

# ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ



Методическое  
пособие для  
учителей 5 класса  
общеобразовательных  
школ  
Кыргызской Республики



МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ

ЕВРОПЕЙСКАЯ КОМИССИЯ



Гуманитарная политика  
и Гражданская защита



Save the Children

# ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Методическое пособие для учителей 5 класса  
общеобразовательных школ  
Кыргызской Республики.



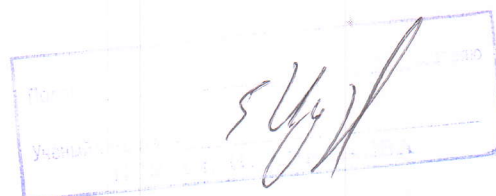
МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ  
КЫРГЫЗСКОЙ РЕСПУБЛИКИ



Humanitarian Aid  
and Civil Protection



Save the Children



УДК 372.8

ББК 74.26

Т 88

**Главный рецензент:** Мамытов А.М. – доктор педагогических наук, профессор.

**Ответственный редактор:** Тентимишева А.Н.

**Под общим руководством:** Менеджер проекта ДИПЕКО 7 филиала международной организации «Спасите детей» в Кыргызстане: Мирзоева Ф. и специалист по образованию проекта ДИПЕКО 7 – Барсанаева Д.С.

**Т 88 Основы безопасности жизнедеятельности:** Метод. пособие для учителей 5 класса/ Сост.: Жумакадырова Ч. - Б.: 2013. - 60 с.

ISBN 978 9967-31 035-3

Данное пособие разработано в рамках проекта ДИПЕКО 7 «Снижение уязвимости сообществ и укрепление потенциала СРСБ в отдельных населенных пунктах Таджикистана, Кыргызстана и Узбекистана через поддержку образования, защиту детей и информирование сообщества», реализуемого филиалом международной организации «Спасите детей» в Кыргызской Республике при финансовой поддержке Европейской Комиссии.

Пособие одобрено и рекомендовано к использованию на основании приказа № 346/1 от 12 июня 2013 года Министерством образования и науки Кыргызской Республики.

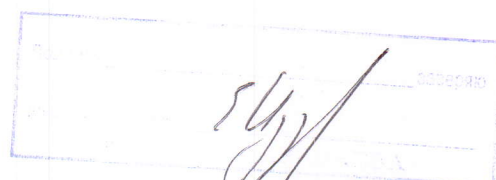
Всем членам рабочей группы, чей интеллектуальный труд нашел отражение в данной работе, выражается особая благодарность за конструктивную помощь и консультации на всех этапах составления методического пособия.

Т 4306010000-13

ISBN 978 9967-31-035-3

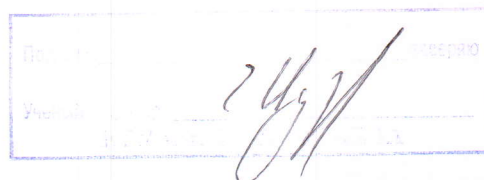
УДК 372.8

ББК 74.26



## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                                              |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Аннотация.....                                                                                                               | 6  |
| <b>Раздел I. Опасные и чрезвычайные ситуации, возникающие в повседневной жизни</b>                                           |    |
| Урок 1. Чрезвычайные ситуации экологического характера.....                                                                  | 7  |
| Урок 2. Защита от воздействия паводковых, селевых потоков, снежных лавин и оползневых явлений.....                           | 8  |
| Урок 3. Эпидемии при ЧС.....                                                                                                 | 9  |
| Урок 4. Чрезвычайные ситуации природного характера (снегопад, жара, холод).....                                              | 11 |
| Урок 5. Меры готовности к землетрясению. Практическая работа.....                                                            | 12 |
| Урок 6. Пожар. Дым и задымленность.....                                                                                      | 13 |
| Урок 7. Основные меры пожарной безопасности. Первичные средства пожаротушения.....                                           | 14 |
| Урок 8. Экстренная эвакуация из здания. Действия учащихся при пожаре. Практическая работа.....                               | 16 |
| Урок 9. Безопасность жизнедеятельности в различных ситуациях (гроза, молния).....                                            | 18 |
| Урок 10. Государственные системы обеспечения безопасности.....                                                               | 20 |
| Урок 11. Тревожный чемоданчик.....                                                                                           | 21 |
| <b>Раздел II. Личная безопасность и безопасность окружающих</b>                                                              |    |
| Урок 12. Особенности города.....                                                                                             | 23 |
| Урок 13. Особенности села и поселка.....                                                                                     | 24 |
| Урок 14. Профилактика возможных опасных ситуаций в быту.....                                                                 | 25 |
| Урок 15. Безопасность на воде.....                                                                                           | 26 |
| Урок 16. Безопасность общения с животными и другими природными объектами. Повторение материала в 1-4 классах.....            | 27 |
| Урок 17. Правила дорожного движения (повторение). Общественный транспорт. Опасности при посадке и высадке из транспорта..... | 29 |
| Урок 18. Общественный транспорт в селе и поселке.....                                                                        | 31 |
| Урок 19. Поведение пассажиров при угрозе и во время аварии. Безопасная поза.....                                             | 32 |
| <b>Раздел III. Основы здорового образа жизни и оказание доврачебной первой помощи</b>                                        |    |
| Урок 20. Болезни и возможные причины.....                                                                                    | 34 |
| Урок 21. Режим дня, необходимые условия, обеспечивающие сохранения и укрепление здоровья (повторение).....                   | 35 |
| Урок 22. Ожоги химическими веществами. Оказание доврачебной помощи при ожогах.....                                           | 37 |
| Урок 23. Профилактика инфекционных заболеваний.....                                                                          | 38 |



|                                                                                 |    |
|---------------------------------------------------------------------------------|----|
| Урок 24. Урок закрепления темы «Профилактика<br>инфекционных заболеваний» ..... | 39 |
| Урок 25. Обобщение и повторение видов и причин травм .....                      | 41 |
| Урок 26. Медицинская аптечка .....                                              | 41 |

#### Раздел IV. Безопасное поведение в социальной среде

|                                                                                                            |    |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Урок 27. Наличие зон повышенной опасности (стадионы, автовокзалы,<br>парки, вокзалы, кинотеатры) .....     | 44 |
| Урок 28. Недоброжелательное поведение, как источник опасности<br>и серьезных конфликтов (повторение) ..... | 45 |
| Урок 29. Безопасность жилища .....                                                                         | 46 |
| Урок 30. Опасность вредных привычек (табакокурение,<br>алкоголь, токсикомания и др.). Повторение .....     | 47 |
| Урок 31. Конфликтные ситуации, возникающие в семье,<br>школе, на улице, между учащимися .....              | 48 |
| Урок 32. Компьютерная зависимость .....                                                                    | 49 |
| Урок 33-34. Подведение итогов .....                                                                        | 50 |
| Глоссарий .....                                                                                            | 53 |
| Рекомендуемая литература .....                                                                             | 58 |
| Приложение                                                                                                 |    |

