

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №27 имени Ивана Дмитриевича Смолькина»

РАССМОТРЕНО

на заседании методического  
объединения учителей  
Протокол №2 от 15.09.2021 г.  
Руководитель методического  
объединения

\_\_\_\_\_/Пономарева Н.А.

ПРИНЯТО

педагогическим советом  
Протокол № 2 от 15.09.2021г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор  
МБОУ «СОШ №27»  
\_\_\_\_\_/Шерер Т.А.  
Приказ № 36/1 от 16.09.2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет: ОБЖ

Классы: 5-9

Всего часов: 174

Составитель программы:  
Данилова Н.Ф.,  
учитель ОБЖ

## Планируемые результаты освоения учебного предмета

### Личностные результаты:

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребности соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

### Метапредметные результаты:

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения.
- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;
- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера.
- умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и

отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;

- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

#### **Предметные результаты:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;

- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;

- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;

- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;

- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;

- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;

- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;

- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;

- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;

- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;

- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;

- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;

- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

#### **Выпускник научится:**

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;

- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;

- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;

- безопасно использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;

- безопасно использовать бытовые приборы;

- безопасно использовать средства бытовой химии;

- безопасно использовать средства коммуникации;

- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;

- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;

- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;

- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;

- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;
- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

**Выпускник получит возможность научиться:**

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять права покупателя;
- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;
- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;

- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- оказывать первую помощь при коме;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности;
- основам военной службы;
- готовиться к защите Отечества.

## Содержание программы учебного предмета 5 класс

### **Введение**

Почему нужно изучать предмет «Основы безопасности жизнедеятельности».

### **Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя**

*Особенности организма человека.* Организм человека как единое целое. Функции разных систем органов тела. Почему нужно знать свой организм. Укрепление нервной системы, тренировка сердца, дыхательной системы. Принципы рационального питания. Первая помощь при отравлении и пищевой аллергии.

*Здоровье органов чувств.* Охрана органов чувств. Первая помощь при попадании в глаз инородного тела.

*Здоровый образ жизни.* Факторы, влияющие на здоровье. Организованность и здоровье. Гигиенические процедуры младшего подростка. Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши).

*Движение — это жизнь.* Комплекс упражнений и игры для поддержания двигательной активности.

*Закаливание как условие сохранения и укрепления здоровья.* Правила закаливания младшего подростка.

*Компьютер и здоровье.* Правила безопасного пользования компьютером. Виды занятий, снимающих утомление.

### **Мой безопасный дом**

*Поддержание чистоты и порядка в доме.* Мыши, крысы, тараканы — животные не домашние! Распространение грызунами и тараканами опасных инфекционных заболеваний. Чистота — одно из условий борьбы с грызунами и тараканами. Соблюдение правил при проведении хозяйственных работ (мытьё посуды, уборка комнат).

*Дела домашние: техника безопасности.* Проявление осторожности, предусмотрительности при проведении хозяйственных работ (работа с клеем, молотком, пилой и пр.). Правила поведения при появлении запаха газа, при пожаре.

*Безопасное электричество и газ.* Правила использования электроприборов; условия возникновения коротких замыканий, пожаров; получение ожогов и травм. Правила безопасного пользования газом.

### **Школьная жизнь**

*Дорожное движение в населённом пункте.* Выбор пути. Безопасная дорога в школу. Поведение на улицах и дорогах. Знание адреса школы, названия ближайших остановок транспорта. Участники дорожного движения: пассажиры, пешеходы, водители. Соблюдение Правил дорожного движения — условие сохранения жизни и здоровья. Необходимость внимательного

отношения к дорожной обстановке, оценка дорожной ситуации. Знаки дорожного движения: предупреждающие, запрещающие, предписывающие. «Дорожные ловушки». Правила передвижения на регулируемых и нерегулируемых перекрестках и улицах. Правила поведения пешехода и пассажира.

*Правила поведения в школе.* Общие правила поведения в школьном помещении и на территории школы. Поведение на уроках, переменах, в столовой, раздевалке и других школьных помещениях. Общение со сверстниками. Поведение в школе, которое может привести к беде. Устранение конфликтов. Заболевший ученик в школе. Помощь заболевшему сверстнику.

*Ориентировка в школьных помещениях.* Меры предупреждения пожара, правила эвакуации, правила поведения при пожаре.

### **Практические работы**

Измерение пульса, проверка выносливости; тренировка дыхательной системы; проверка степени загрязнения воды; анализ режима питания; овладение приемами тренировки глаз; проверка уровня физической подготовки учащегося; составление программы закаливания; освоение правил пользования компьютером; выбор безопасного маршрута от дома до школы; оценка дорожной обстановки; освоение правил дорожного движения; выбор правильного решения в конфликтной ситуации; эвакуация из здания школы; действия при пожаре в школе

**Проектная деятельность по теме:** «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика», «Как сохранить обоняние?», «Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?»

## **6 класс**

### **Введение**

Охрана труда, пожарная безопасность, правила дорожного движения и антитеррористической безопасности

### **На игровой площадке**

*Подготовка к прогулке.* Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр.

*Меры безопасности* при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде. Зимние игры, безопасность при езде на санках-ледянках. Первая помощь при переломах и вывихах. Поиск подростками «приключений»: оправдан ли риск.

*Животные на игровой площадке.* Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки.

### **На природе**

*Ориентирование на местности.* Что такое ориентир. Ориентирование по компасу, Солнцу и часам; Полярной звезде; местным признакам. Измерение расстояния на местности.

*Опасности, которые могут встретиться во время прогулок.* Общие правила поведения во время экскурсий на природу. Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.). Опасные встречи (животные, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе насекомого, змеи. Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания. Первая помощь при судорогах, солнечном ударе, утоплении. Оценка состояния льда в осеннее и весеннее время. Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные преграды.

### **Туристический поход: радость без неприятностей**

*Подготовка к походу.* Правила организации безопасного туристского похода. Подбор снаряжения, сбор продуктов питания. Одежда и обувь для похода. Правила упаковки рюкзака. Спальный мешок. Походная аптечка. Список лечебных препаратов, необходимых в походе.

*Режим дня в туристическом походе.* Правила организации режима дня путешественника: время для передвижения, отдыха, сна, питания, активных занятий и игр.

Первая помощь при потёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах. Походная аптечка. Лечебные травы.

### **Когда человек сам себе враг**

При каких обстоятельствах человек сам себе враг.

*Вредные привычки, их пагубное влияние.* Алкоголь. Вред алкоголя для здоровья, умственной деятельности, поведения человека. Особая опасность приёма алкоголя в

подростковом возрасте. Курение. Вред курения для здоровья. Особая опасность курения в подростковом возрасте.

### **Практические работы**

Оказание первой помощи при лёгких травмах; оказание первой помощи при переломах; оценка поведения собаки; выбор ориентиров на местности; ориентирование на местности по компасу; определение сторон света по Солнцу и часам; определение сторон света по местным приметам; измерение расстояния шагами; оказание доврачебной помощи при укусах насекомых и змей; обучение приёмам искусственного дыхания; составление режима для многодневного туристического похода; определение отличительных признаков ядовитых грибов.

**Проектная деятельность** по темам «Курить — здоровью вредить», «Экскурсия в природу»

### **Основы противодействия терроризму, экстремизму в РФ.**

## **7 класс**

### **Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства.**

#### **Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.**

Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Опасные природные явления, характерные для нашей страны.

#### **Землетрясения**

Из истории землетрясений.

#### **Происхождение и классификация землетрясений.**

Понятие о землетрясении. Сейсмические пояса и сейсмически активные районы. Понятие об очаге и эпицентре землетрясения. Причины возникновения землетрясений и их последствия. Классификация землетрясений по происхождению. Отслеживание землетрясений с помощью сейсмографа.

**Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь.** Понятие о магнитуде и интенсивности землетрясений. Оценка землетрясений по шкале Рихтера и шкале Меркалли. Типичные проявления землетрясений и уровень разрушений при различных величинах магнитуды и интенсивности. Типичные последствия землетрясений, их характеристика. Меры по снижению ущерба от землетрясений.

**Правила безопасного поведения при землетрясениях.** Основные причины несчастных случаев при землетрясениях. Меры по предотвращению повреждений или уменьшению их тяжести. Признаки приближающегося землетрясения. Действия при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время него и после: на улице, в школе, в доме (квартире). Правила безопасного поведения в случае попадания в завал.

#### **Вулканы**

Из истории извержений вулканов.

**Общее понятие о вулканах.** Понятие о вулкане. Сейсмоактивные пояса. Процесс извержения вулкана. Строение вулкана. Понятие о магме, гейзере, фумароле. Различные состояния лавы при извержении. Палящие тучи.

**Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов.** Опасные явления, связанные с извержениями вулканов. Признаки приближающегося извержения. Способы уменьшения опасного воздействия лавовых потоков. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об извержении вулкана и во время него.

Оползни, сели, обвалы и снежные лавины.

Общее условие возникновения оползней, селей, обвалов и лавин. Зоны повышенной опасности на территории России.

**Оползни.** Из истории оползней. Понятие об оползне. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Классификация оползней по масштабу, месту образования и мощности. Причины образования оползней.

**Сели (селевые потоки).** Из истории селей. Понятие о селе. Причины образования селей, их характерные особенности и места возникновения. Классификация селей по составу селеобразующих пород, мощности и высоте истоков. Теплая и холодная зона селеопасных горных районов на территории России.

**Обвалы.** Из истории обвалов. Понятие об обвале. Причины, вызывающие обвалы. Классификация обвалов по мощности и масштабу. Разновидности обвалов и их характеристика.

**Снежные лавины.** Из истории лавин. Понятие о лавине. Характерные особенности лавин, места и причины их возникновения. Помощь поисковых собак в обнаружении засыпанных снегом людей.

**Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин.** Основные поражающие факторы оползней, селей, обвалов и лавин, наносимый ими ущерб. Меры по предупреждению этих явлений и снижению потерь от них. Правила безопасности для населения, проживающего в опасных районах.

**Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин.** Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала, лавины и во время него. Действия, способствующие безопасному выходу из зоны стихийного бедствия.

Ураганы, бури, смерчи.

Из истории ураганов, бурь, смерчей.

**Происхождение ураганов, бурь и смерчей.** Шкала Бофорта и измерение скорости воздушных масс. Происхождение ураганов, бурь, смерчей, причины их возникновения. Понятие о циклонах и их характеристика. Области зарождения тропических циклонов.

**Классификация ураганов, бурь и смерчей.** Понятие об урагане. Классификация ураганов по скорости ветра. Происхождение ураганов и причиняемые ими разрушения. Понятие о буре. Классификация бурь в зависимости от окраски и состава частиц и скорости ветра. Понятие о смерче. Классификация смерчей по происхождению, строению, времени действия и охвату пространства.

**Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них.** Основные поражающие факторы ураганов, бурь и смерчей и наносимый ими ущерб. Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей.

**Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей.** Действия при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Подходящие укрытия. Правила безопасного поведения во время урагана, бури, смерча и после них.

Наводнения.

Из истории наводнений.

**Виды наводнений.** Классификация наводнений по масштабу, повторяемости и наносимому ущербу. Виды наводнений по причинам возникновения и их характеристика.

**Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них.** Основные поражающие факторы наводнений и наносимый ими ущерб. Радикальные средства защиты и оперативные предупредительные меры по снижению потерь от наводнений.

**Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений.** Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении. Действия в случае внезапного наводнения и правила самоэвакуации. Правила безопасного поведения после наводнения.

Цунами. Из истории цунами.

**Причины и классификация цунами.** Понятие о цунами. Классификация цунами по причинам возникновения и интенсивности.

**Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них.** Основные поражающие факторы цунами и последствия их воздействия. Предупредительные меры по снижению потерь среди населения. Признаки приближения цунами. Меры по уменьшению ущерба от цунами.

**Правила безопасного поведения при цунами.** Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами. Рекомендуемые и запрещенные действия в случае внезапного прихода цунами. Действия при попадании в волну цунами.

Природные пожары.

Из истории лесных пожаров.

**Причины природных пожаров и их классификация.** Понятие о лесном пожаре. Основные причины возникновения лесных пожаров. Классификация лесных пожаров по площади. Виды пожаров по характеру распространения и силе, их характеристика.

**Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение.** Основные поражающие факторы природных пожаров и последствия их воздействия. Способы тушения природных пожаров. Меры по предупреждению природных пожаров. Запрещенные действия в лесу в пожароопасный сезон.

**Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении.** Правила безопасного поведения при нахождении в зоне лесного пожара или около нее. Правила безопасного тушения небольшого пожара в лесу.

Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений

Из истории инфекционных заболеваний.

**Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии.** Понятие об эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Инфекционные заболевания, приводящие к массовому поражению людей, животных и растений.

**Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений.** Понятие о вакцинации. Наиболее важные меры предупреждения инфекционных болезней. Общие правила личной гигиены. Меры по защите сельскохозяйственных растений от инфекционных заболеваний.

Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера.

**Человек и стихия.** Свойства мышления, необходимые для оценки чрезвычайной ситуации. Повышение психологической подготовленности. Необходимые знания, позволяющие успешно противостоять стихийному бедствию.

**Характер и темперамент.** Понятие о темпераменте. Типы темперамента и их характеристика. Понятие о характере. Влияние темперамента и характера на действия в чрезвычайной ситуации.

**Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии.** Особенности психологических процессов во время стихийных бедствий. Негативное влияние внезапного стихийного бедствия на психику неподготовленного человека. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера.

## **Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.**

Наложение повязок и помощь при переломах.

**Правила наложения повязок.** Разновидности повязок и их характеристика. Индивидуальный пакет первой помощи. Общие правила наложения повязок. Приемы наложения повязок на нижние и верхние конечности, грудь.

**Первая помощь при переломах, переноска пострадавших.** Понятие о переломе. Виды и характеристика переломов, первая помощь при травме кости. Способы наложения шин. Принципы и способы транспортировки пострадавших. Порядок применения способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома.

## **Раздел 3. Основы здорового образа жизни.**

Режим учебы и отдыха подростка.

**Режим — необходимое условие здорового образа жизни.** Понятие о режиме. Формирование навыков здорового образа жизни. Умственная и физическая работоспособность. Утомление и переутомление, их причины, признаки и последствия для здоровья человека.

**Профилактика переутомления и содержание режима дня.** Понятия о режиме дня и бюджете времени. Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Активный отдых, сон и рациональное питание. Трудовая деятельность школьников. Основные принципы и содержание режима дня подростков. Рекомендации по повышению эффективности самоподготовки.

## **8 класс**

### **Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства.**

Производственные аварии и катастрофы.

**Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация.** Понятие об аварии, производственной и транспортной катастрофе, чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера по масштабу распространения и тяжести последствий. Типы чрезвычайных ситуаций техногенного характера, их классификация и характеристика (транспортные аварии, аварии с выбросом

биологически опасных веществ, аварии на электроэнергетических и коммунальных системах, обрушения зданий и сооружений и др.).

**Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них.** Понятие о потенциально опасном объекте. Основные причины аварий и катастроф техногенного характера. Обеспечение личной безопасности при чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Заблаговременные меры по предупреждению и защите от чрезвычайных ситуаций.

Взрывы и пожары.

Из истории катастроф.

**Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах.** Наиболее распространенные причины пожаров и взрывов на промышленных предприятиях, транспорте, в складских помещениях. Понятие о пожаро- и взрывоопасных объектах. Виды аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах.

**Общие сведения о взрыве и пожаре.** Понятие о взрыве. Характеристика взрывов, их причины и последствия. Зоны действия взрыва. Действие взрыва на здания, сооружения, оборудование, степени разрушения. Понятие о пожаре и горении. Условия для протекания процесса горения. Классификация веществ и материалов по группам возгораемости.

**Классификация пожаров.** Виды пожаров по внешним признакам горения и месту возникновения. Классификация пожаров по масштабам интенсивности и времени прибытия первых пожарных подразделений. Стадии развития пожара. Линейное и объемное распространение пожара.

**Причины пожаров и взрывов, их последствия.** Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, на промышленных и взрывоопасных предприятиях. Основные причины взрывов в жилых домах и связанных с ними пожаров. Террористическая деятельность как причина взрыва. Последствия взрывов и пожаров на объектах экономики и в жилых зданиях.

**Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов.** Основные поражающие факторы пожара: открытый огонь и искры, повышенная температура окружающей среды, токсичные продукты горения и др. Вторичные факторы поражения пожара. Основные и вторичные поражающие факторы взрывов. Поражения людей при взрывах.

**Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах.** Правила безопасного поведения при пожаре в здании, при опасной концентрации дыма и повышении температуры. Действия по спасению пострадавших из горящего здания, после взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва. Действия по спасению из завала. Тушение на человеке одежды.

**Пожары и паника.** Понятие о панике. Опасность паники в чрезвычайных ситуациях. Механизм панического бегства, движение людей при вынужденной эвакуации. Правила безопасного поведения при панике во время пожара в общественном месте. Меры по предотвращению паники.

Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ.

Из истории химических аварий.

**Виды аварий на химически опасных объектах.** Понятие об опасном химическом веществе, химически опасном объекте, химической аварии. Классификация промышленных объектов, городов, городских и сельских районов, областей, краев и республик по степени химической опасности.

**Аварийно химически опасные вещества и их поражающее действие на организм человека.** Классификация опасности веществ по степени воздействия на организм человека. Понятие об аварийно химически опасном веществе. Наиболее распространенные аварийно химически опасные вещества (хлор, аммиак, фосген и др.), характеристика, воздействие на человека, меры по предотвращению отравления и оказанию первой помощи.

**Причины и последствия аварий на химически опасных объектах.** Причины химических аварий и их возможные последствия. Понятие об очаге химического поражения и зонах химического заражения. Характеристика зон химического поражения, их глубина и форма. Стойкость аварийно химически опасных веществ.

**Защита населения от аварийно химически опасных веществ.** Основные способы защиты населения от аварийно химически опасных веществ. Принципы работы системы оповещения. Использование средств индивидуальной защиты органов дыхания. Защитные свойства гражданских противогазов. Изготовление ватно-марлевой повязки. Укрытие людей в защитных сооружениях и последовательность герметизации помещений. Организация эвакуации населения.

**Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ.** Меры предосторожности, действия в случае оповещения об аварии и правила движения по зараженной местности. Правила безопасного поведения после выхода из зоны заражения. Действия при подозрении на поражение аварийно химически опасными веществами.

Аварии с выбросом радиоактивных веществ.

Из истории радиационных аварий.

**Радиация вокруг нас.** Понятие об ионизирующем излучении и его влияние на человека. Виды ионизирующего излучения (альфа-, бета- и гамма-излучения) и их характеристика. Измерение дозы облучения. Естественные и искусственные источники ионизирующего излучения. Внешнее и внутреннее облучение человека. Дозы облучения от различных источников излучения.

**Аварии на радиационно опасных объектах.** Понятие о радиационно опасном объекте. Классификация аварий с выбросом радиоактивных веществ и их причины. Деление районов радиоактивного заражения на зоны. Четыре фазы аварии на радиационно опасном объекте и их характеристика.

**Последствия радиационных аварий.** Специфические свойства радиоактивных веществ. Понятие о периоде полураспада. Радиоактивное загрязнение местности. Виды радиационного воздействия на людей и животных и их последствия. Понятие о радиочувствительности органов человека, их классификация по этому признаку и установленные для них значения основных дозовых пределов. Определение допустимых доз облучения. Последствия однократного и многократного облучения. Допустимые значения заражения продуктов питания и воды.

**Защита от радиационных аварий.** Меры предосторожности, принимаемые проживающими вблизи от радиационно опасных объектов людьми. Действия в случае поступления сигнала об аварии на радиационно опасном объекте (подготовка к эвакуации, действия при отсутствии убежища и средств защиты). Режим поведения при проживании на загрязненной местности. Комплекс мер по защите населения: режим радиационной защиты, использование средств индивидуальной защиты, проведение йодной профилактики, радиометрический контроль продуктов питания.

Гидродинамические аварии.

Из истории гидродинамических аварий.

**Аварии на гидродинамически опасных объектах, их причины и последствия.** Классификация гидродинамических аварий. Затопление как следствие гидродинамической аварии. Понятие о зоне затопления, зоне катастрофического затопления и их характеристика. Классификация гидродинамически опасных объектов, основные причины аварий на них. Поражающие факторы и последствия гидродинамических аварий.

**Защита от гидродинамических аварий.** Мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах. Основные меры по защите населения. Правила безопасного поведения при авариях на гидродинамически опасных объектах.

Чрезвычайные ситуации на транспорте.

Из истории транспортных аварий.

**Автомобильные аварии и катастрофы.** Автомобильные аварии и катастрофы и их основные причины. Автомобиль как источник опасности на дороге. Безопасное поведение на дорогах.

**Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов.** Правила движения по проезжей части на велосипедах и мопедах. Сигналы поворота и торможения. Запрещенные для водителей велосипедов и мопедов действия на дороге.

Чрезвычайные ситуации экологического характера.

**Состояние природной среды и жизнедеятельность человека.** Антропогенные изменения в природе: преднамеренные преобразования и попутные изменения. Формы воздействия человека на биосферу. Понятие о чрезвычайной ситуации экологического характера, их классификация. Источники загрязнения окружающей среды и их классификация. Понятие о токсичности. Экологические последствия хозяйственной деятельности человека.

**Изменение состава атмосферы (воздушной среды).** Функции воздушной среды. Зависимость климата от прозрачности атмосферы. Влияние хозяйственной деятельности человека на воздушную среду. Опасные явления, связанные с изменением состава атмосферы: парниковый эффект, разрушение озонового экрана, кислотные осадки. Основные источники загрязнения воздушной среды вредными веществами. Меры по улучшению ситуации.

**Изменение состояния гидросферы (водной среды).** Значение воды для жизни на Земле. Физико-химические свойства питьевой воды. Причины ухудшения качества пресных природных вод. Понятие о сточных водах. Классификация и характеристика сточных вод. Отрицательная динамика состояния питьевой воды.

**Изменение состояния суши (почвы).** Функции и значение почвы. Основные причины сокращения сельскохозяйственных угодий. Причины опасного влияния почвы на здоровье человека. Опасность, исходящая из почвенных покровов в связи с широким применением пестицидов. Деградация почвы и ее причины. Классификация отходов и их влияние на загрязнение почвы.

**Нормативы предельно допустимых воздействий на природу.** Понятие о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве. Нормы качества воздуха, воды и почвы. Правила поведения для уменьшения влияния на здоровье вредных экологических факторов.

## **Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.**

**Первая помощь при массовых поражениях.** Основные факторы поражения людей при чрезвычайных ситуациях. Главная задача и основная цель первой помощи. Мероприятия первой помощи при массовых поражениях.

**Первая помощь при поражении аварийно химически опасными веществами.** Воздействие химических веществ на организм человека. Пути попадания ядовитых веществ в организм человека: через органы дыхания, через желудочно-кишечный тракт, через кожу. Наиболее характерные и общие признаки химического отравления. Общие правила оказания первой помощи при поражении аварийно химически опасными веществами: удушающего действия; общеядовитого действия; удушающего и общеядовитого действия; нейротропного действия; удушающего и нейротропного действия. Первая помощь при поражении метаболитическими ядами; при отравлении соединениями тяжелых металлов и мышьяка; при ожогах химическими веществами.

**Первая помощь при бытовых отравлениях.** Признаки отравления средствами бытовой химии (инсектицидами, уксусной эссенцией, перекисью водорода и др.) и оказание первой помощи. Причины, последствия и признаки отравления минеральными удобрениями. Оказание первой помощи при первых признаках отравления минеральными удобрениями (при отравлении через органы пищеварения, дыхательные пути, глаза и кожу).

## **Раздел 3. Основы здорового образа жизни.**

**Физическая культура и закаливание.** Влияние физических упражнений на развитие растущего организма. Развитие необходимых физических качеств. Составляющие хорошей физической формы. Пути развития сердечно-дыхательной выносливости, мышечной силы, гибкости и скоростных качеств. Понятие о закаливании. Роль закаливания в профилактике простудных заболеваний. Принципы закаливания. Факторы окружающей среды, применяемые для закаливания организма: воздушные и солнечные ванны, закаливание водой.

**Семья в современном обществе.** Роль и задачи семьи в современном обществе. Создание семьи путем заключения брака. Понятие о законном браке. Права и обязанности супругов. Пути достижения взаимопонимания в семье.

## 9 класс.

### Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства.

Современный комплекс проблем безопасности.

#### **Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства.**

Структура законодательства в сфере безопасности и защиты от чрезвычайных ситуаций. Краткое содержание основных правовых актов.

**Угрозы национальной безопасности Российской Федерации.** Понятие о национальной безопасности и основные направления ее обеспечения. Угрозы в сфере военной, государственной и общественной безопасности. Меры по защите от этих угроз.

Основы военной службы. Подготовка граждан к защите Отечества. Постановка на первоначальный воинский учет и получение военного образования.

**Международный терроризм как угроза национальной безопасности.** Понятие о терроризме. Цели террористических организаций. Типы терроризма и их характеристика. Основные направления международного сотрудничества в сфере антитеррористической деятельности. Правовая основа антитеррористической деятельности в России.

**Наркотизм и национальная безопасность.** Понятие о наркотизме, наркомании, токсикомании. Социальная опасность наркотизма. Правовая основа государственной политики в сфере оборота наркотических и психотропных веществ.

**Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности.** Понятие о гражданской обороне. Основные задачи в области гражданской обороны и защиты населения. Силы гражданской обороны. Структуры, руководящие гражданской обороной.

Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС).

**Цели, задачи и структура РСЧС.** Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) и причины ее создания. Цели, задачи и структура РСЧС. Координационные органы РСЧС и их характеристика.

**Режимы функционирования, силы и средства РСЧС.** Режимы функционирования и основные мероприятия при их введении: в отсутствие чрезвычайной ситуации; при угрозе ее возникновения; при возникновении и ликвидации. Силы и средства РСЧС, их задачи и характеристика.

Международное гуманитарное право.

**Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм.** Понятие о международном гуманитарном праве и сфера его применения. Лица, находящиеся под защитой международного гуманитарного права. Основные документы международного гуманитарного права. Действия, нарушающие нормы международного гуманитарного права, и ответственность за их совершение.

**Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала.** Правовая защита раненых, больных и потерпевших кораблекрушение. Обеспечение защиты раненых и больных во время вооруженного конфликта. Основные требования по защите раненых и больных из состава действующей армии и вооруженных сил на море. Защита медицинского и духовного персонала. Состав медицинских формирований и их эмблемы.

**Защита военнопленных и гражданского населения.** Понятие о комбатанте и военнопленном. Основные требования по защите военнопленных. Случаи применения защитных мер в отношении гражданского населения. Основные требования по защите лиц из числа гражданского населения, находящихся во власти противника. Особая защита женщин и детей.

Безопасное поведение в криминогенных ситуациях.

**Защита от мошенников.** Понятие о мошенничестве, обмане, злоупотреблении доверием. Распространенные способы мошенничества. Правила безопасного поведения, если вы подозреваете, что являетесь объектом мошенничества.

**Безопасное поведение девушек.** Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Безопасное поведение девушек при столкновении с молодыми и взрослыми хулиганами,

уголовниками и лицами, находящимися в нетрезвом состоянии. Правила поведения девушки в обществе мужчины: в незнакомом месте; при возникновении угрозы или опасности насилия. Подручные средства самообороны и способы самозащиты. Наиболее уязвимые части тела.

**Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций.** Самооценка поведения. Признаки потенциальной жертвы. Уверенное и решительное поведение в криминогенных ситуациях. Тренировка уверенности. Правила безопасного поведения при неизбежности конфликта. Поведение при столкновении с хулиганами, похищении, попытке изнасилования.

## **Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.**

Профилактика травм в старшем школьном возрасте.

**Причины травматизма и пути их предотвращения.** Понятие о травматизме. Основные причины травматизма и виды травм в школьном возрасте. Меры по предотвращению различных видов травм.

**Безопасное поведение дома и на улице.** Правила безопасного поведения в быту, снижающие риск получения травм в домашних условиях. Меры по снижению опасности на воде. Защита от дорожно-транспортных происшествий. Что делать, если вы оказались свидетелем или участником ДТП.

**Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом.** Правила поведения на уроках физики, химии, во время перемен. Причины травматизма на уроках физической культуры и во время занятий спортом. Виды спорта с высокой степенью травматического риска. Профилактика травматизма на уроках физической культуры и на занятиях спортом. Безопасная одежда, обувь и защитное снаряжение.

Основы медицинских знаний.

**Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика.** Понятие о ране. Виды ран. Понятие об антисептике и ее виды. Основные антисептические средства и порядок их применения. Понятие об асептике. Предупреждение инфицирования ран с помощью асептических средств.

**Травмы головы, позвоночника и спины.** Причины травм головы и позвоночника. Признаки и симптомы травм головы и позвоночника; первая помощь при них. Сотрясение головного мозга: признаки и симптомы; первая помощь. Признаки и симптомы повреждения спины. Предупреждение повреждения спины и первая помощь при болях.

**Экстренная реанимационная помощь.** Понятие о клинической смерти и ее признаки. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий. Подготовка пострадавшего к реанимации. Понятие о прекордиальном ударе, непрямом массаже сердца, искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при выполнении этих реанимационных мероприятий.

**Основные неинфекционные заболевания.** Характеристика наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний. Причины неинфекционных заболеваний и доступные меры их профилактики.

## **Раздел 3. Основы здорового образа жизни.**

Здоровье и здоровый образ жизни.

**Здоровье человека.** Понятие о здоровье. Физическое, духовное, социальное здоровье. Характеристика групп здоровья детей и подростков. Взаимосвязь между индивидуальным и общественным здоровьем. Факторы, влияющие на здоровье.

**Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления.** Понятие о здоровом образе жизни. Основные компоненты здорового образа жизни: двигательная активность, рациональное питание, закаливание, режим труда и отдыха; их характеристика. Теории оздоровления.

**Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье.** Понятие о внешней среде. Факторы риска во внешней среде и их влияние на организм человека. Понятие о внутренней среде организма. Роль внутренней среды организма.

Личная гигиена.

**Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды.** Понятие о гигиене и личной гигиене. Правила ухода за кожей. Основная функция одежды и гигиенические требования к ней.

**Гигиена питания и воды.** Важность питания в процессе нормальной жизнедеятельности организма. Группы продуктов питания. Рекомендуемый набор пищевых продуктов в рационе взрослого человека и подростка. Суточное распределение пищевого рациона. Гигиена питания. Функции, выполняемые водой в организме человека. Гигиена воды. Способы очистки воды.

**Гигиена жилища и индивидуального строительства.** Гигиена жилища. Микроклимат помещения. Нормы искусственной освещенности. Гигиена индивидуального строительства.

Физиологические и психологические особенности организма подростка.

**Физиологическое и психологическое развитие подростков.** Особенности физиологического развития в период полового созревания. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья человека. Мероприятия, помогающие справиться с чувствами и эмоциями.

**Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции.** Понятие о влюбленности. Рекомендации по снятию стресса, вызванного безответной любовью. Понятие о «ловушках влюбленности». Нежелательные мотивы вступления в сексуальные отношения.

**Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях.** Понятие о конфликте. Виды конфликтов и методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации. Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации. Приемы управления чувствами и эмоциями.

**Суицидальное поведение в подростковом возрасте.** Понятие о суициде. Причины и факторы, повышающие вероятность суицида. Признаки, указывающие на возможность суицида. Зависимость числа суицидов от возраста и пола. Суицид среди подростков и молодежи. Причины и признаки эмоционального неблагополучия человека. Угнетенное психическое состояние. Профилактика суицида.

Факторы, разрушающие здоровье человека.

**Употребление табака.** Табакокурение и его последствия для здоровья курильщика и окружающих его людей. Стадии никотиновой зависимости. Как бросить курить.

**Употребление алкоголя.** Алкоголь и его влияние на здоровье человека. Развитие алкоголизма. Профилактика употребления алкогольных напитков. Помощь при алкогольном отравлении.

**Наркомания и токсикомания.** Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических и токсических веществ на организм человека. Три основных признака наркомании и токсикомании. Развитие психической и физической зависимости от наркотика. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами; оказание первой помощи.

**Заболевания, передающиеся половым путем.** Опасность заболеваний, передающихся половым путем. Характеристика распространенных заболеваний, передающихся половым путем, и их негативное влияние на здоровье человека.

## Тематическое планирование программы учебного предмета

5 класс, 35 часов

№ п/п	Наименование раздела, темы урока	Количество часов
<b>1.1.</b>	<b>Введение</b>	<b>1</b>
1.1.1	Введение. Изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»	1
<b>1.2.</b>	<b>Чтобы сохранить здоровье, нужно знать себя</b>	<b>19</b>
1.2.1	Организм человека как единое целое. Системы органов и их функции.	1
1.2.2.	Укрепление нервной системы	1
1.2.3	Тренировка сердца	1
1.2.4	Тренировка дыхательной системы	1
1.2.5	Принципы рационального питания	1

1.2.6	Практическая работа по теме: «Качество питьевой воды»	1
1.2.7	Первая помощь при пищевой аллергии	1
1.2.8	Здоровье органов чувств.	1
1.2.9	Проектная деятельность по теме: «Слух человека и животных. Сравнительная характеристика».	1
1.2.10	Проектная деятельность по темам: Как сохранить обоняние? Богатство вкусовых ощущений. Как сохранить его?	1
1.2.11	Факторы, влияющие на здоровье.	1
1.2.12	Организованность и здоровье.	1
1.2.13	Чистота – залог здоровья	1
1.2.14	Заболевания, вызванные отсутствием гигиены (дизентерия, глисты, вши)	1
1.2.15	Движение – это жизнь	1
1.2.16	Закаливание как способ сохранения и укрепления здоровья	1
1.2.17	Компьютер и здоровье.	1
1.2.18	Правила безопасной работы за компьютером.	1
1.2.19	Обобщающий урок по теме: «Здоровый образ жизни»	1
<b>1.3</b>	<b><i>Мой безопасный дом</i></b>	<b>5</b>
1.3.1	Поддержание чистоты и порядка в доме, на рабочем месте.	1
1.3.2	Соблюдение правил при проведении хозяйственных работ (мытьё посуды, уборка комнат)	1
1.3.3	Животные и насекомые, распространяющие инфекцию (мыши, тараканы, клопы).	1
1.3.4	Дела домашние и техника безопасности. Проявление осторожности, предусмотрительности при проведении хозяйственных работ	1
1.3.5	Безопасное электричество и газ.	1
<b>4</b>	<b><i>Школьная жизнь</i></b>	<b>10</b>
1.4.1	Пешеходы и пассажиры — участники дорожного движения. Дорожное движение в населённом пункте и за городом. Дорожные знаки	1
1.4.2	Безопасная дорога. Выбор безопасного пути в школу.	1
1.4.3	Правила поведения на дорогах и улицах. Оценка пешеходом дорожной ситуации. Дорожные ловушки.	1
1.4.4	Школьник как пассажир. Правила поведения пассажира в разных видах транспорта.	1
1.4.5	Общие правила поведения в школьном помещении и во дворе школы. Поведение на уроках, переменах, в столовой, раздевалке и других школьных помещениях.	1
1.4.6	Поведение на уроках, переменах, в столовой, раздевалке и других школьных помещениях.	1
1.4.7	Общение со сверстниками. Поведение в школе, которое может привести к беде. Устранение конфликтов.	1
1.4.8	Заболевший ученик в школе. Помощь заболевшему сверстнику.	1
1.4.9	Меры предупреждения пожара, правила эвакуации, правила поведения при пожаре.	1
1.4.10	Обобщающий урок по теме: «Школьная жизнь»	1
<b>Всего</b>		<b>35</b>

**Тематическое планирование программы учебного предмета  
6 класс, 35 часов**

<b>№</b>	<b>Наименование раздела, темы урока</b>	<b>Количество часов</b>
<b>1.1.</b>	<b><i>Введение</i></b>	<b>1</b>
1.1.1	Введение. Первичный инструктаж по охране труда, пожарной безопасности, правилам дорожного движения и антитеррористической безопасности	1
<b>1.2</b>	<b><i>На игровой площадке</i></b>	<b>6</b>
1.2.1	Подготовка к прогулке. Выбор одежды и обуви с учётом погоды и планируемых подвижных игр.	1
1.2.2	<i>Меры безопасности</i> при пользовании качелями, игровым оборудованием на площадке, при езде на велосипеде.	1
1.2.3	Зимние игры, безопасность при езде на санках-ледянках.	1
1.2.4	Оказание первой помощи при ушибах, вывихах, переломах.	1
1.2.5	Практическая работа по теме «Оказание первой помощи при травме верхней конечности»	1
1.2.6	Правила поведения при встрече с собакой. Первая помощь при укусе собаки.	1
<b>1.3</b>	<b><i>На природе</i></b>	<b>10</b>
1.3.1	Ориентирование на местности.	1
1.3.2	Практическая работа по теме «Определение сторон света»	1
1.3.3	Общие правила поведения во время экскурсий на природу.	1
1.3.4	Правила поведения в экстремальных ситуациях (при потере ориентиров на незнакомой местности и др.).	1
1.3.5	Проектная деятельность по теме: «Экскурсия на природу»	1
1.3.6	Опасные встречи (животные, насекомые, змеи). Первая помощь при укусе насекомого, змеи.	1
1.3.7	Правила поведения на водоёмах. Выбор и оценка места для купания.	1
1.3.8	Первая помощь при судорогах, солнечном ударе.	1
1.3.9	Первая помощь при утоплении.	1
1.3.10	Правила безопасного поведения на льду. Переправа через водные преграды.	1
<b>1.4</b>	<b><i>Подготовка к походу</i></b>	<b>12</b>
1.4.1	Правила организации безопасного туристского похода.	1
1.4.2	Подготовка снаряжения и личного имущества к походу	1
1.4.3	Походная аптечка. Лекарственные растения.	1
1.4.4	Правила организации режима дня в туристическом походе	1
1.4.5	Практическая работа по теме: «Составление режима для многодневного туристического похода»	1
1.4.6	Организация питания в походе.	1
1.4.7	Съедобные и ядовитые растения	1
1.4.8	Практическая работа «Определение отличительных признаков ядовитых грибов»	1
1.4.9	Проектная деятельность по теме: «Подготовка к походу»	1
1.4.10	Первая помощь при потёртостях кожи, пищевых отравлениях, ожогах.	1
1.4.11	Первая помощь при, ожогах.	1
1.4.12	Обобщающий урок по теме: «Правила поведения на природе»	1
<b>1.5</b>	<b><i>Когда человек сам себе враг</i></b>	<b>5</b>
1.5.1	Вредные привычки и их пагубное влияние на подрастающий организм.	1

1.5.2	Алкоголь. Вред алкоголя для здоровья, умственной деятельности, поведения человека.	1
1.5.3	Курение. Вред курения для здоровья.	1
1.5.4	Проектная деятельность по теме: «Курить - здоровью вредить»	1
	Обобщающий урок по теме: «Когда человек себе враг»	1
<b>1.6</b>	<b>Основы противодействия терроризму, экстремизму в РФ.</b>	<b>1</b>
1.6.1	Противодействие терроризму, экстремизму в РФ.	1
<b>Всего:</b>		<b>35</b>

**Тематическое планирование программы учебного предмета  
7 класс, 35 часов**

№ п/п	Наименование раздела, темы урока	Количество часов
<b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b>		<b>21</b>
<b>1.1.</b>	<b><i>Личная безопасность в повседневной жизни</i></b>	<b>3</b>
1.1.1	Правила пожарной безопасности.	1
1.1.2	Правила дорожного движения.	1
1.1.3	Правила поведения при угрозе и во время террористического акта.	1
<b>1.2.</b>	<b><i>Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.</i></b>	<b>1</b>
1.2.1	Понятие о ЧС природного характера и их классификация.	1
<b>1.3</b>	<b><i>Землетрясения.</i></b>	<b>3</b>
1.3.1	Происхождение и классификация землетрясений.	1
1.3.2	Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь	1
1.3.3	Правила безопасного поведения при землетрясениях	1
<b>1.4</b>	<b><i>Вулканы</i></b>	<b>1</b>
1.4.1	Вулканы	1
<b>1.5.</b>	<b><i>Оползни, сели, обвалы и снежные лавины</i></b>	<b>5</b>
1.5.1	Оползни	1
1.5.2	Сели.	1
1.5.3	Обвалы и снежные лавины.	1
1.5.4	Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин	1
1.5.5	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин	1
<b>1.6</b>	<b><i>Ураганы, бури, смерчи</i></b>	<b>3</b>
1.6.1	Происхождение ураганов, бурь и смерчей и их классификация	1
1.6.2	Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них	1
1.6.3	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей	1
<b>1.7</b>	<b><i>Наводнения</i></b>	<b>3</b>
1.7.1	Понятие о наводнении и его характеристика.	1
1.7.2	Последствия затопления и меры по снижению потерь от наводнений.	1
1.7.3	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнения	1
<b>1.8</b>	<b><i>Цунами</i></b>	<b>1</b>
1.8.1	Цунами	1
<b>1.9</b>	<b><i>Природные пожары</i></b>	<b>3</b>
1.9.1	Причины природных пожаров и их классификация	1
1.9.2	Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение	1
1.9.3	Правила безопасного поведения в зоне лесного пожара и при его тушении	1

<b>1.1</b>	<b>Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений</b>	<b>1</b>
1.10.1	Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии.	1
<b>1.11</b>	<b>Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера</b>	<b>3</b>
1.11.1	Человек и стихия. Характер и темперамент.	1
1.11.2	Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии	1
1.11.3	Контрольная работа № 1 по теме: «Правила безопасного поведения в ЧС природного характера».	1
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b>		<b>4</b>
<b>2.1</b>	<b>Наложение повязок и помощь при переломах</b>	<b>4</b>
2.1.1	Практическая работа № 1 по теме «Повязки».	1
2.1.2	Первая помощь при переломах.	1
2.1.3	Способы переноски пострадавших.	1
2.1.4	Контрольная работа № 2 по теме «Основы медицинских знаний».	1
<b>Раздел 3. Основы здорового образа жизни</b>		<b>4</b>
<b>3.1</b>	<b>Режим учебы и отдыха подростка</b>	<b>4</b>
3.1.1	Режим — необходимое условие здорового образа жизни	1
3.1.2	Профилактика переутомления и содержание режима дня	1
3.1.3	Контрольная работа № 3 по теме «Основы здорового образа жизни».	1
3.1.4	Подготовка к Дню защиты детей.	1
<b>Всего</b>		<b>35</b>

**Тематическое планирование программы учебного предмета  
8 класс, 35 часов**

<b>№</b>	<b>Наименование раздела, темы урока</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b>		<b>21</b>
<b>1.1.</b>	<b>Личная безопасность в повседневной жизни</b>	<b>3</b>
1.1.1	Правила пожарной безопасности.	1
1.1.2	Правила дорожного движения.	1
1.1.3	Правила поведения при угрозе и во время террористического акта.	1
<b>1.2</b>	<b>Производственные аварии и катастрофы</b>	<b>1</b>
1.2.1	ЧС техногенного характера: общие понятия.	1
<b>1.3</b>	<b>Взрывы и пожары</b>	<b>6</b>
1.3.1	Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах	1
1.3.2	Общие сведения о взрыве и пожаре	1
1.3.3	Пожары и взрыва: причины, поражающие факторы и последствия.	1
1.3.4	Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах	1
1.3.5	Пожары и паника	1
1.3.6	Контрольная работа № 1 по теме: «Пожары и взрывы».	1
<b>1.4</b>	<b>Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ</b>	<b>5</b>
1.4.1	Виды аварий на химически опасных объектах	1
1.4.2	АХОВ и их поражающее действие на организм человека	1
1.4.3	Причины и последствия аварий на химически опасных объектах	1
1.4.4	Защита населения от аварийно химически опасных веществ	1
1.4.5	Контрольная работа № 2 по теме: «Аварии с выбросом АХОВ».	1
<b>1.5</b>	<b>Аварии с выбросом радиоактивных веществ</b>	<b>5</b>
1.5.1	Радиация вокруг нас	1
1.5.2	Аварии на радиационно опасных объектах	1

1.5.3	Последствия радиационных аварий	1
1.5.4	Защита от радиационных аварий	1
1.5.5	Контрольная работа № 3 по теме: «Аварии с выбросом радиоактивных веществ».	1
<b>1.6</b>	<b><i>Гидродинамические аварии</i></b>	<b>2</b>
1.6.1	Аварии на гидродинамически опасных объектах, их причины и последствия	1
1.6.2	Защита от гидродинамических аварий	1
<b>1.7</b>	<b><i>Чрезвычайные ситуации на транспорте</i></b>	<b>2</b>
1.7.1	Автомобильные аварии и катастрофы	1
1.7.2	Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов	1
<b>1.8</b>	<b><i>Чрезвычайные ситуации экологического характера</i></b>	<b>5</b>
1.8.1	Состояние природной среды и жизнедеятельность человека	1
1.8.2	Изменение состава атмосферы (воздушной среды)	1
1.8.3	Изменение состояния гидросферы (водной среды)	1
1.8.4	Изменение состояния суши (почвы)	1
1.8.5	Нормативы предельно допустимых воздействий на природу	1
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи.</b>		<b>4</b>
<b>2.1</b>	<b><i>Правила оказания первой помощи при поражениях АХОВ и бытовых отравлениях.</i></b>	<b>4</b>
2.1.1	Первая помощь при массовых поражениях	1
2.1.2	Первая помощь при поражении аварийно химически опасными веществами	1
2.1.3	Первая помощь при бытовых отравлениях	1
2.1.4	Контрольная работа № 4 по разделу «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи».	1
<b>Раздел 3. Основы здорового образа жизни (2 ч)</b>		<b>2</b>
<b>3.1.</b>	<b><i>Основы здорового образа жизни</i></b>	<b>2</b>
3.1.1	Физическая культура и закаливание	1
3.1.2	Семья в современном обществе	1
<b>Всего:</b>		<b>35</b>

**Тематическое планирование программы учебного предмета  
9 класс, 34 часов**

№ п/п	Наименование раздела, темы урока	Количество часов
<b>Раздел 1. Основы безопасности личности, общества и государства</b>		<b>14</b>
<b>1.1</b>	<b><i>Современный комплекс проблем безопасности</i></b>	<b>5</b>
1.1.1	Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства. ППБ. ПДД.	1
1.1.2	Основы военной службы. Подготовка граждан к защите Отечества. Постановка на первоначальный воинский учет и получение военного образования	1
1.1.3	Угрозы национальной безопасности РФ. Международный терроризм как угроза национальной безопасности. Правила безопасного поведения при угрозе и во время террористического акта.	1
1.1.4	Наркотизм и национальная безопасность	1
1.1.5	Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности	1
<b>1.2</b>	<b><i>Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</i></b>	<b>3</b>

1.2.1	Цели, задачи и структура РСЧС	1
1.2.2	Режимы функционирования РСЧС	1
1.2.3	Силы и средства РСЧС.	1
<b>1.3</b>	<b><i>Международное гуманитарное право</i></b>	<b>3</b>
1.3.1	Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм	1
1.3.2	Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала	1
1.3.3	Защита военнопленных и гражданского населения	1
<b>1.4</b>	<b><i>Безопасное поведение в криминогенных ситуациях.</i></b>	<b>3</b>
1.4.1	Защита от мошенников	1
1.4.2	Безопасное поведение девушек	1
1.4.3	Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций	1
<b>Раздел 2. Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b>		<b>7</b>
<b>2.1</b>	<b><i>Профилактика травм в старшем школьном возрасте</i></b>	<b>3</b>
2.1.1	Причины травматизма и пути их предотвращения	1
2.1.2	Безопасное поведение дома и на улице	1
2.1.3	Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом	1
<b>2.2</b>	<b><i>Основы медицинских знаний</i></b>	<b>4</b>
2.2.1	Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика	1
2.2.2	Травмы головы, позвоночника и спины	1
2.2.3	Экстренная реанимационная помощь	1
2.2.4	Основные неинфекционные заболевания	1
<b>Раздел 3. Основы здорового образа жизни</b>		<b>3</b>
<b>3.1</b>	<b><i>Здоровье и здоровый образ жизни</i></b>	<b>3</b>
3.1.1	Здоровье человека	1
3.1.2	Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления	1
3.1.3	Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье	1
<b>3.2</b>	<b><i>Личная гигиена</i></b>	<b>3</b>
3.2.1	Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды	1
3.2.2	Гигиена питания и воды	1
3.2.3	Гигиена жилища и индивидуального строительства	1
<b>3.3</b>	<b><i>Физиологические и психологические особенности организма подростка</i></b>	<b>4</b>
3.3.1	Физиологическое и психологическое развитие подростков	1
3.3.2	Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции	1
3.3.3	Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях. Суицидальное поведение в подростковом возрасте	1
<b>3.4</b>	<b><i>Факторы, разрушающие здоровье человека</i></b>	<b>4</b>
3.4.1	Употребление табака	1
3.4.2	Употребление алкоголя	1
3.4.3	Наркомания и токсикомания	1
3.4.4	Заболевания, передающиеся половым путем	1
<b>Всего</b>		<b>34</b>