

**АДАптированная рабочая программа учебного предмета**

**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ  
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**(для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (с задержкой  
психического здоровья - далее с ЗПР).**

**5-9 класс  
срок реализации -5 лет**

**Составитель:**

Соскина Наталья Владимировна  
преподаватель-организатор  
основ безопасности  
жизнедеятельности

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Адаптированная программа составлена на основании авторской образовательной программы под редакцией А.Т.Смирнова (программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-9 классов общеобразовательных учреждений, авторы А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников, - М.: Просвещение, 2016).

Программа построена с учетом специфики усвоения учебного материала, испытывающими трудности в обучении учащимися, причиной которых являются различного характера задержки психического развития.

Рабочая программа составлена на основе УМК «Основы безопасности и жизнедеятельности» под редакцией А.Т. Смирнова:

- учебник А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова ОБЖ 5 класс. – М.: Просвещение, 2013
- учебник А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова ОБЖ 6 класс. – М.: Просвещение, 2015
- учебник А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова ОБЖ 7 класс. – М.: Просвещение, 2015
- учебник А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова ОБЖ 8 класс. – М.: Просвещение, 2014
- учебник А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова ОБЖ 9 класс. – М.: Просвещение, 2013
- поурочные разработки 5-9 класс А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова. – М.: Просвещение, 2013;
- тестовый контроль 5-9 класс А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова. – М.: Просвещение, 2013;
- «ОБЖ» справочник для учащихся А.Т. Смирнова, Б.О. Хренникова. – М.: Просвещение, 2013

### **Особенности обучающихся с задержкой психического развития.**

У обучающихся с задержкой психического развития отмечается недостаточная познавательная активность, которая в сочетании с быстрой утомляемостью и истощаемостью может серьезно тормозить их обучение и развитие. Быстро наступающее утомление приводит к потере работоспособности, вследствие чего у обучающихся возникают затруднения в усвоении учебного материала: они не удерживают в памяти задание, продиктованное предложение, забывают слова; допускают нелепые ошибки в письменных работах; оказываются неспособными оценить результаты своих действий; их представления об окружающем мире недостаточно широки.

Дети с ЗПР не могут сосредоточиться на задании, не умеют подчинять свои действия правилам, содержащим несколько условий. У многих из них преобладают игровые мотивы. Таким образом, для таких детей характерна пониженная активность мыслительной деятельности, недостаточность процессов анализа, синтеза, сравнения, обобщения, ослабленность памяти и внимания.

В периоды нормальной работоспособности у детей с ЗПР обнаруживается целый ряд положительных сторон их деятельности, характеризующих сохранность многих личностных и интеллектуальных качеств. Эти сильные стороны проявляются чаще всего при выполнении детьми доступных и интересных заданий, не требующих длительного умственного напряжения и протекающих в спокойной доброжелательной обстановке. В таком состоянии при индивидуальной работе с ними дети оказываются способными самостоятельно или с незначительной помощью решать интеллектуальные задачи почти на уровне нормально развивающихся сверстников (производить группировку предметов, устанавливать причинно-следственные связи в рассказах со скрытым смыслом).

Рабочее состояние детей с ЗПР, во время которого они способны усвоить учебный материал и правильно решить те или иные задачи, кратковременно. Нередко дети способны работать на уроке всего 15–20 минут, а затем наступает утомление и истощение, интерес к занятиям пропадает, работа прекращается. В состоянии утомления у них резко снижается внимание, возникают импульсивные, необдуманные действия, в работах появляется множество ошибок и исправлений. У некоторых детей собственное бессилие вызывает раздражение, другие категорически отказываются работать, особенно если требуется усвоить новый учебный материал.

Этот небольшой объем знаний, который детям удается приобрести в период нормальной работоспособности, как бы повисает в воздухе, не связывается с последующим материалом, недостаточно закрепляется. Знания во многих случаях остаются неполными, отрывистыми, не систематизируются. Вслед за этим у детей развивается крайняя неуверенность в своих силах, неудовлетворенность учебной деятельностью. В самостоятельной работе дети теряются, начинают нервничать и тогда не могут выполнить даже элементарных заданий. Резко выраженное утомление возникает после занятий, требующих интенсивного умственного выражения.

В целом дети с ЗПР тяготеют к механической работе, не требующей умственных усилий: заполнение готовых форм, изготовление несложных поделок, составление задач по образцу с изменением лишь предметных и числовых данных. Они тяжело переключаются с одного вида деятельности на другой. Однообразные действия, не механические, а связанные с умственным напряжением, также быстро утомляют обучающихся.

### **Значение предмета для обучения обучающихся с ЗПР**

В ходе изучения ОБЖ у обучающихся с ЗПР происходит формирование, либо коррекция уже имеющихся представлений о правилах безопасного поведения в жизни. Большое значение для полноценного формирования мировоззрения и экологического образования обучающихся с ЗПР приобретает опора на межпредметные связи вопросов, изучаемых в курсе ОБЖ с такими учебными предметами, как география, физика, биология, физическая культура. Позволяя рассматривать один и тот же учебный материал с разных точек зрения, межпредметные связи способствуют его лучшему осмыслению, более прочному закреплению полученных знаний и практических умений. Изучение курса ОБЖ предусматривает формирование у обучающихся с ЗПР умений анализировать, сравнивать, обобщать изучаемый материал, планировать предстоящую работу, осуществлять самоконтроль.

### **Основные виды деятельности обучающихся:**

- - участие во фронтальной беседе;
- - участие в эвристической беседе;
- - выполнение практической работы по отдельным инструктивным картам и образцу;
- - работа с текстом учебника или иного учебного пособия по вопросам;
- - воспроизведение учебного материала по памяти с планом;
- - работа с рисунками, имеющими комментарии;
- - работа с различными источниками информации;
- - конспектирование по вопросам;
- - анализ фактов и проблемных ситуаций, ошибок с помощью плана;
- - составление плана и последовательности действий;

- - исследовательская и творческая работа (подготовка докладов, рефератов, презентаций) с консультацией учителя
- - контроль и оценка процесса и результатов деятельности;
- - работа с раздаточным материалом;
- - работа в парах, группах.

**Особенности реализации рабочей программы при обучении детей с ЗПР:** Имея одинаковое содержание и задачи обучения, рабочая программа по ОБЖ для детей с ЗПР, отличается от программы массовой школы. Эти отличия заключаются в методических приёмах, используемых на уроках:

- оказывается индивидуальная помощь обучающимся;
- при решении задач подбираются разнообразные сюжеты, которые используются для формирования и уточнения представлений об окружающей действительности, расширения кругозора обучающихся.

Таким образом, полностью сохраняя структуру документа, поставленные цели и задачи, а также содержание, программа составлена в расчете на обучение детей с ЗПР в 5-9 классах

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» построен так, чтобы была достигнута

**цель:** - понимание каждым обучающимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности.

Достижение этой цели обеспечивается решением следующих учебных **задач:**

1. безопасное поведение обучающихся в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
2. принятие обучающимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
3. антиэкстремистское мышление и антитеррористическое поведение обучающихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
4. отрицательное отношение обучающихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков;
5. готовность и способность обучающихся к нравственному самосовершенствованию;
6. формирование у обучающихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
7. формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
8. выработка у обучающихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному.

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Учебный предмет «ОБЖ» предназначен для формирования у учащихся основных понятий об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека. Выработки у них сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих. Приобретение учащимися способности сохранять жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные

ситуации с учетом их возможностей. Формирование у учащихся антиэкстремистского и антитеррористического поведения. Отрицательного отношения к приёму психоактивных веществ, в том числе и наркотиков. Предлагаемый объем содержания является достаточным для формирования у обучающихся с ЗПР основных понятий в области безопасности жизнедеятельности.

Структура предмета при модульном построении содержания образования включает в себя два учебных модуля и пять разделов.

Под учебным модулем следует понимать конструктивно завершенную часть предмета, основанную на его методологии и включающую в себя такой объем учебного материала, который позволяет использовать его как самостоятельный учебный компонент системы предмета «ОБЖ».

## **Учебные модули**

### ***Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства***

Обеспечивает формирование у обучаемых комплексной безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях.

Модуль включает три раздела.

Раздел 1. Основы комплексной безопасности (может изучаться в 5—11 классах).

Раздел 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (может изучаться в 7—9 классах).

Раздел 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ.

### ***Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.***

Решает задачи духовно-нравственного воспитания обучаемых, формирования у них индивидуальной системы здорового образа жизни, сохранения и укрепления здоровья, а также умений оказывать первую медицинскую помощь.

Модуль включает два раздела.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.

Особое место в структуре программы занимает раздел 3 модуля 1 «Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ».

Понятийная база и содержание курса «Основы безопасности жизнедеятельности» основаны на положениях Федеральных законов РФ:

- ФЗ № 68 «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» от 21 декабря 1994 года;
- ФЗ № 7 «Об охране окружающей природной среды» от 10 января 2002 года;
- ФЗ № 69 «О пожарной безопасности» от 21 декабря 1994 года;
- «ФЗ № 28 «О гражданской обороне» от 12 февраля 1998 года;
- ФЗ № 196 «О безопасности дорожного движения» от 10 декабря 1995 года;
- ФЗ № 35 «О противодействии терроризму» от 6 марта 2006 года;
- ФЗ № 3 «О наркотических средствах и психотропных веществах» от 8 января 1998 года;
- ФЗ № 52 «О санитарно-эпидемиологическом благополучии населения» от 30 марта 1999 года;
- Постановления Правительства Российской Федерации от 16 января 1995 г. № 738 «О порядке подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций»

- Постановления Правительства Российской Федерации от 16 января 1995 г. № 738 «О порядке подготовки населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций»
- и других нормативно-правовых актов в области безопасности, общества и государства.
- Концепция противодействия терроризму в Российской Федерации от 5 октября 2009 г. Постановление Правительства Российской Федерации "О единой государственной системе предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций"(последняя редакция).
- Постановление Правительства Российской Федерации «О классификации чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (последняя редакция).
- Правила дорожного движения Российской Федерации(последняя редакция) -- Семейный кодекс Российской Федерации(последняя редакция).
- Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года(Утверждена Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. №537).
- «Уголовный кодекс РФ» (последняя редакция).
- Указ Президента Российской Федерации «Вопросы министерства Российской Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий»(от 2 сентября 2004 г. №868).
- и других нормативно-правовых актов в области безопасности, общества и государства.

## МЕСТО КУРСА ОБЖ В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в 5 классе 0,25 час в неделю(8 часов в год), в 6 классе 0,5 часа в неделю (17 часов в год), в 7-9 классах 1 час в неделю (34 часа в год).

### Тематический план 5-9 класс

| Название модуля, раздела  | класс    |           |           |           |           |
|---|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
|   | 5        | 6         | 7         | 8         | 9         |
| <b>Модуль I</b><br>«Основы безопасности личности, общества и государства»             | <b>7</b> | <b>12</b> | <b>26</b> | <b>22</b> | <b>24</b> |
| <b>Раздел – 1</b><br>«Основы комплексной безопасности»                                | 5        | 12        | 14        | 10        | 8         |
| <b>Раздел – 2</b><br>«Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций» |          |           | 10        | 12        | 7         |
| <b>Раздел – 3</b><br>«Основы противодействия терроризму и экстремизму»                | 2        |           | 2         |           | 9         |
| <b>Модуль II</b><br>«Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»              | <b>2</b> | <b>5</b>  | <b>8</b>  | <b>12</b> | <b>10</b> |
| <b>Раздел – 4</b><br>«Основы здорового образа жизни»                                  | 1        | 3         | 3         | 8         | 7         |
| <b>Раздел – 5</b><br>«Основы медицинских знаний и оказания                            | -        | 2         | 5         | 4         | 3         |

|                     |          |           |           |           |           |
|---------------------|----------|-----------|-----------|-----------|-----------|
| первой помощи»      |          |           |           |           |           |
| <b>ИТОГО ЗА ГОД</b> | <b>8</b> | <b>17</b> | <b>34</b> | <b>34</b> | <b>34</b> |

## ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ КУРСА ОБЖ

Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования устанавливает требования образовательной программы: личностным, метапредметным и предметным. Обозначенные в Стандарте критерии также распространяются на требования к результатам освоения обучающимися с ЗПР и содержательно дополняются с учетом специфики обучения данной категории детей.

### **Личностные:**

- Самостоятельно определять и высказывать самые простые, общие для всех людей правила поведения при совместной работе и сотрудничестве (этические нормы).
- В предложенных педагогом ситуациях общения и сотрудничества, опираясь на общие для всех простые правила поведения, самостоятельно делать выбор, какой поступок совершить.
- Целостное восприятие окружающего мира. Развитая мотивация учебной деятельности и личностного смысла учения, заинтересованность в приобретении и расширении знаний и способов действий; творческий подход к выполнению заданий.
- Рефлексивная самооценка, умение анализировать свои действия и управлять ими.
- Навыки сотрудничества со взрослыми и сверстниками. У
- становка на здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат.

### **Метапредметные:**

#### Регулятивные УУД:

- Определять цель деятельности на уроке с помощью учителя и самостоятельно.
- Учиться обнаруживать и формулировать учебную проблему совместно с учителем.
- Учиться планировать учебную деятельность на уроке.
- Высказывать свою версию, пытаться предлагать способ её проверки.
- Работая по предложенному плану, использовать необходимые средства (учебник, простейшие приборы и инструменты).
- Определять успешность выполнения своего задания в диалоге с учителем.

#### Познавательные УУД:

- Ориентироваться в своей системе знаний: понимать, что нужна дополнительная информация (знания) для решения учебной задачи в один шаг.
- Делать предварительный отбор источников информации для решения учебной задачи. Добывать новые знания: находить необходимую информацию как в учебнике, так и в предложенных учителем словарях и энциклопедиях
- Добывать новые знания: извлекать информацию, представленную в разных формах (текст, таблица, схема, иллюстрация и др.).

- Перерабатывать полученную информацию: наблюдать и делать самостоятельные выводы. Коммуникативные УУД:
- Донести свою позицию до других: оформлять свою мысль в устной и письменной речи (на уровне одного предложения или небольшого текста).
- Слушать и понимать речь других.
- Вступать в беседу на уроке и в жизни.
- Совместно договариваться о правилах общения и поведения в школе и следовать им.

Предметные:

- знать основы здорового образа жизни; факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье; знать вредные привычки и правила их профилактики;
- знать и применять в жизни правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;
- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания, грамотно действовать при химических и радиоактивных поражениях, при гидродинамических авариях и т. д.;
- оказывать первую медицинскую помощь при отравлениях, ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- правильно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- уметь комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации;
- обеспечивать личную безопасность на улицах и дорогах;
- соблюдать меры предосторожности и правила поведения пассажиров в общественном транспорте;
- пользоваться бытовыми приборами и инструментами;
- проявлять бдительность при угрозе террористического акта;
- уметь обращаться (вызывать) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### 5 класс

#### **Модуль I «Основы безопасности личности, общества и государства»**

##### ***Раздел I «Основы комплексной безопасности» - 5ч.***

*Человек, среда его обитания, безопасность человека.*

Город как среда обитания. Роль городов в развитии человеческого общества.

Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей.

Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации для человека, которые могут возникнуть в городе. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища. Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут

возникнуть в жилище; меры по их профилактике. Особенности природных условий в городе. Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды. Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность. Особенности социальной среды в городе с учетом его предназначения (город-столица, город-порт и др.). Зоны повышенной криминогенной опасности, зоны безопасности в городе. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе: со взрослыми и сверстниками, с незнакомым человеком. Безопасность в повседневной жизни. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

#### *Опасные ситуации техногенного характера.*

Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения. Регулирование дорожного движения; дорожная разметка; дорожные знаки; светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

Пешеход. Безопасность пешехода. Пешеход - участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге. Пассажир. Безопасность пассажира. Водитель. Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Меры безопасности при поездке железнодорожным транспортом. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом. Пожарная безопасность. Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище; личная безопасность при пожаре. Безопасное поведение в бытовых ситуациях. Опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище в повседневной жизни. Общие правила безопасного поведения в быту. Безопасное обращение с электроприборами, с бытовым газом, со средствами бытовой химии. Соблюдение мер безопасности при работе с инструментами и компьютером.

#### *Опасные ситуации природного характера.*

Погодные условия и безопасность человека. Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения в предвидении и во время опасных природных явлений. Безопасность на водоемах. Состояние водоемов в различное время года. Правила безопасного поведения на водоемах в различное время года. Само- и взаимопомощь терпящим бедствие на воде. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационно-опасных объектах; аварии на пожаро-взрывоопасных объектах; аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Действия населения при оповещении об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации.

### ***Раздел III «Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации»- 2ч.***

*Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение.*

Антиобщественное поведение и его опасность. Основные виды антиобщественного поведения и их последствия. Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации. Обеспечение личной безопасности дома. Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома. Обеспечение личной безопасности на улице. Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знания расположения безопасных зон в городе (отделение полиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе.

*Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.*

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Общие понятия об экстремизме и терроризме, причин их возникновения. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение. Виды экстремистской и террористической деятельности, их цели и способы осуществления. Виды террористической и экстремистской деятельности, их характерные особенности. Виды террористических актов и их последствия. Из истории терактов. Рекомендации по снижению факторов риска для жизни и здоровья в случае теракта. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности. Особенности уголовной ответственности и наказание несовершеннолетних согласно Уголовному кодексу Российской Федерации. Статьи Уголовного кодекса Российской Федерации, определяющие наказание за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

### **Модуль II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»**

#### ***Раздел IV «Основы здорового образа жизни»- 1ч***

*Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни.*

О здоровом образе жизни. Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основное составляющее здорового образа жизни. Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья. Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой - обязательные условия для укрепления и сохранения здоровья. Рациональное питание. Гигиена питания. Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания.

*Факторы, разрушающие здоровье человека.*

Вредные привычки и их влияние на здоровье. Вредные привычки, их отрицательное влияние на развитие способностей человека и на его здоровье. Табачный дым и его

составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия для здоровья человека от постоянного курения. Как уберечь себя от курения. Алкоголь - наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность. Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек. Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для их реализации по совершенствованию духовных и физических качеств. Отношение человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков.

#### ***Раздел V «Основы медицинских знаний и оказания первой помощи»***

*Первой медицинской помощи и правила ее оказания.*

Первая помощь и правила ее оказания. Первая помощь при различных видах повреждений. Первая помощь, общее положение по оказанию первой помощи. Оказание первой помощи при ушибах, ссадинах (практические занятия). Отрабатываются навыки в оказании первой помощи при ссадинах и ушибах. Первая помощь при отравлениях (практические занятия). Отрабатываются навыки в оказании первой помощи при отравлениях никотином и угарным газом.

### **6 класс**

#### **Модуль I «Основы безопасности личности, общества и государства»**

##### ***Раздел I «Основы комплексной безопасности» - 12ч.***

*Подготовка к активному отдыху на природе.*

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

## **Модуль II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»**

### ***Раздел IV «Основы здорового образа жизни» - 3 ч.***

*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!»

### ***Раздел V «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» - 2 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 в условиях 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.

7 класс

## **Модуль I «Основы безопасности личности, общества и государства**

### **Раздел I «Основы комплексной безопасности.» -14часов**

*Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера.*

Различные природные явления. Оболочки Земли. Причины возникновения различных природных явлений в оболочках Земли. Основные природные явления по месту их возникновения. Общая характеристика природных явлений. Природные явления геологического происхождения. Природные явления метеорологического происхождения. Основные причины их возникновения. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера. Опасные ситуации природного характера. Стихийные бедствия. Чрезвычайные ситуации природного характера. Разница между опасной и чрезвычайной ситуациями.

*Чрезвычайные ситуации геологического происхождения.*

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия. Землетрясение и причины его возникновения. Факторы, оказывающие влияние на силу землетрясения. Сейсмически опасные районы на Земле. Правила безопасного поведения населения при землетрясении. Рекомендации специалистов МЧС России о том, как подготовиться к землетрясению. Как вести себя во время землетрясения, как действовать после землетрясения, чтобы обеспечить личную безопасность и безопасность окружающих. Расположение вулканов на Земле, извержения вулканов. Вулканы, извержение вулканов. Типы вулканов. Где встречаются вулканы.

*Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения.*

Ураганы и бури, причины их возникновения, последствия. Ураганы и бури, причины их возникновения. Последствия ураганов и бурь. Определение силы ветра у поверхности Земли. Смерчи. Смерч как опасное природное явление метеорологического происхождения. Шкала разрушений, вызываемых смерчем. Рекомендации по действиям при угрозе и во время смерча.

*Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.*

Наводнения. Виды наводнений и их причины. Характеристика наводнений по причинам их возникновения. Характеристика наводнений по их масштабам и по нанесенному материальному ущербу. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения. Правила подготовки к наводнению. Правила поведения во время наводнения. Правила поведения после наводнения. Сели, снежные лавины и их характеристика. Характеристика селя, снежной лавины, причины их возникновения. Опасность селевых потоков и снежных лавин для жизнедеятельности человека. Возможные последствия селя и снежных лавин. Цунами и их характеристика.

Характеристика цунами и причины его возникновения. Оценка интенсивности цунами по результатам воздействия на побережье. Последствия цунами.

*Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.*

Лесные и торфяные пожары и их характеристика. Характеристика лесных пожаров и основных причин их возникновения. Классификация лесных пожаров. Последствия лесных пожаров. Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.

Инфекционные болезни и пути распространения инфекции. Эпидемии и пандемии. Противоэпидемические мероприятия и защита населения. Эпизоотии и эпифитотии. Определение понятий «Эпизоотия» и «эпифитотия». Инфекционные болезни животных и пути передачи инфекции. Инфекционные заболевания растений, пути передачи инфекций. Противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия.

## ***Раздел II «Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций» - 10ч.***

*Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.* Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения. Защита населения от последствий землетрясений. Прогноз землетрясений. Организация защиты населения от последствий землетрясений. Обучение и оповещение населения. Организация аварийно-спасательных работ. Последствия извержения вулканов. Защита населения. Опасные явления, возникающие во время извержения вулканов. Последствия извержения вулканов. Оползни и обвалы, их последствия. Оползни и обвалы, причины их возникновения. Последствия оползня и обвалов. Защита населения от последствий оползней, обвалов.

*Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения.*

Защита населения от последствий ураганов и бурь.

Опасность ураганов и бурь для жизнедеятельности человека.

Организация защиты населения от ураганов и бурь.

Рекомендации специалистов МЧС России по безопасному поведению во время ураганов и бурь.

*Защита населения от чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения.*

Защита населения от последствий наводнений. Общие профилактические мероприятия по защите населения от наводнения. Оперативные мероприятия по проведению спасательных и других неотложных работ в районе чрезвычайной ситуации. Защита населения от последствий селевых потоков. Общие мероприятия по защите населения от последствий селевых потоков. Профилактические мероприятия по защите населения, проживающего в селеопасных районах. Рекомендации специалистов МЧС России по безопасному поведению в селеопасных районах. Защита населения от цунами.

Основные мероприятия по защите населения от цунами. Рекомендации специалистов МЧС России по безопасному поведению во время и после цунами.

*Защита населения от природных пожаров.*

Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения. Профилактические мероприятия по предотвращению возникновения лесных пожаров. Система охраны леса. Правила поведения при пожаре в лесу.

## ***Раздел III «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.» =2 ч.***

*Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму.*

Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность. Терроризм – преступление, представляющее серьезную угрозу национальной безопасности России. Факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность. Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения. Влияние уровня культуры в области безопасности жизнедеятельности на формирование антитеррористического поведения. Профилактика террористической и экстремистской деятельности.

## **Модуль II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»**

### **Раздел IV «Основы здорового образа жизни»- 3ч.**

*Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека.*

*Психологическая уравновешенность.*

Психологическая уравновешенность. Необходимость воспитания психологической уравновешенности в школьном возрасте. Основные направления воспитания психологической уравновешенности. Стресс и его влияние на человека. Определение понятий «стресс», «стрессовый фактор». Стадии стресса, влияние сильного стресса на здоровье. Общие принципы борьбы со стрессом. Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте. Особенности развития организма в подростковом возрасте. Возможные функциональные расстройства организма подростка. Правила личной гигиены в подростковом возрасте.

### **Раздел V «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи»- 5 ч.**

*Первая помощь при неотложных состояниях.*

Общие правила оказания первой помощи. Первая помощь и ее назначение. Общий порядок в оказании первой помощи. Ситуации, в которых необходимо вызывать «скорую помощь». Оказание первой помощи при наружном кровотечении. Понятие «кровотечение». Оказание первой помощи при незначительных ранах. Оказание первой помощи при сильном кровотечении, вызов «скорой помощи». Оказание первой помощи при ушибах и переломах. Общие правила оказания первой помощи при ушибах, переломах. Наложение поддерживающей и фиксирующей повязки, мягкой шины. Общие правила транспортировки пострадавшего. Общие рекомендации при транспортировке пострадавшего. Способы транспортировки пострадавшего.

## **8 класс**

### **Модуль I «Основы безопасности личности, общества и государства (22ч.)**

#### **Раздел I «Основы комплексной безопасности» - 10часов**

*Пожарная безопасность.*

Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия. Значение огня в жизнедеятельности человека. Пожары в жилом секторе и их последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилом секторе. Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения. Значение профилактики пожаров. Основные направления деятельности человека по обеспечению пожарной безопасности. Защита населения Российской Федерации от пожаров. Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожарах. Основные права граждан в области пожарной безопасности. Обязанности граждан в области пожарной безопасности. Ответственность граждан за нарушение требований пожарной безопасности.

*Безопасность на дорогах.*

Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей. Дорожно-транспортные происшествия (ДТП) и их последствия. Основные причины ДТП. Основные направления деятельности государства в области безопасности на дорогах. Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров. Организация дорожного движения. Обязанности пешехода. Обязанности пассажира. Оценивание обстановки, складывающейся на улицах, дорогах. Велосипедист – водитель транспортного средства.

Роль водителя транспортного средства в обеспечении безопасности дорожного движения. Велосипедист – водитель транспортного средства. Обязанности по безопасности велосипедиста.

*Безопасность на водоемах.*

Безопасное поведение на водоемах в различных условиях. Безопасный отдых на водоемах. Значение воды в жизнедеятельности человека, безопасность на воде. Рекомендации специалистов МЧС России по правилам безопасного поведения на воде. Правила безопасного купания в различных водоемах. Водные походы и обеспечение безопасности на воде. Возможные аварийные ситуации во время водных походов и правила безопасного поведения при них.

*Экология и безопасность.*

Загрязнение окружающей среды и здоровье человека. Влияние жизнедеятельности человека на загрязнение окружающей среды. Загрязнение атмосферы, почв и природных вод в результате жизнедеятельности человека. Влияние последствий от загрязнения окружающей природной среды на здоровье человека. Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке. Расширение возможностей организма человека противостоять опасным факторам окружающей среды. Формирование потребности в сохранении окружающей природной среды. Снижение вредного воздействия на организм человека неблагоприятных факторов окружающей среды.

*Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их возможные последствия.*

Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Причины возникновения чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Объекты экономики, возникновение на которых производственных аварий может привести к чрезвычайным ситуациям техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Аварии на радиационно опасных объектах и их возможные последствия. Радиационно опасные объекты. Возможные последствия аварии на радиационно опасных объектах. Влияние ионизирующего излучения на организм человека. Аварии на химически опасных объектах и их возможные последствия. Опасные химические вещества и аварийно химически опасные вещества. Химически опасные объекты. Химическая авария и ее возможные последствия. Пожары и взрывы на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия. Взрыво- и пожароопасные объекты. Последствия аварий на взрыво- и пожароопасных объектах. Основные причины аварий на взрыво – и пожароопасных объектах. Аварии на гидротехнических сооружениях. Гидротехнические сооружения и их предназначение. Гидродинамические аварии и причины их возникновения. Возможные последствия гидродинамических аварий.

## **Раздел II «Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.» 12 ч.**

*Обеспечение защиты населения от чрезвычайных ситуаций.*

Обеспечение радиационной безопасности населения. Развитие ядерной энергетики и обеспечение радиационной безопасности. Нормы радиационной безопасности, установленные на территории России. Рекомендации специалистов МЧС России по правилам поведения населения, проживающего в непосредственной близости от радиационно-опасных объектов. Обеспечение химической защиты населения. Общие мероприятия по защите населения от химических аварий. Средства индивидуальной защиты и их защитные свойства. Рекомендации специалистов МЧС России по правилам безопасного поведения при химических авариях. Обеспечение защиты населения от

последствий аварий на взрыво - пожароопасных объектах. Общие меры по защите населения от последствий аварий на взрыво - пожароопасных объектах. Мероприятия по повышению уровня безопасности функционирования взрыво - и пожароопасных объектов. Рекомендации специалистов МЧС России по обеспечению безопасности персонала объектов и населения, проживающего вблизи взрыво - и пожароопасных объектов. Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидродинамических сооружениях. Мероприятия по профилактике возникновения гидродинамических аварий. Мероприятия по ликвидации последствий гидродинамических аварий. Рекомендации специалистов МЧС России по безопасному поведению населения в случае возникновения гидродинамических аварий.

*Организация защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций техногенного характера.*

Организация оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Федеральная автоматизированная система централизованного оповещения. Региональные и территориальные автоматизированные системы централизованного оповещения. Локальная система оповещения. Эвакуация населения. Эвакуация. Особенности организации эвакуации. Размещение эвакуированного населения. Мероприятия по инженерной защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Общие мероприятия по инженерной защите населения в условиях чрезвычайной ситуации техногенного характера. Защитные сооружения гражданской обороны и их предназначение. Правила поведения укрываемых в защитных сооружениях гражданской обороны.

## **Модуль II. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»**

### **Раздел IV «Основы здорового образа жизни» - 8ч.**

*Здоровый образ жизни и его составляющие.*

Здоровье как основная ценность человека. Здоровье человека и основные показатели, характеризующие его уровень. Определение здоровья. Здоровье человека как индивидуальная и общественная ценность. Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность. Основные составляющие индивидуального здоровья человека. Элементы образа жизни человека, обеспечивающие его духовное, физическое и социальное благополучие. Ведущие факторы, оказывающие влияние на здоровье человека. Репродуктивное здоровье – составляющая здоровья человека и общества. Понятие «репродуктивное здоровье». Семья в современном обществе и ее функции. Влияние семьи на репродуктивное здоровье и демографическую ситуацию в стране. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, способствующая укреплению и сохранению здоровья. Основные факторы, оказывающие влияние на здоровье человека. Основные направления формирования индивидуальной системы здорового образа жизни. Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний. Основные неинфекционные заболевания и их влияние на состояние здоровья человека. Основные причины возникновения неинфекционных заболеваний. Основные меры профилактики неинфекционных заболеваний. Вредные привычки и их влияние на здоровье. Общие понятия о вредных привычках. Биологический механизм формирования наркомании. Последствия вредных привычек. Профилактика вредных привычек. Нормативно-правовая база по профилактике наркомании. Три основополагающие истины для профилактики наркомании. Четыре правила «Нет наркотикам!». Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности.

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

#### **Раздел V «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.» 4ч.**

*Первая помощь при неотложных состояниях.*

Первая помощь пострадавшим и ее значение. Первая помощь и ее предназначение. Общие правила оказания первой помощи. Средства, используемые при оказании первой помощи. Первая помощь при отравлениях аварийно химически опасными веществами. Правила оказания первой помощи при отравлении наиболее распространенными аварийно химически опасными веществами – аммиаком и хлором. Первая помощь при травмах. Правила оказания первой помощи при переломах, вывихах, растяжениях и разрывов связок. Первая помощь при утоплении. Правила оказания первой помощи при утоплении.

### **9 класс**

#### **Модуль I «Основы безопасности личности, общества и государства**

##### **Раздел I «Основы комплексной безопасности» - 8ч.**

*Национальная безопасность в России в современном мире.*

Современный мир и Россия. Потенциальные возможности России. Роль России в мировых процессах. Обеспечение стабильности и национальных интересов России в мировом сообществе. Национальные интересы России в современном мире. Интересы личности, общества и государства в общем содержании национальных интересов. Национальные интересы России во внутривнутриполитической, экономической и духовной сферах. Национальные интересы России в международной и военной сферах. Основные угрозы национальным интересам и безопасности России. Национальная безопасность России. Профилактика отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства. Повышение уровня культуры в области безопасности населения страны и обеспечение национальной безопасности России. Влияние культуры безопасности жизнедеятельности населения на национальную безопасность России. Возрастание отрицательного влияния последствий чрезвычайных ситуаций и человеческого фактора на национальную безопасность России. Общая система обеспечения безопасности населения страны. Уровень культуры в области безопасности населения страны и национальная безопасность России.

*Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и национальная безопасность России.*

Чрезвычайные ситуации и их классификация. Опасные и чрезвычайные ситуации, их влияние на безопасность жизнедеятельности страны. Ключевые понятия в области безопасности жизнедеятельности. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабу их распространения и тяжести последствий. Чрезвычайные ситуации природного характера и их последствия.

Причины возникновения чрезвычайных ситуаций природного характера и их возможные последствия. Наиболее характерные чрезвычайные ситуации природного происхождения на территории России. Роль человека в обеспечении личной безопасности в опасных чрезвычайных ситуациях природного характера. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их причины. Факторы опасности техносферы для безопасности жизнедеятельности населения страны. Основные источники возникновения чрезвычайных

ситуаций техногенного характера. Основные причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Угроза военной безопасности России. Основные внешние и внутренние угрозы национальной безопасности России. Основные трансграничные угрозы национальной безопасности России.

## **Раздел II «Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.» 7ч.**

*Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.*

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). РСЧС, ее предназначение и задачи. Структура РСЧС. Силы и средства РСЧС. Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны. Предназначение и задачи гражданской обороны. Руководство гражданской обороны. Права и обязанности граждан РФ в области гражданской обороны. МЧС России - федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. МЧС России, его предназначение и структура. Основные задачи МЧС России. Роль МЧС России в области защиты населения от чрезвычайных ситуаций.

*Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.*

Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций. Мониторинг чрезвычайных ситуаций и его предназначение. Основные методы прогнозирования чрезвычайных ситуаций. Особенности прогнозирования чрезвычайных ситуаций техногенного и природного характера. Инженерная защита населения от чрезвычайных ситуаций. Инженерно-технические мероприятия по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций. Защитные сооружения гражданской обороны. Рациональное размещение объектов экономики и поселений по территории страны. Оповещение и эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций. Система централизованного оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Локальная система оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Основные направления по совершенствованию системы оповещения населения о чрезвычайных ситуациях. Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения. Аварийно-спасательные работы и их предназначение. Неотложные работы и их предназначение. Основные виды обеспечения аварийно-спасательных и других неотложных работ.

## **Раздел III «Противодействие терроризму и экстремизму в Российской Федерации.» 9 ч.**

*Терроризм и экстремизм: их причины и последствия.*

Международный терроризм – угроза национальной безопасности России. Терроризм и террористическая деятельность. Основные черты современного терроризма. Виды террористической деятельности и террористических актов, их цели и способы осуществления. Основные виды терроризма. Цели и способы осуществления террористической деятельности и террористических актов.

*Нормативно-правовая база противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации.*

Основные нормативно-правовые акты по противодействию терроризму и экстремизму. Правовые основы противодействия терроризму. Основные принципы противодействия терроризму. Общегосударственное противодействие терроризму. Организационные основы борьбы с терроризмом в Российской Федерации. Контртеррористическая

операция. Силы и средства, привлекаемые для проведения контртеррористической операции. Применение Вооруженных сил Российской Федерации в борьбе с терроризмом. Нормативно-правовая база противодействия наркотизму. Нормативно-правовая база политики противодействия наркомании.

Роль Федерального закона РФ «О наркотических средствах и психотропных веществах» в организации противодействия наркомании в нашей стране.

*Организационные основы системы противодействия терроризму и наркотизму в Российской Федерации.*

Организационные основы системы противодействия терроризму в Российской Федерации. Организационные основы системы противодействия терроризму в Российской Федерации. Организационные основы системы противодействия и наркотизму в Российской Федерации. Организационные основы системы противодействия терроризму в Российской Федерации.

*Обеспечение личной безопасности при угрозе теракта и профилактика наркозависимости.*

Правила поведения при угрозе террористического акта. Правила безопасного поведения в различных ситуациях террористического характера - при угрозе взрыва; в случае захвата в заложники или похищения; при перестрелке; в случае приема сообщений, содержащих угрозы террористического акта; по телефону. Профилактика наркозависимости. Значение индивидуальной системы самовоспитания для профилактики наркомании. Психологические основы для формирования индивидуальной системы профилактики наркомании. Рекомендации по профилактике наркомании и наркозависимости.

## **Модуль II. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»**

### ***Раздел IV «Основы здорового образа жизни» 7 ч.***

*Здоровье – условие благополучия человека.*

Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность. Общее понятие здоровья. Основные составляющие здоровья. Факторы, оказывающие влияние на здоровье. Здоровый образ жизни и его составляющие. Духовная составляющая здорового образа жизни. Физическая составляющая здорового образа жизни. Социальная составляющая здорового образа жизни. Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России. Репродуктивное здоровье и демографическая ситуация в стране. Роль семьи в обеспечении репродуктивного здоровья человека и общества. Ответственность родителей и государства за воспитание и развитие детей.

*Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье.*

Ранние половые связи и их последствия. Основные причины, способствующие раннему вступлению в половую связь. Последствия ранних половых связей.

Здоровый образ жизни – надежная профилактика раннего вступления в половую связь. Инфекции, передаваемые половым путем. Инфекции, передаваемые половым путем, и основные причины их распространения. Характеристика основных инфекций, передаваемых половым путем. Основные меры по профилактике ИППП. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Общие понятия о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Основные причины распространения ВИЧ-инфекции. Профилактика ВИЧ-инфекции.

*Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья.*

Брак и семья. Общие понятия о браке и семье. Значение культуры общения для создания благополучной семьи. Основные факторы, влияющие на взаимоотношения полов. Семья и здоровый образ жизни человека. Умение супругов общаться между собой в семейной жизни. Подготовка супругов к воспитанию детей и умение планировать семейный

бюджет. Умение супругов организовать семейный досуг. Основы семейного права в Российской Федерации. Краткая история семейного законодательства. Семейное законодательство в Российской Федерации. Основные положения Семейного кодекса Российской Федерации.

**Раздел V «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» - 3ч.**

*Оказание первой помощи.*

Первая помощь при массовых поражениях. Основные мероприятия, проводимые в местах массового поражения людей. Оказание самопомощи и взаимопомощи. Первая помощь при передозировке в приеме психоактивных веществ. Признаки передозировки психоактивных веществ. Возможные последствия для человека передозировки психоактивных веществ. Правила оказания первой помощи при передозировке психоактивных веществ.

**Тематическое планирование  
5 класс**

| № урока  | Содержание  | кол-во часов |
|--|---|--------------|
| <b>Модуль I «Основы безопасности личности, общества и государства»</b>                           |   |              |
| <b>Раздел 1 «Основы комплексной безопасности.» ( 5 ч.)</b>                                       |   |              |
| 1  | Город как среда обитания. Безопасность в повседневной жизни.  | 1            |
| 2  | Дорожное движение, безопасность участников движения.  | 1            |
| 3  | Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.  | 1            |
| 4  | Погодные условия и безопасность человека. Безопасность на водоемах  | 1            |
| 5  | Чрезвычайные ситуации природного характера и техногенного характера.  | 1            |
| <b>Раздел 3 «Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации» ( 2 ч.)</b> |   |              |
| 6  | Антиобщественное поведение и его опасность. Обеспечение личной безопасности дома и на улице.                          | 1            |
| 7  | Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их появления. Виды экстремистской и террористической деятельности. | 1            |
| <b>Модуль II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»</b>                            |   |              |
| <b>Раздел 4 «Основы здорового образа жизни (1ч.)</b>   |   |              |
| <b>Раздел 5 «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи»</b>                             |   |              |
| 8  | Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек. Первая помощь при различных видах повреждений.                  | 1            |
|  | <b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>  | <b>98</b>    |

**Тематическое планирование  
6 класс**

| № урока  | Содержание   | КОЛ-ВО ЧАСОВ |
|--|--|--------------|
| <b>Модуль I «Основы безопасности личности, общества и государства»</b>       |  |              |
| <i>Раздел 1 «Основы комплексной безопасности» - (12 ч.)</i>                  |  |              |
| 1  | Природа и человек.<br>Ориентирование на местности.<br>Определение своего местонахождения и направления движения на местности.                      | 1            |
| 2  | Подготовка к выходу на природу.<br>Определение места для бивака и организация бивачных работ.<br>Определение необходимого снаряжения для похода.   | 1            |
| 3  | Правила безопасности во время активного отдыха на природе.<br>Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.               | 1            |
| 4  | Подготовка и проведение лыжных, водных, велосипедных походов.  | 1            |
| 5  | Акклиматизации человека в различных климатических условиях.<br>Акклиматизация человека в горной местности.   | 1            |
| 6  | Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта.   | 1            |
| 7  | Автономное существование человека в природе.   | 1            |
| 8-9  | Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.   | 2            |
| 10   | Опасные погодные явления.  | 1            |
| 11   | Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.  | 1            |
| 12   | Укусы насекомых и защита от них.<br>Клещевой энцефалит и его профилактика.   | 1            |
| <b>Модуль II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»</b>        |  |              |
| <i>Раздел 5 «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» - (2ч.)</i> |  |              |
| 13   | Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях.  | 1            |
| 14   | Оказание первой помощи при травмах.<br>Оказание ПМП при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге. Оказание ПМП при укусах змей и насекомых. | 1            |
| <i>Раздел 4 «Основы здорового образа жизни» - (3 ч.)</i>                     |  |              |
| 15   | ЗОЖ и профилактика утомления.<br>Компьютер и его влияние на здоровье.  | 1            |
| 16   | Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека.<br>Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека                         | 1            |
| 17   | Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека.<br>Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ.                  | 1            |
|  | <b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>   | <b>17</b>    |

### Тематическое планирование

7 класс

| № | Содержание | КОЛ-ВО |
|---|------------|--------|
|---|------------|--------|

| урока  |   | часов |
|--|---|-------|
| <b>Модуль I «Основы безопасности личности, общества и государства»</b>   |   |       |
| <b><i>Раздел 1 – 2. «Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций» ( 24 ч.)</i></b> |   |       |
| 1  | Различные природные явления и причины их возникновения.   | 1     |
| 2  | Общая характеристика природных явлений  | 1     |
| 3  | Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.   | 1     |
| 4  | Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.                     | 1     |
| 5  | Защита населения от последствий землетрясения   | 1     |
| 6  | Правила безопасного поведения населения при землетрясении   | 1     |
| 7  | Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов   | 1     |
| 8  | Последствия извержения вулканов. Защита населения   | 1     |
| 9  | Оползни, обвалы, их последствия. Защита населения   | 1     |
| 10   | Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия                                     | 1     |
| 11   | Защита населения от последствий ураганов и бурь.  | 1     |
| 12   | Смерчи  | 1     |
| 13   | Наводнения. Виды наводнений и их причины  | 1     |
| 14   | Защита населения от последствий наводнений  | 1     |
| 15   | Рекомендации населению при угрозе и во время наводнения   | 1     |
| 16   | Сели и их характеристика  | 1     |
| 17   | Защита населения от последствий селевых потоков   | 1     |
| 18   | Цунами и их характеристика  | 1     |
| 19   | Защита населения от цунами  | 1     |
| 20   | Снежные лавины  | 1     |
| 21   | Лесные и торфяные пожары и их характеристика  | 1     |
| 22   | Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения  | 1     |
| 23   | Инфекционная заболеваемость людей и защита населения  | 1     |
| 24   | Эпизоотии и эпифитотии  | 1     |
| <b><i>Раздел 3. «Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации» (2 ч.)</i></b>                                |   |       |
| 25   | Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность         | 1     |
| 26   | Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения | 1     |
| <b>Модуль II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»</b>  |   |       |
| <b><i>Раздел 4 «Основы здорового образа жизни» (3 ч.)</i></b>  |   |       |
| 27   | Психологическая уравновешенность  | 1     |
| 28   | Стресс и его влияние на человека  | 1     |
| 29   | Анатомно - физиологические особенности человека в подростковом возрасте.                            | 1     |
| <b><i>Раздел 5 «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» (5 ч)</i></b>  |   |       |
| 30   | Общие правила оказания первой помощи  | 1     |
| 31   | Оказание первой помощи при наружном кровотечении  | 1     |
| 32   | Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах   | 1     |
| 33   | Общие правила транспортировки пострадавшего.  | 1     |

|    |  |           |
|----|--|-----------|
| 34 | Итоговый контроль знаний за курс «Основы безопасности жизнедеятельности» | 1         |
|    |  |           |
|    | <b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>   | <b>34</b> |

**Тематическое планирование  
8 класс**

| № урока   | Содержание   | кол-во часов |
|---|--|--------------|
| <b>Модуль I «Основы безопасности личности, общества и государства»</b>                    |  |              |
| <b>Раздел 1 «Основы комплексной безопасности.» (10 ч.)</b>                                |  |              |
| 1   | Пожары в жилых и общественных зданиях, их причина и последствия.                       | 1            |
| 2   | Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения.              | 1            |
| 3   | Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности.          | 1            |
| 4   | Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизма людей.                         | 1            |
| 5   | Организация дорожного движения, обязанности пешеходов и пассажиров.                    | 1            |
| 6   | Велосипедист – водитель транспортного средства.  | 1            |
| 7   | Безопасное поведение на водоемах в различных условиях.                                 | 1            |
| 8   | Оказание помощи терпящим бедствие на воде.   | 1            |
| 9   | Загрязнение окружающей природной среды и здоровье человека.                            | 1            |
| 10  | Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке.            | 1            |
| <b>Раздел 2. «Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций» (12 ч.)</b> |  |              |
| 11  | Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера.                            | 1            |
| 12  | Аварии на радиационно опасных объектах и их возможные последствия.                     | 1            |
| 13  | Аварии на химически опасных объектах и их возможные последствия                        | 1            |
| 14  | Пожары и взрывы на взрыво-пожароопасных объектах экономики и их возможные последствия. | 1            |
| 15  | Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия.                               | 1            |
| 16  | Обеспечение радиационной безопасности населения  | 1            |
| 17  | Обеспечение химической защиты населения.   | 1            |
| 18  | Обеспечение защиты населения от последствий аварий на взрыво-пожароопасных объектах.   | 1            |
| 19  | Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях.    | 1            |
| 20  | Организация оповещения населения о ЧС техногенного характера.                          | 1            |
| 21  | Эвакуация населения.   | 1            |
| 22  | Мероприятия по инженерной защите населения от ЧС техногенного характера.               | 1            |
| <b>Модуль 2. «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»</b>                     |  |              |

| <b>Раздел 4. «Основы здорового образа жизни» (8 ч.)</b>                      |  |           |
|--|--|-----------|
| 23   | Здоровье как основная ценность человека.   | 1         |
| 24   | Индивидуальное здоровье, его физическое, духовное и социальное благополучие.                       | 1         |
| 25   | Репродуктивное здоровье - составная часть здоровья человека и общества.                            | 1         |
| 26   | Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества. | 1         |
| 27   | Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний.                           | 1         |
| 28   | Вредные привычки и их влияние на здоровье.   | 1         |
| 29   | Профилактика вредных привычек.   | 1         |
| 30   | Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности.   | 1         |
| <b>Раздел 5. «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» (4 ч.)</b> |  |           |
| 31   | Первая помощь пострадавшим и ее значение (практическое занятие).                                   | 1         |
| 32   | Первая медицинская помощь при отравлении АХОВ (практическое занятие).                              | 1         |
| 33   | Первая медицинская помощь при травмах (практическое занятие).                                      | 1         |
| 34   | Первая медицинская помощь при утоплении (практическое занятие).                                    | 1         |
|  |  |           |
|  | <b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>   | <b>34</b> |

**Тематическое планирование  
9 класс**

| № урока  | Содержание  | кол-во часов |
|--|---|--------------|
| <b>Модуль I «Основы безопасности личности, общества и государства»</b>                     |   |              |
| <b>Раздел 1. «Основы комплексной безопасности» - 8 часов</b>                               |   |              |
| 1  | Россия в мировом сообществе   | 1            |
| 2  | Национальные интересы России в современном мире   | 1            |
| 3  | Основные угрозы национальным интересам и безопасности России                                  | 1            |
| 4  | Формирование современного уровня культуры населения в области безопасности жизнедеятельности. | 1            |
| 5  | Опасные и чрезвычайные ситуации, общие понятия и определения, их классификация                | 1            |
| 6  | Чрезвычайные ситуации природного характера, их причины и последствия                          | 1            |
| 7  | Чрезвычайные ситуации техногенного характера, их причины и последствия                        | 1            |
| 8  | Угроза военной безопасности России  | 1            |
| <b>Раздел 2. «Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций» - (7 ч.)</b> |   |              |
| 9  | Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)       | 1            |
| 10   | Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и                           | 1            |

|  |  |           |
|--|--|-----------|
|  | оборонеспособности страны  |           |
| 11   | МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций | 1         |
| 12   | Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций   | 1         |
| 13   | Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций  | 1         |
| 14   | Оповещение и эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций.   | 1         |
| 15   | Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения.                                       | 1         |
| <b>Раздел 3. «Противодействие терроризму и экстремизму<br/>В Российской Федерации» -(9 ч.)</b> |  |           |
| 16   | Международный терроризм – угроза национальной безопасности России.   | 1         |
| 17   | Виды террористической деятельности и террористических актов, их цели и способы осуществления.              | 1         |
| 18   | Основные нормативно-правовые акты по противодействию терроризму и экстремизму.                             | 1         |
| 19   | Общегосударственное противодействие терроризму.  | 1         |
| 20   | Нормативно-правовая база противодействия наркотизму.   | 1         |
| 21   | Организационные основы противодействия терроризму в Российской Федерации.                                  | 1         |
| 22   | Организационные основы противодействия наркотизму в Российской Федерации.                                  | 1         |
| 23   | Правила поведения при угрозе террористического акта.   | 1         |
| 24   | Профилактика наркозависимости.   | 1         |
| <b>Модуль II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»</b>                          |  |           |
| <b>Раздел 4. «Основы здорового образа жизни» - (7 ч.)</b>                                      |  |           |
| 25   | Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность.   | 1         |
| 26   | Здоровый образ жизни и его составляющие.   | 1         |
| 27   | Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России.                                      | 1         |
| 28   | Ранние половые связи и их последствия  | 1         |
| 29   | Инфекции, передаваемые половым путем. Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе.                                      | 1         |
| 30   | Брак и семья.<br>Семья и здоровый образ жизни человека.  | 1         |
| 31   | Основы семейного права в Российской Федерации.   | 1         |
| <b>Раздел 5. «Основы медицинских знаний и оказание первой помощи» - 3 (ч.)</b>                 |  |           |
| 32   | Первая помощь при массовых поражениях.<br>Практическая работа № 1  | 1         |
| 33   | Первая помощь при передозировке в приёме психоактивных веществ.<br>Практическая работа № 2                 | 1         |
| 34   | Контрольная работа по итогам учебного года   | 1         |
|  |  |           |
|  | <b>ВСЕГО ЧАСОВ</b>   | <b>34</b> |

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен знать/понимать:

- основы здорового образа жизни;
- факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- вредные привычки и правила их профилактики;
- правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях социального, природного и техногенного характера;

уметь:

- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очагов возгорания, при химических и радиоактивных поражениях, при гидродинамических авариях и т. д.;
- оказывать первую медицинскую помощь при отравлениях, ожогах, отморожениях, ушибах, кровотечениях;
- пользоваться средствами индивидуальной защиты (противогазом, респиратором, ватно-марлевой повязкой, домашней медицинской аптечкой) и средствами коллективной защиты;
- действовать по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации;
- использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:
- обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах;
- соблюдения мер предосторожности и правил поведения пассажиров в общественном транспорте;
- пользования бытовыми приборами и инструментами;
- проявления бдительности при угрозе террористического акта;
- обращения (вызова) в случае необходимости в соответствующие службы экстренной помощи.

## **Критерии оценки**

Оценка знаний – неотъемлемая часть процесса обучения. При оценке знаний, умений и навыков обучающихся необходимо принимать во внимание индивидуальные особенности интеллектуального развития обучающихся, состояние их эмоционально-волевой сферы. Обучающемуся с низким уровнем интеллектуального развития можно предложить более легкий вариант задания.

### **1. Критерии и нормы устного ответа**

Оценка «5» ставится обучающемуся, если он:

- правильно и полно отвечает на поставленный вопрос без помощи учителя;
- ориентируется в учебнике с незначительной помощью учителя;
- может пересказать содержание прочитанного полно, правильно, последовательно;
- практическую работу выполняет с незначительной помощью учителя.

Оценка «4»

- отвечает на вопросы с незначительной помощью учителя;
- ориентируется в учебнике с помощью учителя;
- может пересказывать содержание прочитанного с небольшими неточностями;
- в практической работе допускает 1-2 ошибки.

#### Оценка «3»

- отвечает на вопросы или пересказывает текст неполно, непоследовательно, допускает искажения;
- не ориентируется самостоятельно в учебнике;
- практическую работу выполняет только с помощью учителя.

#### Оценка «2»

- незнание большей части изучаемого материала, не использует помощь учителя и обучающихся.

### **1. 2 Тестовые задания оцениваются по 5- бальной системе:**

100 %-65 % правильно выполненных заданий - 5 баллов

65%-50 % правильно выполненных заданий - 4 балла

50%-35 % правильно выполненных заданий - 3 балла

Менее 35 % - 2 балла

## ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

| № п/п                                    | Наименование  |
|--|---|
| <b>1. Нормативно-правовые документы.</b> |   |
| 1  | Конституция РФ  |
| 2  | Закон «Об образовании РФ»   |
| 3  | Концепция противодействия терроризму в РФ.  |
| 4  | Постановление Правительства РФ от 30.12.2007 г. № 804 «О единой государственной предупреждения и ликвидации ЧС» |
| 5  | Стратегия национальной безопасности   |
| 6  | Федеральный закон «О безопасности».   |
| 7  | Федеральный закон «О безопасности дорожного движения»   |
| 8  | ФЗ «О защите населения и территорий от ЧС техногенного и природного характера»                                  |
| 9  | Федеральный закон «О гражданской обороне»   |
| 10                                       | Федеральный закон «О пожарной безопасности»   |
| 11                                       | Федеральный закон «О противодействии  |

|  |  |
|--|--|
|  | терроризму»  |
| 12   | ФЗ «О противодействии экстремистской деятельности»   |
| 13   | ФЗ «О аварийно-спасательных службах и статусе спасателей»  |
| 14   | Правила дорожного движения РФ  |
| <b>2. Учебная литература.</b>                              |  |
| 15   | Учебники по основам безопасности жизнедеятельности для 5-9 классов. Смирнов А.П.   |
| 16   | Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности:5-9 класс поурочные разработки/А.Т Смирнов, Б.О.Хренников/, под ред. А.Т.Смирнова.-М.: Просвещение.   |
| 17   | А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Основы безопасности жизнедеятельности. Рабочая тетрадь 5,6,7,8,9 класс /пособие для учащихся общеобразовательных учреждений/ под редакцией А.Т.Смирнова: М.:Просвещение. |
| <b>3. Учебные и учебно-наглядные пособия.</b>              |  |
| 18   | Наборы плакатов  |
| 19   | Средства индивидуальной защиты:  |
|  | - противогаз   |
|  | - респиратор   |
| <b>4. Средства программного обучения и контроля знаний</b> |  |
| 20   | Компьютерные программы и пособия по учебному разделу   |
| 21   | «Гражданская оборона и защита от чрезвычайных ситуаций»  |
| 22   | Компьютерные программы и пособия по учебному разделу   |
| 23   | «Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи»   |
| 24   | Мультимедийная энциклопедия по действиям населения в чрезвычайных ситуациях  |
| 25   | Компьютерное учебное пособие «Безопасность на улицах и дорогах»  |
| <b>5. Технические средства обучения</b>                    |  |
| 26   | Компьютер  |