

## Объединение «Здоровье и безопасность»

---

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа № 11

Принято:  
на заседании методического совета  
МБОУ СОШ № 11  
Протокол № 1  
от «\_»\_\_20\_г.

Утверждаю:  
Директор МБОУ СОШ № 11  
\_\_\_\_\_ Г.И. Рябова  
«\_\_»\_\_\_\_\_ 20\_г.

### **Дополнительная общеобразовательная программа «Зарничка»**

Направленность: социально - педагогическое

Возраст обучающихся: 7-8 лет  
Срок реализации: 1 года

Составитель:  
Педагог дополнительного образования

г. Невинномысск

# Объединение «Здоровье и безопасность»

---

## Пояснительная записка

Современная ситуация в области здоровья подрастающего поколения заставляет искать новые возможности укрепления и сохранения здоровья детей. Не менее важно прививать детям любовь и уважение к своей Родине, своему Отечеству. Знакомство с основными правилами безопасного поведения в различных жизненных ситуациях также является основным направлением работы кружка.

Направление данной программы: «Здоров будешь – всё добудешь».

Цель программы:

– развитие и укрепление духовного и физического здоровья учащихся.

Для осуществления этой цели курс «Здоровье и безопасность» решает следующие задачи:

- сохранение и укрепление здоровья обучающихся;
- формирование у обучающихся осознанного отношения к своему здоровью;
- военно-патриотическое воспитание занимающихся в объединении;
- обучение способам выживания в чрезвычайных ситуациях;
- дополнить и расширить знания учащихся об опасностях в современном обществе, мире;
- обучить способам безопасного поведения в возможных непредвиденных ситуациях в повседневной жизни;
- способствовать развитию навыков аналитического мышления, умению предвидеть возможную опасную ситуацию;
- активизировать интерес у обучающихся к вопросам собственной безопасности;
- вооружение обучающихся психологическими и педагогическими знаниями в объеме, обеспечивающем понимание ими проблем личной и общественной безопасности и способов личной подготовки к их решению;
- развитие бдительности, осмотрительности, разумной осторожности и ориентированности на выявление и принятие во внимание различных негативных факторов при оценке угроз и опасностей и их преодолении;
- повышение уровня своих знаний и навыков в обеспечении безопасности жизнедеятельности, уверенности в успешном преодолении трудностей, веры в успех при столкновении с опасными и неадекватными ситуациями;

## Объединение «Здоровье и безопасность»

---

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

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

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

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

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

Данный курс предназначен для формирования у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросу личной безопасности и безопасности окружающих. основополагающие знания по данным вопросам и умений: распознать и оценить опасные и вредные факторы обитания человека, определить способы защиты от них.

Программа элективного курса или курс по выбору рассчитан на учебный год (34 часов). В неделю проводится 1 час.

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

- а) принцип сознательности и активности;
- б) принцип доступности;
- в) принцип систематичности занятий.

## Объединение «Здоровье и безопасность»

### Учебно –тематический план

№ п/п	Наименование темы	Содержание	Кол-во часов
1.	<b>Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства</b>	<p>Природа и человек. Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Активный отдых на природе и безопасность</p> <p>Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности. Велосипедные походы и безопасность туристов.</p>	38 ч
2.	<b>Модуль II. Единая система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).</b>	<p>Законодательство РФ по обеспечению безопасности. Гражданская оборона, основные цели и задачи. Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени. Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов при ЧС военного и мирного времени. Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС. Средства индивидуальной защиты. Средства индивидуальной защиты. Опасности и их источники. Безопасность, системы безопасности.</p>	<b>10</b>
3.	<b>Модуль III. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<p>Профилактика инфекций передаваемых половым путем. Основные инфекционные заболевания, пути передачи, меры профилактики. Первая</p>	<b>20</b>

## Объединение «Здоровье и безопасность»

		медицинская помощь при травмах, ранениях. Первая медицинская помощь при травмах, ранениях. Первая медицинская помощь при переломах. Первая медицинская помощь при отравлениях. Первая медицинская помощь при отморожении, тепловом и солнечном ударах, ожогах.	
	<b>Итого</b>		<b>68</b>

### Содержание программы

#### Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства (48 ч)

**Природа и человек.** Особенности природной среды. Необходимость сохранения окружающей природной среды.

**Ориентирование на местности.** Понятие ориентирования на местности. Способы определения сторон горизонта в дневное и ночное время.

**Определение своего местонахождения и направления движения на местности.** Определение своего местонахождения с помощью карты. Способы ориентирования карты : по компасу, по линиям местности, по направлениям на местные предметы. Движение по маршрутам по азимуту.

**Подготовка к выходу на природу.** Порядок и содержание предварительной подготовки к выходу на природу. Распределение обязанностей между участниками похода. Требования к определению района похода и к маршруту движения. Режим похода.

**Определение места для бивака и организация бивачных работ.** Понятие «бивак». Выбор места для бивака. Организация основных бивачных работ: заготовка топлива, разведение костра, приготовление пищи.

**Определение необходимого снаряжения для похода.** Особенности подбора и подготовки к походу туристского снаряжения в зависимости от условий похода. Одежда туриста, требования к ней. Комплект аптечки первой помощи.

#### Активный отдых на природе и безопасность

**Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.** Общие правила безопасного поведения во время активного отдыха на природе. Необходимость тщательной подготовки к любому выходу на природу. Значение соблюдения правил личной безопасности в походе.

## Объединение «Здоровье и безопасность»

---

**Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.** Особенности пешеходного туризма. Порядок движения туристов по равнинной и горной местности. Обеспечение безопасности туриста в пешем походе по равнинной и горной местности.

**Подготовка и проведение лыжных походов.** Особенности подготовки и проведения лыжных походов. Особенности экипировки и снаряжения туриста-лыжника. Режим движения лыжника. Обеспечение безопасности туриста-лыжника в походе.

**Водные походы и обеспечение безопасности на воде.** Особенности водного туризма. Требования к уровню подготовки туриста-водника. Этапы подготовки к водному походу. Правила безопасного поведения на воде во время похода.

**Велосипедные походы и безопасность туристов.** Основные особенности велосипедного туризма и требования, предъявляемые к его участникам. Мероприятия, проводимые при подготовке к велосипедному походу. Обеспечение безопасности, в том числе личной, участников велосипедного похода.

### Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности

**Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем (внутреннем) и выездном туризме.** Общие представления о дальнем и выездном туризме. Влияние дальних поездок на здоровье человека. Общие правила подготовки к дальнему и выездному туризму. Личная безопасность человека в дальнем и выездном туризме.

**Акклиматизация человека в различных климатических условиях.** Акклиматизация- неизбежный процесс, происходящий в организме человека, связанный с приспособлением организма к новым климатическим условиям. Факторы, влияющие на акклиматизацию человека. Особенности акклиматизации к условиям холодного климата, жаркого климата..

Общие правила поведения человека в новых климатических условиях для обеспечения его личной безопасности.

**Акклиматизация в горной местности.** Особенности климатических условий в горах. Влияние высоты на организм человека. Горная болезнь. Особенности акклиматизации в горах.

Обеспечение личной безопасности с учетом колебаний температуры воздуха, солнечной радиации и влажности воздуха в горах.

**Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.** Общие меры по обеспечению безопасности пассажиров при следовании к местам отдыха различными видами транспорта. Правила по обеспечению личной безопасности при поездке к месту отдыха в автомобиле, в железнодорожном транспорте.

## Объединение «Здоровье и безопасность»

---

**Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.** Способы и средства по обеспечению безопасности пассажиров на водном транспорте. Общие правила безопасного поведения пассажиров на корабле. Рекомендации по обеспечению личной безопасности пассажира при кораблекрушении.

**Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.** Обеспечение безопасности пассажиров на воздушном транспорте. Правила поведения пассажира после посадки в самолет. Рекомендации по безопасному поведению пассажира при возникновении аварийной ситуации в полете.

### **Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде**

**Автономное существование человека в природе.** Понятие об автономном существовании человека в природной среде. Добровольное и вынужденное автономное существование человека в природной среде. Умения и качества человека, необходимые для успешного автономного существования в природе.

**Добровольная автономия человека в природной среде.** Содержание добровольной автономии человека (группы людей) в природной среде, основные цели добровольной автономии. Характерные примеры добровольного существования человека (группы людей) в природной среде. Предварительная всесторонняя подготовка к добровольной автономии, ее значение.

**Вынужденная автономия человека в природной среде.** Влияние вынужденной автономии на состояние человека. Задачи, которые приходится решать человеку в условиях вынужденной автономии. Правила безопасного поведения в условиях вынужденной автономии.

**Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.** Умения, которыми должен овладеть человек для безопасного существования в природной среде: сооружение временного укрытия из подручных средств; способы добывания огня; способы обеспечения питьевой водой.

### **Опасные ситуации в природных условиях**

**Опасные погодные явления.** Влияние погодных условий на безопасное пребывание человека в природной среде. Характерные признаки ухудшения погоды. Безопасное поведение во время грозы. Безопасное поведение во время пурги.

**Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.** Опасности, возникающие при неожиданной встрече с дикими животными в природной среде. Рекомендации специалистов по безопасному поведению в природных условиях при встрече с дикими животными. Меры безопасности при встрече со змеей.

**Укусы насекомых и защита от них.** Кровососущие насекомые и средства защиты от них. Жалящие насекомые и защита от них. Лесные клещи, места их обитания, опасность их укуса.

## Объединение «Здоровье и безопасность»

---

**Клещевой энцефалит и его профилактика.** Опасность для здоровья человека в случае заражения клещевым энцефалитом. Пути заражения клещевым энцефалитом. Меры профилактики клещевого энцефалита.

**Модуль III. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни (20 ч)**

### Первая помощь при неотложных состояниях

Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях. Основные правила личной гигиены, которые необходимо соблюдать в походной жизни. Умение оказать первую помощь (самопомощь и взаимопомощь) и обеспечить безопасность туриста. Индивидуальная аптечка, ее предназначение и содержание.

**Оказание первой помощи при травмах.** Оказание первой помощи при ссадинах и потертостях. Оказание первой помощи при ушибах и вывихах. Оказание первой помощи при растяжениях и разрывах связок.

**Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и термическом ожоге.** Причины, способствующие возникновению в походных условиях теплового и солнечного ударов, отморожения и термического ожога. Внешние проявления и состояния человека при возникновении условий теплового и солнечного ударов, отморожения и термического ожога.

Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударах, отморожении и термическом ожоге.

**Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.** Рекомендации по правилам оказания первой помощи при укусах змей и насекомых. Последовательность и правила оказания первой помощи при укусах змей и насекомых.

### Здоровье человека и факторы, на него влияющие

**Здоровый образ жизни и профилактика утомления.** Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека. Утомление, его причины и возможные последствия. Профилактика утомления.

**Компьютер и его влияние на здоровье.** Роль компьютера в жизни современного человека. Влияние работы за компьютером на здоровье человека. Безопасный режим работы школьника за компьютером.

**Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.** Зависимость здоровья человека от состояния окружающей среды. Влияние производственной деятельности человека на загрязнение окружающей природной среды. Пути повышения устойчивости организма человека к неблагоприятному воздействию на него внешней среды.

**Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.** Сущность и значение социального развития человека. Формирование социальной зрелости учащегося.

**Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.** Психоактивные вещества и наркотики. Наркомания и механизм формирования наркотической зависимости. Основные причины распространения наркомании.



**Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ. Наркомания и ее распространение.** Первая проба наркотиков – начало развития наркомании. Четыре правила «Нет наркотикам!»

### Материально-техническое обеспечение

#### 1. Учебно-методическая литература

*Нормативная и правовая литература*

- Конституция Российской Федерации
- Уголовный кодекс Российской Федерации
- Федеральный закон «О гражданской обороне»
- Закон «Об образовании»
- Федеральный закон «О радиационной безопасности населения»
- Федеральный закон «О пожарной безопасности»
- Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»
- Федеральный закон «О противодействии терроризму»

*Периодические издания*

- Подшивка журнала «Основы безопасности жизнедеятельности».

#### 3. Средства программного обучения и контроля знаний

- Компьютерные программы и пособия по учебному разделу «Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций»
- Компьютерные программы и пособия по учебному разделу «Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи»
- Мультимедийная энциклопедия по действиям населения в чрезвычайных ситуациях
- Компьютерное учебное пособие «Безопасность на улицах и дорогах»

#### 4. Стенды, плакаты

*Стенды*

- Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)
- Криминогенные ситуации
- Землетрясения, оползни, сели, обвалы, ураганы, бури, смерчи
- Правила поведения при землетрясениях
- Пожары, взрывы

## Объединение «Здоровье и безопасность»

---

- Наводнения и затопления
- Правила оказания медицинской помощи

### *Плакаты*

- Уголок гражданской обороны.
- Действия населения при стихийных бедствиях
- первой медицинской помощи

### **7. Средства индивидуальной защиты**

#### *Средства защиты дыхания*

- Ватно-марлевые повязки
- Противопылевые тканевые маски
- Респираторы
- Противогазы (типа ГП-5, ГП-7.ПДФ-7, ИП-4М и т. п.)

#### *Средства медицинской защиты*

- Аптечка индивидуальная (типа А-2 и т. п.)
- Индивидуальный перевязочный пакет ит. п.
- Противохимический пакет (типа ИПП-8и т. п.)

### **8. Аудиовизуальные пособия**

#### *Учебные видеофильмы*

- Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций
- Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи
- Действия населения при химически опасных авариях
- Действия населения в зоне радиоактивного загрязнения
- Действия в зоне затопления
- Стихийные бедствия
- Пожарная безопасность
- Сам себе МЧС
- Пособия для проведения занятий по курсу ОБЖ в начальной школе (в 3-х частях)
- Правила дорожного движения

- Действия населения при авариях и катастрофах
- Оказание первой помощи при ЧС
- Умей действовать при пожаре
- Основы медицинских знаний и правила оказания

### Список использованной литературы

1. Программно-методические материалы: «Основы безопасности жизнедеятельности» / Составитель Б.И. Мишин. – М.: «ДРОФА», 2001.
2. Л.В. Байбородова. Методика обучения основам безопасности жизнедеятельности: Методическое пособие. – М.: «ВЛАДОС», 2003.
3. И.К. Топоров. Методика преподавания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» в общеобразовательных учреждениях: Книга для учителя. – М.: Просвещение, 2000.
4. Защита от чрезвычайных ситуаций / М.А. Петров. – М.: Военные знания, 2002. «Основы безопасности жизнедеятельности»: 10 кл.: Учебник для школ / М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; под ред. Воробьева. – М.: ООО «Астрель»: ООО « АСТ», 2000.
5. «Основы безопасности жизнедеятельности»: 11 кл.: Учебник для школ./ А.Т. Смирнов, М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов. – М.: «АСТ», 2000.
6. Оценка качества подготовки выпускников средней (полной) школы по ОБЖ /Автор-составитель Г.А. Колодницкий, В.Н. Латчук, В.В. Марков, С.К. Миронов, Б.И. Мишин, М.И. Харбнер. – М. «ДРОФА», 2001.
7. Боевые традиции Вооружённых сил. Символы воинской части: Учебное пособие по разделу «Основы военной службы»: 10 кл. /А.В. Воронин.- М: «Ампресс», 2001.
8. Сборник нормативных документов и материалов по подготовке к военной службе. /Составитель В.С. Добровольский, М.П. Фролов, Б.И. Мишин. – М.: Высшая школа, 2002.
9. В.И. Ермакова. Основы физиологии питания, санитарии и гигиены: Учебное пособие для 10 – 11 классов: - М.: Просвещение, 2002.
10. Особенности военной службы: Учебное пособие по разделу «Основы военной службы»: 11 кл. / под ред. В.И. Кузнецов. – М.: «АРМПРЕСС», 2001.
11. Безопасность жизнедеятельности: учебник для студентов средних спец. учеб. заведений / С.В. Белов, В .А. Девисилов – М.: Высшая школа, 2004.

## Объединение «Здоровье и безопасность»

Приложение

### Календарно - тематическое планирование

№ п/п	Дата	Наименование темы	Кол-во часов		Перечень основных вопросов изучаемых на занятиях
			теория	практика	
1.		Введение.	2	1	Безопасность. Жизнедеятельность. Среда обитания.
2.		Единая система предупреждения и ликвидации ЧС (РСЧС).	2		РСЧС. Координационный орган единой системы. Органы управления единой системы.
3.		Законодательство РФ по обеспечению безопасности.	2		Положения Конституции РФ. ФЗ « О защите населения и территорий от ЧС природного и техногенного характера». Закон РФ « О безопасности».
4.		Гражданская оборона, основные цели и задачи.	2		ГО – составная часть системы обороноспособности страны. История создания. Структура ГО. Основные задачи
5.		Оповещение и информирование населения об опасностях, возникающих в ЧС военного и мирного времени.	1	1	Территориальные системы централизованного оповещения. Сигнал «Внимание всем».
6.		Организация инженерной защиты населения от поражающих факторов при ЧС военного и мирного времени.	1	1	Защитные сооружения. Убежища. ПРУ. Коэффициент защиты сооружений.
7.		Организация проведения аварийно-спасательных и других неотложных работ в зоне ЧС.	1	1	Аварийно-спасательные работы. Неотложные работы. Проведение мероприятий медицинской защиты.
8.		Средства индивидуальной защиты.	1	1	СИЗ. Фильтрующие противогазы. ГП-5, ГП-7. Производственная спецодежда. АИ-2,4.

## Объединение «Здоровье и безопасность»

					ИПП-8.
9.		Средства индивидуальной защиты.	1	1	СИЗ. Фильтрующие противогазы. ГП-5, ГП-7. Производственная спецодежда. АИ-2,4. ИПП-8.
10.		Опасности и их источники.	1	1	Естественные опасности. Антропогенные и техногенные опасности. Вредный фактор. Травмирующий фактор. Потенциальная опасность. Реальная опасность.
11.		Безопасность, системы безопасности.	2		Предмет и задачи. Мониторинг.
12.		Энергетические затраты при различных формах деятельности.	2		Обмен веществ. Основной обмен. Условия труда. Способы оценки тяжести и напряженности трудовой деятельности. Работоспособность и ее динамика.
13.		Пути повышения трудовой деятельности.	1		Феномен активного отдыха (И.М.Сеченов) Особенности трудовой деятельности женщин и подростков.
14.		Защита от естественных опасностей обеспечением комфортных условий жизнедеятельности.	2		Теплообмен человека с окружающей средой. Гигиеническое нормирование параметров микроклимата.
15.		Защита от естественных опасностей обеспечением комфортных условий жизнедеятельности.	2		Терморегуляция организма человека. Вентиляция. Освещение. Рациональная организация рабочего места.
16.		Негативные факторы техносферы. Причины возникновения негативных факторов.	2		Отходы – источник негативных факторов техносферы. Критерии комфортности и экологичности техносферы. Техногенные аварии – источники негативных факторов техносферы. Показатели негативности техносферы. Смертность населения от внешних причин.

## Объединение «Здоровье и безопасность»

17.		Воздействие негативных факторов на человека и среду обитания.	2		Органы чувств. Нервная система. Адаптация и гомеостаз. Естественные системы защиты организма. Вредные вещества. Электромагнитные поля и излучения. Электрический ток.
18.		Экобиозащитная техника.	2		Защита от шума. Защита от ионизирующих излучений. Защита при эксплуатации ПЭВМ. Ресурсосберегающие технологии
19.		Чрезвычайные ситуации мирного времени природного и техногенного характера.	2		Техногенные аварии. Промышленные взрывы. Пожары на промышленных объектах. Аварии с выбросом вредных веществ.
20.		Чрезвычайные ситуации мирного времени природного и техногенного характера.	2		Техногенные аварии. Промышленные взрывы. Пожары на промышленных объектах. Аварии с выбросом вредных веществ.
21.		Стихийные явления и бедствия.	1	1	Землетрясения. Вулканические извержения. Сели. Оползни. Наводнения.
22.		Технические средства предотвращения техногенных аварий.	1	1	Средства взрывозащиты. Предохранительные устройства. Пожарная защита образовательного учреждения.
23.		Чрезвычайные ситуации военного времени.	1	1	Общие сведения о средствах поражения. Ядерное оружие. Химическое оружие. Бактериологическое оружие.
24.		Чрезвычайные ситуации военного времени.	2		Общие сведения о средствах поражения
25.		Охрана труда и соблюдение техники безопасности.	2		ФЗ « Об основах охраны труда в РФ ». Трудовой кодекс РФ. Дисциплина труда. Аттестация рабочих мест.
26.		Охрана окружающей среды.	1	1	Законодательство об охране окружающей среды. Защита в ЧС.

## Объединение «Здоровье и безопасность»

27.		Профилактика инфекций передаваемых половым путем.	2		Венерические болезни. ВИЧ – инфекция. СПИД. Меры профилактики.
28.		Основные инфекционные заболевания, пути передачи, меры профилактики.	2		Грипп. Туберкулез. Вирусный гепатит. Дизентерия. Сальмонеллез.
29.		Первая медицинская помощь при травмах, ранениях.	1	1	Травма. Рана. Неотложная помощь. Антисептика. Асептика. Методы остановки кровотечения. Десмургия.
30.		Первая медицинская помощь при травмах, ранениях.	1	1	Травма. Рана. Неотложная помощь. Антисептика. Асептика. Методы остановки кровотечения. Десмургия.
31.		Первая медицинская помощь при переломах.	1	1	Травматические переломы. Иммобилизация.
32.		Первая медицинская помощь при отравлениях.	1	1	Отравление. Удаление яда из организма. Отравление медикаментами. Отравление алкоголем. Отравление никотином. Оказание помощи.
33.		Первая медицинская помощь при отморожении, тепловом и солнечном ударах, ожогах.	1	1	Четыре степени отморожений. Тепловой удар. Солнечный удар. Оказание помощи. Ожоги, ожоговый шок. Первая помощь.
34.		Подведение итогов пройденного курса.		2	
<b>ИТОГО:</b>		<b>34 часа</b>			