока.** Сформировать у учащихся целостное пред­ставление о том, что здоровый образ жизни — залог безопасно­сти человека в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

**Изучаемые вопросы**

1. Человеческий фактор и его влияние на безопасность жизнедеятельности.
2. Общие понятия о культуре безопасности жизнедеятель­ности.
3. Уровень культуры безопасности жизнедеятельности как критерий определения уровня здоровья и безопасности.

**Рекомендации по изложению учебного материала**

1. Раскрывая содержание первого вопроса, подчеркнуть, что в современной жизни возрастает вероятность возникнове­ния опасных ситуаций, следовательно, увеличивается фактор риска для жизни и здоровья человека. Далее можно проанали­зировать причины трагических последствий различных опас­ных и чрезвычайных ситуаций, подчеркнув, что более чем в 80% случаев причиной гибели людей является человеческий фактор.
2. Подчеркнуть, что общая культура населения нашей стра­ны в области безопасности во многом не соответствует реаль­ным условиям жизнедеятельности, она отстает от стремитель­ных темпов развития цивилизации. В общих чертах раскрыть, что следует понимать под общей культурой в области безопас­ности жизнедеятельности, подчеркнув, что понятия «безопас­ность человека» и «здоровый образ жизни» взаимосвязаны.
3. Подвести учащихся к выводу, что обеспечение безопас­ности каждого человека в процессе его жизнедеятельности и повышение уровня его общей культуры в области безопасности являются составляющими индивидуальной системы здорового образа жизни.

Повышение уровня культуры безопасности предполагает формирование жизненно важных в области безопасности уме­ний, убеждений и привычек, в том числе непосредственно ка­сающихся здорового образа жизни человека.

В заключение урока обобщить учебный материал: постоянное повышение общего уровня культуры в области безопасности жиз­недеятельности будет способствовать обеспечению социального благополучия человека и, следовательно, высокого уровня его здо­ровья. Можно отметить, что уровень культуры в области безопас­ности жизнедеятельности становится одним из важных критериев, определяющих уровень здоровья человека и общества.

Умение человека обеспечить личную безопасность в повсе­дневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуа­циях — основная составляющая здорового образа жизни, обес­печивающая социальное благополучие человека.

**Контрольные вопросы**

1. **В** чем заключается отрицательное влияние человеческо­го фактора на безопасность личности, общества и государства?
2. Какие знания, умения и навыки определяют общий уро­вень культуры человека в области безопасности жизнедеятель­ности?
3. Какое значение имеет уровень общей культуры в облас­ти безопасности жизнедеятельности для формирования инди­видуальной системы здорового образа жизни?
4. Какие качества должны формироваться в человеке при соблюдении им норм здорового образа жизни?
5. Почему в настоящее время можно считать уровень об­щей культуры человека в области безопасности жизнедеятель­ности одним из критериев уровня его здоровья?

**Домашнее задание**

Изучите § 7.8 учебника.

**Урок 22. Первая медицинская помощь пострадавшим и ее значение**

**Цель урока.** Познакомить учащихся с правилами оказания первой помощи и средствами, которые могут быть использова­ны при этом. Сформировать у них убеждение в том, что каж­дый человек должен владеть приемами в оказании первой ме­дицинской помощи пострадавшим.

**Изучаемые вопросы**

1. Первая медицинская помощь и ее предназначение.
2. Общие правила оказания первой медицинской помощи.
3. Средства, используемые при оказании первой медицин­ской помощи.

**Изложение учебного материала**

1. Рассмотреть случаи оказания медицинской помощи. Попросить учащихся сформулировать предназначение первой ме­дицинской помощи.

В зависимости от обстоятельств и конкретной обстановки первую медицинскую помощь могут оказывать врачи, средний медицинский персонал, а также в порядке само- и взаимопомо­щи люди, имеющие соответствующую медицинскую подготовку.

Далее необходимо подчеркнуть, что первая медицинская помощь, как правило, оказывается на месте происшествия и может включать в себя проведение следующих мероприятий:

* временная остановка кровотечения;
* наложение специальных повязок на раны и ожоги;
* иммобилизация (наложение шин или подручных средств) при переломах, вывихах и ушибах;
* искусственное дыхание и непрямой массаж сердца;
* профилактика лучевых поражений путем использования медицинских средств из индивидуальной аптечки (АИ-2);
* помощь при отравлениях, укусах ядовитыми змеями и насекомыми.

2. Разобрать с учащимися общие правила оказания первой медицинской помощи.

Все приемы первой медицинской помощи должны быть щадящими. Грубые, насильственные вмешательства могут по­вредить пострадавшему и ухудшить его состояние.

Если первую медицинскую помощь оказывают двое или несколько человек, то надо действовать слаженно. В этом случае один из оказывающих помощь должен быть старшим и руково­дить выполнением всех приемов первой медицинской помощи.

Приступая к оказанию первой медицинской помощи, вна­чале необходимо определить последовательность отдельных ее приемов. Сначала необходимо выполнить те приемы, от вы­полнения которых зависит сохранение жизни пострадавшего, или те, без которых невозможно выполнить последующие приемы первой медицинской помощи. Так, при открытом пе­реломе бедра и наличии артериального кровотечения сначала надо остановить опасное для жизни кровотечение, затем на рану наложить стерильную повязку и только потом на ногу на­ложить специальную шину или подручные средства для обес­печения неподвижности конечности в месте перелома.

3. Средства, используемые при оказании первой медицинской помощи: табельные (перевязочный материал, кровоостанавливающие жгуты, некоторые медикаменты, специальные шины); подручные (чистая простыня, рубашка, ткани (лучше нецветные), брючный ремень, закрутка из ткани, полоски твердого картона и фанеры, доски, палки и др.).

В заключение урока необходимо отметить, что в соответст­вии с Федеральным законом «О защите населения и предпри­ятий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного ха­рактера» граждане Российской Федерации обязаны изучить основные приемы оказания первой медицинской помощи по­страдавшим и постоянно совершенствовать свои знания и практические навыки в данной области.

**Контрольные вопросы**

1. Каково основное предназначение первой медицинской помощи и кто ее оказывает?
2. Какие основные медицинские мероприятия могут про­водиться при оказании первой медицинской помощи?
3. Как определяется последовательность оказания первой медицинской помощи?
4. Какие подручные средства могут использоваться при оказании первой медицинской помощи?

**Домашнее задание**

Изучите § 8.1 учебника.

**Урок 23. Первая медицинская помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами (АХОВ)**

**Цель урока.** Познакомить учащихся с правилами оказания первой медицинской помощи при отравлении наиболее рас­пространенными аварийно химически опасными вещества­ми — аммиаком и хлором.

**Изложение учебного материала**

При наличии возможностей урок по данной теме можно ор­ганизовать как практическое занятие. Если такой возможности нет, повторить с учащимися, какие химически опасные вещества относятся к АХОВ, напомнить, что наиболее распространенны­ми АХОВ являются аммиак и хлор. Разобрать признаки, которые возникают при отравлении аммиаком и хлором, и правила оказа­ния первой медицинской помощи при этом отравлении.

**Контрольные вопросы**

1. Какие вещества называются аварийно химически опас­ными?
2. Каковы признаки отравления аммиаком и хлором?
3. Какую первую помощь нужно оказывать отравленному аммиаком и хлором?

**Домашнее задание**

Изучите § 8.2 учебника.

**Урок 24. Первая медицинская помощь при травмах.**

**Первая медицинская помощь при утоплении**

**Цель урока.** Познакомить учащихся с правилами оказания первой медицинской помощи при переломах, вывихах, растя­жениях и разрывах связок. Познакомить учащихся с правилами оказания первой медицинской помощи при утоплении.

**Изложение учебного материала**

При наличии условий урок можно организовать как прак­тическое занятие.

Во вступительной части урока повторить, что такое травмы, виды травм.

Объяснить правила оказания первой медицинской помощи при травмах: при переломах; при вывихах, растяжениях и раз­рывах связок; при растяжении мышц и сухожилий. Изложить учебный материал, используя плакаты или иллюстра­ции учебника. При этом подчеркнуть, что объем мероприятий первой медицинской помощи зависит от тяжести состояния пострадавшего. Особое внимание следует обратить на правила проведения искусственного дыхания.

**Контрольные вопросы**

1. В чем состоит первая медицинская помощь при перело­мах, вывихах, растяжениях, разрывах связок?
2. Какие средства можно использовать при оказании пер­вой медицинской помощи?
3. Каковы правила оказания медицинской помощи при утоплении?
4. В каких случаях выполняется искусственное дыхание?
5. Каковы правила проведения искусственного дыхания?

**Домашнее задание**

Изучите § 8.3, 8.4 учебника.