

Утверждаю:
Директор Государственного
бюджетного учреждения
социального обслуживания
населения Свердловской
области «Комплексный
центр социального
обслуживания населения
города Каменска – Уральского»
И.С. Гапанович
2013г.



**ПРОГРАММА
ОРГАНИЗАЦИИ ОБУЧЕНИЯ ГРАЖДАН
ПОЖИЛОГО ВОЗРАСТА
ОСНОВАМ
БЕЗОПАСНОЙ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

организационно – методическое отделение

Содержание:

1. Пояснительная записка;
2. Цели и задачи программы;
3. Формы и методы обучения;
4. Содержание обучения;
5. Планы-графики проведения занятий с сотрудниками.

I. Пояснительная записка:

Безопасная жизнедеятельность – наука о комфортном и травмобезопасном взаимодействии человека со средой обитания.

Содействие улучшению условий жизни пожилых людей и повышение ее качества – одна из целей в долгосрочной целевой программе «Социальная поддержка населения России» на 2011-2013 годы. В настоящее время социальная защита населения постоянно расширяет круг вопросов, входящих в ее сферу. Одним из важных направлений, тесно связанных с повышением качества жизни, является повышение безопасности жизнедеятельности пожилых людей, которые в силу своих индивидуальных особенностей (возраст, снижение физиологических возможностей) оказываются в гораздо более трудном положении по сравнению с людьми молодого и зрелого возраста. В России сейчас около 30 млн. пожилых людей: 4,3% из них – это люди старше 75 лет, 3-4 млн. пожилых людей нуждаются в постоянной медико-социальной помощи.

Пожилые люди – чрезвычайно разнообразная социальная группа. Существуют большие различия между пожилыми людьми, недавно вышедшими на пенсию и старыми пожилыми. Первые еще имеют достаточно высокий жизненный потенциал, хорошее здоровье, ведут активную жизнь. Старые пожилые чаще страдают от недугов и социальной изоляции. Пожилым людям сложнее адаптироваться к стремительно изменяющимся условиям жизни. В результате возрастных изменений они хуже распознают возможные опасности окружающей среды – природные, техногенные, и особенно социальные. При возникновении угрозы жизни пожилые люди имеют меньше шансов справиться с возникшей ситуацией, тяжелее переносят последствия опасных и чрезвычайных ситуаций.

Часто несчастные случаи и трагедии с пожилыми происходят в результате незнания и несоблюдения норм и правил безопасного поведения.

Данная программа дает возможность научить пожилого человека беречь свой жизненный потенциал, избегая факторов риска ухудшения своего здоровья.

II. Цели и задачи:

Цель: Обеспечение комфортных условий жизнедеятельности людей на всех стадиях жизни

Задачи:

1. Помочь обеспечить грамотность пожилого населения в области безопасной жизнедеятельности в повседневной жизни и при чрезвычайных ситуациях.
2. Научить его предвидеть, распознавать потенциальную опасность, и в случае необходимости предпринимать определенные действия, чтобы свести к минимуму возможное нанесение ущерба здоровью и предотвратить угрозу жизни.

III. Формы и методы обучения

1. Обучающее занятие – форма традиционного обучения с преобладанием объяснения нового материала, целью которого является передача информации, знаний как таковых.

2. Беседа – активная форма обучения, с привлечением участников обучения к обсуждению и анализу с помощью вопросов, которые опираются на имеющиеся знания. На их основе участников обучения подводят к усвоению новых понятий. Может быть направлена на закрепление, проверку знаний.

3. Лекция – последовательное изложение системы каких – либо идей, положений, взглядов и их доказательства и иллюстрирования.

Лекция активизируется за счет насыщения их элементами самообразования. Так, например, может быть использован прием постановки целей. В начале лекции слушателям сообщают: «К концу лекции вы должны будете суметь...» и перечисляются умения, навыки и знания, на овладение которыми должен нацелить себя каждый из них. Например: составить что – либо, решить такую- то задачу и т.п.

4. Учебные практические задания (упражнения) - индивидуальные задания и задания в группах дают возможность прояснить вопросы, консолидировать процесс обучения и облегчить понимание.

В маленьких группах обстановка позволяет размышлять над вопросами как практики, так и теории.

Практические задания, направленные на профессиональное развитие, предоставляют арену для этой деятельности, позволяя специалистам поднимать и корректировать вопросы, вызывающие непонимание. В ходе этого процесса у них появляется возможность лучше разобраться в себе с точки зрения личного роста и профессионального общения.

IV. Содержание обучения

Раздел 1: Влияние на организм факторов внешней среды

1. Влияние электромагнитного излучения на здоровье человека;
2. Воздействие на организм химических факторов окружающей среды.

Раздел 2: Здоровый образ жизни как условие повышения безопасной жизнедеятельности

1. Влияние здорового образа жизни на жизненный потенциал человека;
2. Рациональное питание в пожилом возрасте;
3. Двигательная активность в пожилом возрасте.

Раздел 3: Безопасная жизнедеятельность пожилых людей в жилых помещениях

1. Факторы, угрожающие здоровью и жизни человека в повседневной жизни;
2. Пожарная безопасность;
3. Электробезопасность;
4. Опасность проникновения преступников в жилище;
5. Пищевая безопасность.

Раздел 4: Безопасная жизнедеятельность пожилых вне дома

1. Факторы риска здоровью и жизни пожилого человека вне дома;
2. Безопасность на транспорте;

Раздел 5: Безопасная жизнедеятельность в чрезвычайных ситуациях

1. Поведение и действия при землетрясении, урагане;
2. Поведение и действия при наводнении, снежных заносах и при грозе;

Раздел 6: Основы первичных медицинских знаний

1. Ушибы, растяжения, вывихи;
2. Тепловой и солнечный удар, обморок;
3. Обморожения, ожоги.
4. Головокружение, боли, гипертонический криз.