

Рассмотрена  
На заседании МС  
Протокол №1 от 28.08.2015

Утверждена приказом  
№ 52 от 01.09.2015 г.

**Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение  
«Радофинниковская основная общеобразовательная школа»**

**Рабочая программа  
по учебному предмету  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
для 5-8 классов  
УМК А.Т. Смирнова**

Составила:  
учитель ОБЖ  
первой квалификационной категории  
Давлятшина Наталья Викторовна

2015-2016 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### Статус документа.

Рабочая программа курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для учащихся 5-8 классов составлена на основе примерной программы общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности 1-11 классы», под общей редакцией А.Т.Смирнова, издательство «Просвещение», 2007 год, которая соответствует федеральному компоненту государственного стандарта (основного) общего образования в соответствии с объёмом времени, отводимого на изучение данного предмета по базисному учебному плану.

### Структура документа.

Рабочая программа включает 5 разделов:

- ✓ пояснительную записку;
- ✓ содержание рабочей программы
- ✓ требования к уровню подготовки обучающихся;
- ✓ перечень учебно-методического обеспечения;
- ✓ календарно – тематическое планирование.

### Цели обучения.

В настоящее время в деле подготовки населения в области безопасности жизнедеятельности и выработки у граждан Российской Федерации привычек здорового образа жизни возрастает роль и ответственность системы образования. Только через образование можно обеспечить повышение общего уровня культуры всего населения страны в области безопасности жизнедеятельности и добиться снижения отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства.

Наиболее полно и целенаправленно эти вопросы можно реализовать в специальной отдельной образовательной области «Основы безопасности жизнедеятельности».

21 июля 2005 г. в Российской Федерации был принят Федеральный закон № 100-ФЗ «О внесении изменений в Федеральный закон «О воинской обязанности и военной службе» и статья 14 Закона Российской Федерации «Об образовании». 30 августа 2005 г. Департаментом государственной политики в образовании Министерства образования и науки в органы управления образованием субъектов РФ было направлено рекомендательное письмо № 03-1572 «Об обеспечении безопасности в образовательных учреждениях». Данные нормативно-правовые акты внесли ряд изменений и уточнений в организацию изучения курса ОБЖ в общеобразовательной школе, которые нашли отражение в предлагаемой программе. Настоящая программа представляет собой часть образовательной области ОБЖ и предназначена для учащихся основной школы (5—8 классов).

Изучение тематики данной программы направлено на достижение следующих **целей**:

- *воспитание* ответственного отношения к окружающей природной среде, к личному здоровью как индивидуальной и общественной ценности, к безопасности личности, общества и государства;
- *развитие* личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; развитие потребности соблюдать нормы здорового образа жизни; подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;
- *освоение* знаний: об опасных и чрезвычайных ситуациях, о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности;
- *овладение* умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной

информации, получаемой из различных источников; принимать обоснованные решения и разрабатывать план своих действий в конкретной опасной ситуации с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

Реализация указанных целей программы достигается в результате освоения тематики программы.

Структурно программа состоит из двух разделов и семи тем.

**Раздел I «Основы безопасности личности, общества и государства»** включает в себя 5 тем («Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни», «Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях», «Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера», «Современный комплекс проблем безопасности», «Организация защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций»).

**Раздел II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни»** включает в себя две темы («Основы здорового образа жизни», «Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи»).

### **Законодательные и нормативно – правовые документы.**

#### ***Федеральные Законы Российской Федерации:***

- 1) Конституция Российской Федерации. <http://www.constitution.ru/2>.
- 2) «О гражданской обороне» (1996год).  
<http://www.mchs.gov.ru/mchs/law/index.php?ID=4426>
- 3) «О безопасности» (1992год).  
<http://www.mchs.gov.ru/mchs/law/index.php?ID=8251>
- 4) «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (1994 год). <http://www.mchs.gov.ru/mchs/law/index.php?ID=4433>
- 5) « О пожарной безопасности» (1994 год).  
<http://www.mchs.gov.ru/mchs/law/index.php?ID=4432>
- 6) «О безопасности дорожного движения» (1995 год).  
<http://www.gibdd.ru/documents/>
- 7) «О радиационной безопасности населения» (1996 год).  
<http://www.mchs.gov.ru/mchs/law/index.php?ID=8496>
- 8) «Об обороне» (1996 год ). <http://www.mchs.gov.ru/mchs/law/index.php?ID=4430>
- 9) «О воинской обязанности и военной службе» (1998 год)  
<http://www.old.mil.ru/articles/article3718.shtml>
- 10) «О статусе военнослужащих» (1998 год). <http://www.old.mil.ru/articles/article3648.shtml>
- 11) «Об образовании» (1992 год ). <http://mon.gov.ru/dok/fz/obr/3986/>
- 12) "О противодействии терроризму" от 6 марта 2006г. N 35-ФЗ;  
[http://www.consultant.ru/popular/terror/73\\_1.html](http://www.consultant.ru/popular/terror/73_1.html)

#### **Постановления Правительства Российской Федерации.**

- 1) «О подготовке населения в области защиты от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (№ 547 2003 год).  
<http://www.mchs.gov.ru/mchs/law/index.php?ID=4283>
- 2) «Об утверждении Положения о подготовке граждан РФ к службе в Вооруженных Силах» (№1441 1999 год).  
[http://www.school.edu.ru/laws.asp?cat\\_ob\\_no=5966&ob\\_no=4350&oll.ob\\_no\\_to](http://www.school.edu.ru/laws.asp?cat_ob_no=5966&ob_no=4350&oll.ob_no_to)
- 3) «О внесении изменений в Федеральный закон « О воинской обязанности и военной службе» и статью 14 Закона Российской Федерации «Об образовании» (№100-ФЗ 2005 год).
- 4) Государственная программа «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2006-2010 годы» ( №422 от 11 июля 2005г.).  
<http://krstur.cross-edu.ru/gos%20programma.htm>

### **Программно - методическое обеспечение предмета**

- 1) Федеральный компонент государственного стандарта по основам безопасности жизнедеятельности, утверждённого приказом Минобразования РФ №1089 от 05.03.2004г; с учётом требований к обязательному минимуму содержания основного образования,
- 2) Федеральный базисный учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующие программы общего образования (приложение к приказу Минобразования России от 09.03.2004г.№ 1312),
- 3) Федеральный перечень учебников рекомендованных (допущенных) к использованию в образовательном процессе в образовательных учреждениях, реализующих образовательные программы общего образования и имеющих государственную аккредитацию, на 2012/2013 учебный год
- 4) Стандарт среднего (полного) общего образования по ОБЖ;
- 5) Примерная программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности 1-11 классы», под общей редакцией А.Т.Смирнова, издательство «Просвещение», 2007 год;
- 6) Письмо Минобрнауки России от 27.04.2007 №03-898.

### **Информация о внесенных изменениях.**

Планирование предлагается для рабочей программы при изучении предмета в 5 – 8 классах из расчёта 1 час в неделю (всего 140 часов), т.к. годовой календарный учебный график включает 34 учебных недели, то общее количество часов для 5 – 8 классов - 136 часов.

В раздел I «Основы безопасности личности, общества и государства» количество часов было уменьшено на 4 часа за счет объединения тем.

### **Место предмета ОБЖ в учебном плане.**

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» изучается в 5, 6, 7 классах отдельным предметом по 1 часу в неделю в каждом классе (на основании рекомендации по организации образовательного процесса в общеобразовательных учреждениях по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» Письмо Минобрнауки России от 27.04.2007 №03-898) за счет времени вариативной части базисного учебного плана.

Федеральный базисный учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации отводит 34 учебных часа для обязательного изучения ОБЖ в 8 классе из расчета 1 час в неделю.

### **Количество учебных часов.**

Для изучения курса «ОБЖ» в 5 – 8 классе отводится 136 часов для обязательного изучения курса из расчета 1 час в неделю на ступени основного общего образования.

В том числе 5, 6, 7, 8 классах по 34 часа в год.

### **Формы обучения и виды контроля.**

Программа предусматривает формирование у обучающихся общеучебных умений и навыков, универсальных способов деятельности и ключевых компетенций. В этом направлении приоритетами для учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» на этапе основного общего образования являются:

- использование для познания окружающего мира различных методов наблюдения и моделирования;
- выделение характерных причинно-следственных связей;
- творческое решение учебных и практических задач;
- сравнение, сопоставление, классификация, ранжирование объектов по одному или нескольким предложенным основаниям, критериям;
- самостоятельное выполнение различных творческих работ, участие в проектной деятельности;

- использование для решения познавательных и коммуникативных задач различных источников информации, включая энциклопедии, словари, Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- самостоятельная организация учебной деятельности; оценивание своего поведения, черт своего характера, своего физического и эмоционального состояния;
- соблюдение норм поведения в окружающей среде, правил здорового образа жизни;
- использование своих прав и выполнение своих обязанностей как гражданина, члена общества и учебного коллектива.

**Форма занятий:**

- *комбинированный урок* (лекция, беседа, презентация и просмотр видеофильмов);
- *урок-практикум*. На уроке учащиеся работают над различными практическими заданиями;
- *урок – тест*. Тестирование проводится с целью диагностики пробелов знаний, контроля уровня обученности учащихся, тренировки техники тестирования.
- *индивидуальные консультации*;
- *внеклассная и внешкольная работа* (участие в мероприятиях и соревнованиях, проведение Дня защиты детей, различные эстафеты и викторины по ОБЖ, встречи с ветеранами войны и труда, работниками правоохранительных органов, органов ГОСЧ, ГИБДД, медицины);
- *тематические выставки и выставки творческих работ* учащихся и др.

**Форма контроля:**

Текущий контроль проводится систематически на каждом уроке и позволяет выявить степень усвоения изученного учебного материала. Он проводится в форме решения ситуационных задач, индивидуального опроса. Также для этого используются контрольные вопросы и зачеты.

Большое внимание уделяется практическим работам. В конце изучения каждого блока предусмотрены проверочные работы, которые проводятся в форме тестирования.

Итоговый контроль – экзамен по окончании 9 класса – завершает процесс изучения предмета ОБЖ в основной школе. Основная функция итогового контроля – контролирующая. Итоговая аттестация выпускников 9 классов проводится в форме экзамена с применением экзаменационных билетов, содержащих два теоретических вопроса из разделов курса ОБЖ и один практический вопрос (ситуация).

Диагностический контроль	Тесты	Сентябрь – май, в конце каждой четверти
	Контрольные вопросы	
Текущий контроль	Фронтальный и индивидуальный контроль	поурочно
Тематический контроль	Контрольные вопросы	в конце изученной темы
Итоговый контроль	Тесты	В конце года

**Компьютерное обеспечение уроков.**

В разделе рабочей программы «Компьютерное обеспечение» спланировано применение имеющихся компьютерных продуктов: демонстрационный материал (презентации, фильмы), а также различные электронные учебники. Демонстрационный материал (слайды) создается с целью обеспечения наглядности при изучении нового материала.

## **Критерии и нормы оценок учащихся:**

### ***Оценка устных ответов учащихся.***

Оценка «5» ставится в том случае, если учащийся показывает верное понимание рассматриваемых вопросов, дает точные формулировки и истолкование основных понятий, строит ответ по собственному плану, сопровождает рассказ примерами, умеет применить знания в новой ситуации при выполнении практических заданий; может установить связь между изучаемым и ранее изученным материалом по курсу ОБЖ, а также с материалом, усвоенным при изучении других предметов.

Оценка «4» ставится, если ответ ученика удовлетворяет основным требованиям к ответу на оценку «5», но дан без использования собственного плана, новых примеров, без применения знаний в новой ситуации, без использования связей с ранее изученным материалом и материалом, усвоенным при изучении других предметов; если учащийся допустил одну ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно или с небольшой помощью учителя.

Оценка «3» ставится, если учащийся правильно понимает суть рассматриваемого вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса ОБЖ, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; умеет применять полученные знания при решении простых задач с использованием стереотипных решений, но затрудняется при решении задач, требующих более глубоких подходов в оценке явлений и событий; допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более двух-трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов; допустил четыре или пять недочетов.

Оценка «2» ставится, если учащийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки 3 или ученик не может ответить ни на один из поставленных вопросов.

### ***Оценка письменных контрольных работ.***

Оценка «5» ставится за работу, выполненную полностью без ошибок и недочетов.

Оценка «4» ставится за работу, выполненную полностью, но при наличии в ней не более одной негрубой ошибки и одного недочета, не более трех недочетов.

Оценка «3» ставится, если ученик правильно выполнил не менее 2/3 всей работы или допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов, при наличии четырех-пяти недочетов.

Оценка «2» ставится, если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее 2/3 всей работы или ученик совсем не выполнил ни одного задания.

### ***Оценка практических работ.***

Оценка «5» ставится, если учащийся выполняет практическую работу в полном объеме с соблюдением необходимой последовательности действий, самостоятельно и правильно выбирает необходимое оборудование; все приемы проводит в условиях и режимах, обеспечивающих получение правильных результатов и выводов; соблюдает требования правил техники безопасности.

Оценка «4» ставится, если выполнены требования к оценке 5, но было допущено два-три недочета, не более одной негрубой ошибки и одного недочета.

Оценка «3» ставится, если работа выполнена не полностью, но объем выполненной части таков, что позволяет получить правильный результат и вывод; если в ходе выполнения приема были допущены ошибки.

Оценка «2» ставится, если работа выполнена не полностью и объем выполненной части работ не позволяет сделать правильных выводов; если приемы выполнялись неправильно или учащийся совсем не выполнил практическую работу.

### Учебно-методический комплекс

- 1) Основы безопасности жизнедеятельности: 5-й кл.: уч. для общеобразовательных учреждений/ М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева.- М.: АСТ: Астрель, 2007.
- 2) Основы безопасности жизнедеятельности: 8-й кл.: уч. для общеобразовательных учреждений/ М.П. Фролов, Е.Н. Литвинов, А.Т. Смирнов и др.; под ред. Ю.Л. Воробьева.- М.: АСТ: Астрель, 2006.
- 3) «Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник для учащихся» / под ред. Смирнова А.Т. – М.: Просвещение, 2007.
- 4) Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 6 класс: уч. для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. – М.:Просвещение, 2006.
- 5) Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 7 класс: уч. для общеобразовательных учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников. – М.:Просвещение, 2007.

## **СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ «ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ» ДЛЯ 5 – 8 КЛАССОВ**

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

#### **1. Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни**

##### *1.1. Обеспечение безопасности дорожного движения*

Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Правила безопасного поведения на дорогах. Дорожно-транспортные происшествия и их причины.

Пешеходы. Правила безопасного поведения пешеходов на дорогах. Пассажиры. Общественный транспорт, краткая его характеристика, обеспечение безопасности пассажира в общественном транспорте. Водитель. Общие обязанности водителя.

Велосипедисты, правила безопасного поведения велосипедиста на дороге.

##### *1.2. Пожарная безопасность*

Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Последствия пожаров. Меры пожарной безопасности в доме (квартире) при эксплуатации электробытовых и газовых приборов, отопительных печей, применении источников открытого огня, во время проведения новогодних и праздничных мероприятий.

Соблюдение мер пожарной безопасности в школе.

Правила безопасного поведения человека при пожаре в доме (квартире, подъезде, балконе, подвале).

##### *1.3. Безопасность в быту*

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения (водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация, бытовой газ и др.). Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Система обеспечения безопасности города (населенного пункта) (милиция, пожарная охрана, скорая помощь, служба спасения, коммунальная и другие службы), правила их вызова.

Опасности, возникающие при нарушении правил эксплуатации различных бытовых приборов и систем жизнеобеспечения жилища. Опасные вещества и средства бытовой химии, соблюдение мер безопасности при их использовании.

Соблюдение мер безопасности при пользовании различными инструментами, необходимыми для выполнения хозяйственных работ дома и на приусадебном участке.

##### *1.4. Водоемы. Обеспечение безопасного поведения на воде*

Особенности состояния водоемов в разное время года. Основные меры безопасного поведения человека на водоемах. Соблюдение правил безопасности при купании в

оборудованных и необорудованных местах; безопасное поведение на берегу водоемов во время отдыха. Меры предосторожности при движении по льду водоемов, состояние льда, признаки, указывающие на возможность безопасного передвижения по льду. Оказание самопомощи и взаимопомощи, терпящим бедствие на воде.

#### *1.5. Опасные ситуации социального характера*

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми.

Общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций (безопасность у телефона, нападение в лифте, в подъезде дома и др.).

Обеспечение личной безопасности на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание безопасных зон в городе (места расположения отделений милиций, постов ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте и в толпе. Взрывное устройство на улице.

### **2. Обеспечение безопасности при активном отдыхе в природных условиях**

#### *2.1. Подготовка к активному отдыху на природе*

Природа и человек. Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Определение необходимого снаряжения для похода. Определение места для бивака и организация бивачных работ.

#### *2.2. Активный отдых на природе и безопасность*

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Обеспечение безопасности в пеших и горных походах. Подготовка и проведение лыжных походов. Водные и велосипедные походы.

#### *2.3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности*

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных природных условиях (в горах, в местах с жарким или холодным климатом).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта (наземным, водным, воздушным).

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

Автономное существование человека в природных условиях. Добровольная и вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.

#### *2.5. Опасные ситуации в природных условиях*

Опасные погодные условия. Дикие животные и обеспечение безопасности при встрече с ними. Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

### **3. Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера**

#### *3.1. Чрезвычайные ситуации природного характера*

Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины).

Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы, бури, смерчи).

Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами).

Чрезвычайные ситуации биологического происхождения (лесные и торфяные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии).

Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера, рекомендации по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций.

#### *3.2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера, их причины и возможные последствия*

Общие понятия о чрезвычайной ситуации техногенного характера, понятие аварии и катастрофы. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабу распространения и с учетом тяжести последствий. Потенциально опасные объекты.

Аварии на радиационно опасных объектах, химически опасных объектах, пожаровзрывоопасных объектах. Причины возникновения таких аварий и возможные последствия.

Рекомендации населению по правилам поведения при авариях на радиационно-опасных, химически опасных и пожаровзрывоопасных объектах.

Аварии на гидротехнических объектах, их возможные причины и последствия. Мероприятия, проводимые по уменьшению последствий аварий на гидротехнических опасных объектах. Рекомендации по поведению населения при угрозе аварий на гидротехническом объекте.

Аварии на городских автодорогах, на железных дорогах и на воздушном транспорте, их краткая характеристика, возможные последствия, меры, принимаемые для обеспечения безопасности населения.

Способы оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Действия населения по сигналам оповещения.

#### **4. Современный комплекс проблем безопасности**

##### *4.1. Концепция национальной безопасности России*

Концепция национальной безопасности России — система взглядов на обеспечение безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз.

Угрозы национальной безопасности России. Обеспечение национальной безопасности России.

##### *4.2. Международный терроризм — угроза национальной безопасности России*

Меры, принимаемые в государстве по противодействию терроризму.

##### *4.3. Нарушение экологического равновесия в местах проживания*

Понятие о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ.

Мероприятия по защите здоровья человека в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

#### **5. Организация защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций**

##### *5.1. Правовые основы обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций*

Положения Конституции Российской Федерации и федеральных законов в области безопасности, определяющие интересы личности, общества и государства. Права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности.

##### *5.2. Государственные структуры по защите населения в чрезвычайных ситуациях*

Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций, Государственная противопожарная служба МЧС России.

МЧС России — федеральный орган управления в области предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций.

##### *5.3. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций*

Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций, организация оповещения населения.

Инженерная, радиационная и химическая защита населения.

Эвакуация населения из опасных районов. Организация аварийно-спасательных работ.

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

### **6. Основы здорового образа жизни**

*6.1. Анатомо-физиологические, психологические и социальные особенности развития человека в подростковом возрасте*

Особенности физического развития человека в подростковом возрасте. Забота о собственном организме, формирование правильного отношения к особенностям своего пола.

Особенности психического развития человека в подростковом возрасте. Развитие и укрепление чувства зрелости. Развитие волевых качеств. Поступки, в которых проявляются волевые качества.

Социальное развитие подростка и его взаимоотношения с окружающими. Формирование личности подростка и его взаимоотношения со взрослыми; формирование взаимоотношений со сверстниками; формирование взаимоотношений со сверстниками противоположного пола. Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних.

#### *6.2. Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни*

Здоровье подростка и факторы, на него влияющие.

Здоровый образ жизни и его составляющие. Формирование навыков здорового образа жизни. Психологическая уравновешенность и ее значение для здоровья. Стресс и его воздействие на здоровье человека. Режим дня и здоровье подростка. Переутомление, его причины и профилактика.

Двигательная активность и закаливание организма — необходимые условия укрепления здоровья.

Здоровый образ жизни и профилактика заболеваний.

Профилактика инфекционных заболеваний. Профилактика факторов риска основных неинфекционных заболеваний.

#### *6.3. Факторы, разрушающие здоровье*

Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. Курение, влияние табачного дыма на организм курящего и окружающих. Алкоголь и его влияние на умственное и физическое развитие человека. Наркомания и ее последствия для здоровья человека. Влияние окружающей среды на здоровье человека. Ранние половые связи и их последствия для здоровья. Инфекции, передаваемые половым путем (ИППП). Понятие о ВИЧ-инфекции и СПИДе. Меры профилактики факторов, разрушающих здоровье.

#### *6.4. Правовые аспекты взаимоотношений полов*

Репродуктивное здоровье и социально-демографические процессы в России. Репродуктивное здоровье — составная часть здоровья человека и общества.

Брак и семья. Основные функции семьи и здоровый образ жизни человека. Основы семейного права в Российской Федерации. Личные права и обязанности супругов. Права и обязанности родителей. Права и обязанности несовершеннолетних супругов.

### **7. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи**

#### *7.1. Основы медицинских знаний*

Основные инфекционные заболевания, их причины, связь с образом жизни. Профилактика неинфекционных заболеваний.

Основные, наиболее часто встречающиеся инфекционные болезни, их возбудители, пути передачи инфекции, меры профилактики.

Общая характеристика различных повреждений и их последствия для здоровья человека. Основные правила оказания первой медицинской помощи при различных видах повреждений.

Средства оказания первой медицинской помощи. Медицинская (домашняя) аптечка. Природные лекарственные средства. Перевязочный материал, дезинфицирующие средства.

#### *7.2. Первая медицинская помощь (практические занятия)*

Первая медицинская помощь при отравлениях угарным газом, препаратами бытовой химии и лекарствами.

Первая медицинская помощь при травмах опорно-двигательного аппарата. Порядок наложения поддерживающей повязки. Правила и способы транспортировки пострадавших.

Первая медицинская помощь при кровотечениях. Способы остановки кровотечения.

Оказание первой медицинской помощи при утоплении. Правила проведения искусственной вентиляции легких и непрямого массажа сердца.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, при отморожении.

**Тематический план программы**  
**по основам безопасности жизнедеятельности (5 – 8 классах)**

№ раздела и темы	Наименование разделов и тем	Количество часов	
		Раздел	Тема
<b>I</b>	<b>Основы безопасности личности, общества и государства</b>	<b>90</b>	
1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни		25
2	Обеспечение безопасного отдыха в природных условиях		20
3	Обеспечение безопасности в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера		34
4	Организация защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций		11
<b>II</b>	<b>Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>	<b>46</b>	
1	Основы здорового образа жизни		26
2	Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи		20
<b>Всего часов:</b>		<b>136</b>	

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ОБЖ (5 КЛАСС)

### Тематический план

№ раздел а и темы	Наименование разделов и тем	Кол-во часов	
		Раздел	Тема
<b>I</b>	<b>Безопасность и защита человека в опасных ситуациях:</b>	<b>15</b>	
1.	Человек, среда его обитания, безопасность человека		5
2.	Опасные ситуации техногенного характера		6
3.	Опасные ситуации природного характера		2
4.	Опасные ситуации социального характера		2
<b>II</b>	<b>Чрезвычайные ситуации:</b>	<b>6</b>	
5.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера		6
<b>III</b>	<b>Основы здорового образа жизни:</b>	<b>5</b>	
6.	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни		3
7.	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека		2
<b>IV</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи:</b>	<b>8</b>	
8.	Первая медицинская помощь и правила ее оказания		8
<b>Всего часов:</b>		<b>34</b>	

### Содержание учебной программы «Основы безопасности жизнедеятельности»

#### 5 класс

### Раздел I. БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ОПАСНЫХ СИТУАЦИЯХ

#### Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека

##### *1.1. 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.

##### *1.2. 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.

##### *1.3. 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.

##### *1.4. Социальные условия проживания в городе.*

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.

#### *1.5. Основы безопасности жизнедеятельности человека.*

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.

#### **Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

#### **знать:**

- особенности жизнеобеспечения города, городского жилища;
- меры безопасности в быту;
- правила безопасного поведения в повседневной жизни с учетом экологической обстановки в городе;
- правила взаимоотношений с окружающими людьми;
- номера телефонов основных служб города и правила их вызова.

#### **Уметь:**

- предвидеть возможные опасные и аварийные ситуации в жилище;
- выбирать наиболее эффективный способ предотвращения опасной ситуации в быту.

#### **Развивать:**

- личные духовные и физические качества, обеспечивающие адекватное поведение в различных опасных и аварийных ситуациях;
- подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.

#### **Воспитывать:**

- ответственное отношение к окружающей природной среде, к безопасности личности, общества и государства;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

#### **Тематический контроль:**

проверочные тесты – 1;

зачет – 1.

### **Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера**

#### *2.1. Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения*

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения.

Регулирование дорожного движения; дорожная разметка; дорожные знаки; светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения.

#### *2.2. Пешеход. Безопасность пешехода*

Пешеход - участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге.

#### *2.3. Пассажир. Безопасность пассажира*

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.

#### *2.4. Водитель.*

Транспортное средство и водитель. Общие обязанности водителя. Велосипедист – водитель транспортного средства(велосипеда). Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда. Обязанности велосипедиста, правила его поведения на дороге.

#### *2.5. Пожарная безопасность.*

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище; личная безопасность при пожаре.

#### *2.6. 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. Профилактика травм при занятиях физической культурой и спортом.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- потенциальные опасности техногенного характера, возникающие в повседневной жизни, их последствия и правила личной безопасности;
- участников дорожного движения, общие положения правил дорожного движения, правила безопасного поведения участников дорожного движения;
- причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, правила поведения при пожаре.

**Уметь:**

- соблюдать правила личной безопасности в опасных ситуациях, возникающих в повседневной жизни;
- выбирать наиболее эффективный способ предотвращения возгорания, правила эвакуации, оказания помощи младшим, престарелым и т.д.;
- соблюдать правила дорожного движения в качестве пешехода и пассажира.

**Развивать:**

- личные духовные и физические качества, обеспечивающие адекватное поведение в различных опасных ситуациях техногенного характера;
- подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.

**Воспитывать:**

- ответственное отношение к окружающей природной среде, к безопасности личности, общества и государства;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- контрольные работы – 1
- самостоятельные(проверочные) работы – 1
- проверочные тесты - 1

**Тема 3. Опасные ситуации природного характера**

*3.1. 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.

*3.2. Безопасность на водоемах*

Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- потенциальные опасности природного характера, возникающие в повседневной жизни, их последствия и правила личной безопасности;
- правила поведения на водоемах.

**Уметь:**

- Соблюдать правила личной безопасности в опасных ситуациях природного характера.

**Развивать:**

- личные духовные и физические качества, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера;
- подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.

**Воспитывать:**

- ответственное отношение к окружающей природной среде, к безопасности личности, общества и государства;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 1.

**Тема 4. Опасные ситуации социального характера**

*4.1. Криминогенные ситуации и личная безопасность. Обеспечение личной безопасности дома.*

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации. Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

*4.2. 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 зоны повышенной опасности). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны **знать:**

- правила безопасного поведения на улице, дома, в общественном месте.

**Уметь:**

- Вырабатывать алгоритм безопасного поведения в повседневной жизни.

**Развивать:**

- личные духовные и физические качества, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях социального характера;
- подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.

**Воспитывать:**

- ответственное отношение к окружающей природной среде, к безопасности личности, общества и государства;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- контрольные работы – 1.

**РАЗДЕЛ II. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ**

**Тема 5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера**

*5.1. 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.

*5.2. Чрезвычайные ситуации техногенного характера*

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационноопасных объектах; аварии на пожаро-взрывоопасных объектах; аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

*5.3. Практические занятия по отработке действий в случае возникновения чрезвычайной ситуации природного или 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.

Организация эвакуации населения.

Правила безопасного поведения при проживании на радиоактивно загрязненной местности.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера и их последствия;
- правила безопасного поведения в условиях ЧС природного и техногенного характера;
- правила безопасного поведения при проживании на радиоактивно загрязненной местности;
- правила эвакуации населения.

**Уметь:**

- Перечислять последовательность действий при оповещении о возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время ЧС

**Развивать:**

- личные духовные и физические качества, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного характера;
- подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.

**Воспитывать:**

- ответственное отношение к окружающей природной среде, к безопасности личности, общества и государства;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- самостоятельные(проверочные) работы – 1
- зачет – 1.

### **РАЗДЕЛ III. ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

#### **Тема 6. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни**

##### *6.1. 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.

##### *6.2. 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.

##### *6.3. 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.

##### *6.4. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.*

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. Отношение человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков.

#### *6.5 Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.*

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для их реализации по совершенствованию духовных и физических качеств.

*Обсуждаемые вопросы:*

1. Влияние курения и употребления спиртных напитков на развитие человека, на его физические и умственные способности.
2. Почему курение и употребление спиртных напитков не совместимо с занятиями физической культурой и спортом?
3. Как подготовить себя к тому, чтобы твердо сказать «нет!», когда предлагают сигарету или спиртное.

#### **Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- возрастные особенности развития человека и основные составляющие ЗОЖ;
- правила рационального питания;
- режим дня;
- пагубность для здоровья курения и употребления алкоголя

**Уметь:**

- объяснять значение ЗОЖ в сохранении и укреплении здоровья;
- дозировать физическую нагрузку с учетом индивидуальных особенностей;
- рационально распределять свое время;
- называть возможные последствия употребления алкоголя;
- как уберечь себя от курения.

**Развивать:**

- личные духовные и физические качества;
- потребности соблюдать нормы здорового образа жизни.

**Воспитывать:**

- ответственное отношение к окружающей природной среде, к безопасности личности, общества и государства;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

#### **Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 1
- зачет – 1.

## **Раздел IV. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ**

### **Тема 7. Первая медицинская помощь и правила ее оказания**

#### *7.1. Первая медицинская помощь при различных видах повреждений*

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи.

Ситуации, при которых следует немедленно вызывать скорую медицинскую помощь, правила ее вызова.

Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

#### *7.2. Оказание первой медицинской помощи при ушибах, ссадинах, носовом кровотечении (практические занятия)*

Последовательно отрабатываются навыки в оказании первой медицинской помощи:

- ✓ при ушибах;
- ✓ при ссадинах;
- ✓ при носовом кровотечении.

#### *7.3. Первая медицинская помощь при отравлении (практические занятия).*

Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.

По выбору преподавателя отрабатываются навыки по оказанию первой медицинской помощи при отравлении:

- ✓ медикаментами;
- ✓ препаратами бытовой химии; кислотами; щелочами; никотином; угарным газом.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- приемы и правила оказания первой медицинской помощи при различных видах повреждений.

**Уметь:**

- наложить стерильную повязку при различных незначительных повреждениях;
- оказывать ПМП при отравлениях;
- вызывать «скорую помощь»

**Развивать:**

- личные духовные и физические качества;
- потребности соблюдать нормы здорового образа жизни.

**Воспитывать:**

- ответственное отношение к окружающей природной среде, к безопасности личности, общества и государства;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 1
- зачет – 1.

**ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ОБЖ (6 КЛАСС)**

Тематический план

№ раздела и темы	Наименование разделов и тем	Количество часов	
		Раздел	Тема
<b>I</b>	<b>БЕЗОПАСНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ</b>	<b>24</b>	
1.	Подготовка к активному отдыху на природе		5
2.	Активный отдых на природе и безопасность		5
3.	Дальний и международный туризм, меры безопасности		6
4.	Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде		4
5.	Опасные ситуации в природных условиях		4
<b>II</b>	<b>ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ</b>	<b>10</b>	
6.	Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи		4
7.	Здоровье человека и факторы на него влияющие		6
<b>Всего часов:</b>		<b>34</b>	

Содержание учебной программы  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
6 класс

**Раздел I. БЕЗОПАСНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ**

## **Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе**

Природа и человек. Общение с живой природой – естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему.

Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.

Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведение костра, заготовка топлива, приготовление пищи на костре.

Определение необходимого снаряжения для похода.

### **Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны **знать:**

- способы ориентирования на местности;
- способы определения места для бивака и организация бивачных работ;
- способ разведения костра и способы приготовления пищи на костре;
- необходимое снаряжение для похода.

**Уметь:**

- ориентироваться на местности;
- определять место для бивака.

**Развивать:**

➤ качества личности, необходимых для обеспечения безопасного поведения в природных условиях.

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 2.

## **Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность**

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе.

Обеспечение безопасности в пешеходных и горных походах. Порядок движения походной группы. Выбор линии движения в пешем путешествии. Режим и распорядок дня похода. Преодоление лесных зарослей и завалов, движение по склонам, преодоление водных препятствий.

Подготовка и проведение лыжных походов, одежда и обувь туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж. Организация движения, организация ночлегов. Меры безопасности в лыжном походе.

Водные походы. Подготовка к водному путешествию. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Обеспечение безопасности на воде.

Велосипедные походы. Особенности организации велосипедных походов. Обеспечение безопасности туристов в велосипедном походе.

### **Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны **знать:**

- общие правила безопасного поведения во время активного отдыха на природе.

**Уметь:**

- соблюдать правила личной безопасности в походе.

**Развивать:**

➤ качества личности, необходимых для обеспечения безопасного поведения в природных условиях.

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- контрольные работы – 1.

**Тема 3. Дальний и выездной туризм, меры безопасности**

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и международном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация к холодному климату. Акклиматизация в условиях жаркого климата.

Акклиматизация в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта (автомобилем, железнодорожным транспортом).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видами транспорта.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- факторы, оказывающие влияние на безопасность человека;
- общие правила безопасного поведения во время следования к местам отдыха наземными, водными или воздушными видами транспорта.

**Уметь:**

- соблюдать правила личной безопасности во время путешествия.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения во время следования к местам отдыха

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 2;
- зачет – 1.

**Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в среде**

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономии.

Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- общие правила безопасного поведения во время пребывания на природе;
- способы сооружения временного укрытия из подручных средств, добывания огня;
- подача сигналов бедствия.

**Уметь:**

- соблюдать правила личной безопасности на природе.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения в природной среде.

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 1;
- зачет – 1.

**Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях**

Опасные погодные условия и способы защиты от них.

Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.

Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- общие правила безопасного поведения во время пребывания на природе.

**Уметь:**

- Соблюдать правила личной безопасности на природе.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения в природной среде.

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 1;
- зачет – 1.

**Раздел II. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

**Тема 6. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи**

Вопросы личной гигиены и оказания первой медицинской помощи в природных условиях. Походная аптечка. Лекарственные растения.

Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и потертостях. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок.

Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударе и отморожении. Первая медицинская помощь при ожогах.

Оказание первой медицинской помощи при укусе ядовитой змеи. Первая медицинская помощь при укусах насекомых.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- правила личной гигиены и правила оказания первой медицинской помощи при травмах, при тепловом и солнечных ударах, при отморожении и ожоге, при укусах животных.

**Уметь:**

- оказать первую медицинскую помощь при травмах, при тепловом и солнечных ударах, при отморожении и ожоге, при укусах животных.

- качества личности, необходимых для обеспечения безопасного поведения в природных условиях.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения в природной среде.

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- контрольные работы – 1;
- проверочные тесты – 1.

**Тема 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие**

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.

Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека.

Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ. Стадии развития наркомании. Правила четырех «Нет!» наркотикам.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- правила ведения ЗОЖ;
- пагубное влияние наркотиков и ПАВ на здоровье человека.

**Уметь:**

- соблюдать правила ведения ЗОЖ.

**Развивать:**

- личные духовные и физические качества;
- потребности соблюдать нормы здорового образа жизни.

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- контрольные работы – 1
- проверочные тесты – 2.

**ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ОБЖ (7 КЛАСС)****Тематический план**

№ раздела и темы	Наименование разделов и тем	Количество часов	
		Раздел	Тема
<b>I</b>	<b>Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях</b>	<b>3</b>	
1.	Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера		3
<b>II</b>	<b>Чрезвычайные ситуации природного характера</b>	<b>20</b>	
2.	Чрезвычайные ситуации геологического происхождения		6
3.	Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения		3
4.	Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения		7
5.	Чрезвычайные ситуации биологического происхождения		4
<b>III</b>	<b>Основы медицинских знаний и оказания первой</b>	<b>11</b>	

	<b>медицинской помощи</b>		
6.	Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека		7
7.	Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практические занятия)		4
<b>Всего часов:</b>			<b>34</b>

**Содержание учебной программы  
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**7 класс**

**Раздел I. БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ОПАСНЫХ И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ**

**Тема 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера**

Различные природные явления и причины их возникновения.

Оболочка Земли: литосфера, атмосфера, гидросфера и биосфера. Географическая оболочка Земли, круговорот веществ и энергии в географической оболочке. Общая характеристика природных явлений. Природные явления геологического, метеорологического, гидрологического, биологического и космического происхождения, их характеристика, возникновение опасности для жизнедеятельности человека.

Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения.

Опасная ситуация, стихийное бедствие, чрезвычайная ситуация, общие понятия и определения.

Чрезвычайные ситуации природного характера.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- общие понятия и определения природных явлений, причины их возникновения;
- определения и понятия опасные и чрезвычайные ситуации, стихийные бедствия;
- чрезвычайные ситуации природного характера.

**Уметь:**

- ориентироваться в данных обстоятельствах;
- правильно вести себя при стихийных бедствиях, знать о мерах по предупреждению тяжелых последствий.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения при опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде и здоровью других людей;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 1.

**Раздел II. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ПРИРОДНОГО ХАРАКТЕРА**

**Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения**

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.

Геологические процессы, происходящие в литосфере Земли, в результате которых возникают землетрясения.

Очаг, магнитуда, эпицентр, интенсивность землетрясения. Определение интенсивности землетрясения, возможные последствия землетрясения. Основные районы на территории России, где вероятность землетрясений велика.

Защита населения от последствий землетрясений.

Комплекс мероприятий, проводимых по защите населения от последствий землетрясений в рамках задач, решаемых РСЧС. Прогнозирование землетрясений; определение наиболее сейсмоопасных районов на территории страны; разработка способов повышения устойчивости зданий и сооружений от воздействия сейсмических волн; организация оповещения населения; обучение населения правилам безопасного поведения в сейсмоопасных районах; организация аварийно-спасательных работ.

Правила безопасного поведения населения при землетрясении.

Общие меры безопасности для населения, проживающего в сейсмоопасных районах. Правила поведения во время землетрясения в различных ситуациях: если землетрясение застало вас дома, на улице, в школе и др.

Правила безопасного поведения после землетрясения.

Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле.

Вулканы, места их образования, причины извержения вулканов. Типы вулканов, действующие вулканы, дремлющие и потухшие.

Предвестники извержения вулканов.

Последствия извержения вулканов.

Образование лавовых потоков, вулканических грязевых потоков, выпадение твердых вулканических продуктов, образование палящей вулканической тучи, выделение вулканических газов.

Организация защиты населения от последствий извержения вулканов.

Оползни, причины их возникновения. Классификация оползней по занимаемой ими площади.

Последствия оползней. Организация защиты населения от последствий оползней.

Рекомендации населению по действиям при угрозе возникновения оползня.

Обвалы и снежные лавины, их причины и последствия. Организация защиты населения от последствий обвалов и снежных лавин. Общие рекомендации населению по действиям при угрозе обвалов и схода снежных лавин.

#### **Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- причины возникновения землетрясений, вулканов, оползней;
- правила поведения при возникновении конкретной ЧС природного характера.

**Уметь:**

- ориентироваться в данных обстоятельствах;
- соблюдать правила личной безопасности в опасных ситуациях.

**Развивать:**

➤ качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения при опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде и здоровью других людей;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

#### **Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 2.

### **Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения**

Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Циклоны, их строение, скорость перемещения; циклоны - причина возникновения ураганов и бурь.

Последствия ураганов и бурь; характеристика разрушительной силы ураганов и бурь. Шкала Бофорта, определяющая силу ветра и его воздействие на окружающую среду.

Мероприятия, проводимые в рамках задач, решаемых РСЧС, по защите населения от последствий ураганов и бурь.

Организация непрерывного наблюдения за состоянием атмосферы; прогноз возникновения циклонов, их перемещения и возможные последствия. Осуществление заблаговременных и оперативных мероприятий. Организация оповещения населения об угрозе ураганов и бурь. Рекомендации населению по правилам поведения при получении штормового предупреждения о приближении урагана (бури).

Смерч, основные понятия и определения. Характеристика смерча, разрушительная сила смерча и его возможные последствия. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время смерча.

#### **Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- причины возникновения явлений метеорологического происхождения;
- правила поведения при возникновении конкретной ЧС природного характера.

**Уметь:**

- ориентироваться в данных обстоятельствах;
- соблюдать правила личной безопасности в опасных ситуациях.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения при опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде и здоровью других людей;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

#### **Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 1;
- зачет – 1.

### **Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения**

Наводнения, виды наводнений и их причины.

Природные явления гидрологического происхождения, вызывающие наводнения.

Наводнения, связанные со стоком воды во время половодья. Наводнения, формируемые за счет паводка. Наводнения, вызываемые заторами и зажорами в руслах рек. Наводнения, связанные с ветровыми нагонами воды.

Возможные последствия наводнений.

Основные мероприятия, проводимые по защите населения от последствий наводнений. Прогнозирование наводнений, строительство защитных сооружений, оповещение населения, организация эвакуации и спасательных работ, подготовка населения к действиям при угрозе и во время наводнения.

Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.

Сели и их характеристика, причины возникновения селей. Защита населения от селевых потоков. Рекомендации населению, проживающему в селеопасных районах.

Цунами. Общая характеристика цунами, причины их возникновения, возможные последствия. Организация защиты населения от последствий цунами. Подготовка населения к безопасному поведению при угрозе возникновения цунами, во время цунами и после него.

#### **Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- причины возникновения явлений гидрологического происхождения;
- правила поведения при возникновении конкретной ЧС природного характера.

**Уметь:**

- ориентироваться в данных обстоятельствах;
- соблюдать правила личной безопасности в опасных ситуациях.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения при опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде и здоровью других людей;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 3;
- зачет – 1.

**Тема 5. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения**

Лесные и торфяные пожары, виды пожаров, классификация лесных пожаров. Последствия лесных и торфяных пожаров для населения и окружающей среды.

Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения от лесных пожаров.

Общие рекомендации по безопасному поведению при нахождении вблизи очага пожара в лесу.

Инфекционные болезни человека, причины их возникновения. Классификация инфекционных болезней по способу передачи инфекции от больного человека к здоровому.

Эпидемия, ее характеристика, опасность для населения. Эпидемический процесс и факторы его определяющие.

Противоэпидемические мероприятия и защита населения.

Характеристика некоторых наиболее распространенных инфекционных заболеваний и их профилактика.

Комплекс мероприятий, проводимых для защиты населения от массовых инфекционных заболеваний. Правила личной гигиены для профилактики инфекционных заболеваний.

Инфекционные болезни животных и растений. Причина их возникновения, краткая характеристика.

Противозооотические и противозифитотические мероприятия.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- причины возникновения лесных и торфяных пожаров;
- правила поведения при возникновении пожара;
- причины возникновения биолого-социальных ЧС и правила поведения при возникновении конкретной ЧС;
- меры защиты при эпизоотии и эпифитотии.

**Уметь:**

- ориентироваться в данных обстоятельствах;
- соблюдать правила личной безопасности при пожаре, эпидемии.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения при опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде и здоровью других людей;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

### **Тематический контроль:**

- контрольные работы – 1
- проверочные тесты - 1

### **Тема 6. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека**

Психологическая уравновешенность, ее значение в формировании системы здорового образа жизни и обеспечения личной безопасности. Качества, необходимые для повышения уровня психологической уравновешенности. Психологическая уравновешенность и умение завести друзей.

Общие понятия и определения стресса. Стресс и стадии развития общего адаптационного синдрома. Влияние стресса на состояние здоровья человека. Содержание общих принципов борьбы со стрессом.

Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.

Особенности развития организма человека в подростковом возрасте, физическое развитие, индивидуальные особенности внешнего облика человека, Различия в развитии мальчиков и девочек. Соблюдение правил личной гигиены в подростковом возрасте.

Особенности психического развития человека в подростковом возрасте.

Перестройка, происходящая в центральной нервной системе подростка и формирование личности человека. Формирование основных качеств взрослого человека.

Формирование личности подростка при его взаимодействии со взрослыми.

Значение правильного общения со взрослыми, особенно с родителями, для социального развития человека в подростковом возрасте. Конфликтные ситуации, которые могут возникнуть при общении подростка с родителями и основные способы их разрешения. Умение слушать собеседника.

Формирование личности подростка при его взаимоотношениях со сверстниками. Рост потребности общения со сверстниками, пути достижения признания среди сверстников. Возможные конфликтные ситуации при общении со сверстниками, основные пути их разрешения. Личные качества, обеспечивающие более тесное общение со сверстниками.

Формирование взаимоотношений со сверстниками противоположного пола.

Факторы, определяющие развитие взаимоотношений со сверстниками противоположного пола. Формирование социально значимых качеств для установления правильного взаимоотношения со сверстниками противоположного пола. Духовная и социальная зрелость, их значение в определении стиля своего поведения с лицами противоположного пола.

Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних.

Значение правового воспитания для социального развития подростка. Правонарушения, совершаемые подростками, и их основные причины. Уголовная ответственность несовершеннолетних, предусмотренная Уголовным кодексом РФ (УК РФ-1997 г.).

### **Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- значение здорового образа жизни в безопасной жизнедеятельности человека;
- правила позитивных взаимоотношений со взрослыми, сверстниками, обществом;
- обязанности и права несовершеннолетних.

**Уметь:**

- доступно объяснять значение здорового образа жизни в обеспечении безопасности личности, общества и государства.

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде и здоровью других людей;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 1;
- зачет – 1.

**Тема 7. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практические занятия)**

Общие понятия и определения первой медицинской помощи, доврачебной помощи, первой врачебной помощи. Общий порядок действий при оказании первой медицинской помощи. Когда необходимо вызывать скорую помощь.

Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении.

Первая медицинская помощь при незначительных ранах.

Первая медицинская помощь при сильном кровотечении.

Оказание первой медицинской помощи при артериальном кровотечении.

Оказание первой медицинской помощи при венозном кровотечении.

Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах.

Транспортировка пострадавшего.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- правила оказания первой медицинской помощи при наружном кровотечении, при ушибах и переломах, при транспортировке пострадавшего.

**Уметь:**

- оказывать первую медицинскую помощь при наружном кровотечении, при ушибах и переломах, при транспортировке пострадавшего.

**Развивать:**

- качества личности, чувства сострадания, толерантности, выносливости необходимые для оказания первой медицинской помощи.

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде и здоровью других людей;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- контрольные работы – 1.

**ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ОБЖ (8 КЛАСС)**

**Тематический план**

№ раздела и темы	Наименование разделов и тем	Количество часов	
		Раздел	Тема
<b>I</b>	<b>ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ</b>	<b>10</b>	
1.	Пожарная безопасность		3
2.	Безопасность на дорогах		3
3.	Безопасность на водоемах		2
4.	Экология и безопасность		2
<b>II</b>	<b>ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА И БЕЗОПАСНОСТЬ НАСЕЛЕНИЯ</b>	<b>12</b>	
5.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их последствия		9
6.	Организация защиты населения от ЧС техногенного		3

	характера		
<b>III</b>	<b>ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ</b>	<b>12</b>	
<b>7.</b>	Основы здорового образа жизни		8
<b>8.</b>	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи		4
<b>Всего часов:</b>			<b>34</b>

**Содержание учебной программы  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
8 класс**

**Раздел I. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ЛИЧНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ В ПОВСЕДНЕВНОЙ ЖИЗНИ**

**Тема 1. Пожарная безопасность**

Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние «человеческого фактора» на причины возникновения пожаров. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности;
- причины возникновения пожаров в зданиях;
- правила безопасного поведения при пожаре, правила эвакуации.

**Уметь:**

- выбирать наиболее эффективный способ предотвращения возгорания;
- действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства возгорания для ликвидации очага возгорания.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения при пожаре в жилых зданиях.

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде и здоровью других людей;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 1.

**Тема 2. Безопасность на дорогах**

Причины дорожно-транспортного травматизма. Организация дорожного движения. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста и водителя мопеда.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- методику организации дорожного движения;
- виды, причины и правила поведения при дорожно-транспортном происшествии;
- участников дорожного движения;
- общие положения правил дорожного движения;
- краткую характеристику современного транспорта,

- правила безопасного поведения участников дорожного движения;
- правила безопасного поведения велосипедиста и водителя мопеда.

**Уметь:**

- грамотно действовать в ситуациях при дорожно-транспортных происшествиях.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения на дорогах.

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде и здоровью других людей;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 1.

**Тема 3. Безопасность на водоемах**

Водоемы. Особенности состояния водоемов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны **знать:**

- Рекомендации специалистов в области безопасного поведения на водоемах и оказания помощи терпящим бедствие на воде.

**Уметь:**

- оказывать первую помощь, терпящим бедствие на воде.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения при опасных ситуациях.

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде и здоровью других людей;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- Контрольные работы – 1

**Тема 4. Экология и безопасность**

Загрязнение окружающей природной среды понятие о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ. Мероприятия, проводимые на защите здоровье населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны **знать:**

- перечень мероприятий, проводимых по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

**Уметь:**

- находить информацию об экологической обстановке в местах проживания и возможных опасных ситуациях в области экологии.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения ответственного отношения к окружающей природной среде.

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде и здоровью других людей;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- Зачет – 1.

## **Раздел II. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ ТЕХНОГЕННОГО ХАРАКТЕРА И БЕЗОПАСНОСТЬ**

### **Тема 5. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их последствия**

Общие понятия о чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера по типам и видам их возникновения.

Потенциально основные объекты экономики. Аварии на радиационных, химически опасных и пожаров – взрывоопасных объектах. Причины их возникновения и возможные последствия. Аварии на гидродинамических объектах. Рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- причины возникновения ЧС техногенного характера и их возможные последствия;
- потенциальные опасности от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- потенциальные опасные объекты в районе проживания.

**Уметь:**

- перечислять последовательность действий при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации техногенного характера и во время данной ситуации;
- различать ЧС техногенного характера в соответствии с их классификацией.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения при опасных и чрезвычайных ситуациях техногенного характера

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде и здоровью других людей;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- контрольные работы – 1
- проверочные тесты – 2.

### **Тема 6. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера**

Способы оповещения населения о чрезвычайных ситуациях техногенного характера. Организация защиты населения при авариях на радиационных и химически опасных объектах.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- организацию защиты населения в районе проживания;
- рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в ЧС техногенного характера;
- средства индивидуальной защиты;
- план эвакуации учреждения;

**Уметь:**

- использование различных укрытий и защитных сооружений;
- проводить эвакуацию по плану.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения при опасных и чрезвычайных ситуациях техногенного характера

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде и здоровью других людей;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 1.

### **Раздел III. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ**

#### **Тема 7. Основы здорового образа жизни**

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность. Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья человека и общества. Здоровый образ жизни и безопасность, основные составляющие здорового образа жизни. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества и обеспечения их безопасности. Влияние окружающей природной среды на здоровье человека. Вредные привычки и их профилактика.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

- значение ЗОЖ в безопасной жизнедеятельности человека;
- особенности индивидуального, репродуктивного здоровья, составляющие ЗОЖ;
- пагубное влияние вредных привычек на здоровье человека.

**Уметь:**

- соблюдать профилактику вредных привычек.

**Развивать:**

- качества личности, необходимые для обеспечения безопасного поведения при опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера

**Воспитывать:**

- чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- ответственное отношение к окружающей природной среде и здоровью других людей;
- культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

- проверочные тесты – 1;
- зачет – 2.

#### **Тема 8. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи**

Общая характеристика различных повреждений и их последствия для здорового человека. Средства оказания первой медицинской помощи. Правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях угарным газом, хлором и аммиаком.

**Требования к уровню усвоения знаний:**

В результате изучения материала учащиеся должны

**знать:**

➤ приемы и правила оказания первой медицинской помощи при различных видах травм, отравлении ахов;

➤ общую характеристику различных повреждений и травм.

**Уметь:**

➤ анализировать возможные последствия различных повреждений и травм;

➤ оказывать первую медицинскую помощь при отравлении АХОВ, различных видах травм.

**Развивать:**

➤ личные духовные и физические качества;

➤ потребности соблюдать нормы здорового образа жизни.

**Воспитывать:**

➤ чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;

➤ ответственное отношение к окружающей природной среде;

➤ культуру общения, умение слушать, уверенность в себе и в своих знаниях.

**Тематический контроль:**

➤ контрольные работы – 1;

➤ практические работы – 3.

## **ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ВЫПУСКНИКОВ**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен:

**Знать:**

✓ основные составляющие здорового образа жизни, обеспечивающие духовное, физическое и социальное благополучие;

✓ потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;

✓ меры безопасности при активном отдыхе в природных условиях;

✓ основные положения Концепции национальной безопасности Российской Федерации по обеспечению безопасности личности, общества и государства;

✓ наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;

✓ организацию защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера в Российской Федерации;

✓ права и обязанности граждан в области безопасности жизнедеятельности;

✓ рекомендации специалистов в области безопасности жизнедеятельности по правилам безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;

✓ приемы и правила оказания первой медицинской помощи.

**Уметь:**

✓ доступно объяснить значение здорового образа жизни для обеспечения личной безопасности и здоровья;

✓ предвидеть опасные ситуации по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;

✓ соблюдать правила дорожного движения в качестве пешехода, пассажира и водителя транспортного средства (велосипеда, мопеда);

✓ действовать при возникновении пожара в жилище и использовать подручные средства для ликвидации очага возгорания;

✓ соблюдать правила личной безопасности в криминогенных ситуациях и в местах скопления большого количества людей;

✓ перечислить последовательность действий при оповещении возникновения угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации;

✓ пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

- ✓ оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях.

**Использовать полученные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:**

- ✓ выработки потребности в соблюдении норм здорового образа жизни;
- ✓ невосприимчивости к вредным привычкам;
- ✓ обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- ✓ безопасного пользования различными бытовыми приборами, инструментами и препаратами бытовой химии в повседневной жизни;
- ✓ подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях (походы выходного дня, ближний, дальний и международный туризм);
- ✓ проявления бдительности и безопасного поведения при угрозе террористического акта или при захвате в качестве заложника;
- ✓ оказания первой медицинской помощи пострадавшим в различных опасных или бытовых ситуациях.

## ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ

### Методическая и справочная литература

№ п/п	НАЗВАНИЕ	АВТОР	ИЗД-ВО	ГОД ИЗД-Я	КОЛ-ВО
<b>1. Справочники и энциклопедии</b>					
1	Основы безопасности жизнедеятельности. Справочник для учащихся.	А.Т. Смирнов	Просвещение	2007	7
<b>2. Учебники</b>					
2	Основы безопасности жизнедеятельности 5класс	Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. и др.	АСТ Астрель	2007	1
3	Основы безопасности жизнедеятельности 7класс	Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. и др.	АСТ Астрель	2007	1
4	Основы безопасности жизнедеятельности 8класс	Фролов М.П., Литвинов Е.Н., Смирнов А.Т. и др.	АСТ Астрель	2006	1
5	Основы безопасности жизнедеятельности 6класс	Смирнов А.Т., Хренников Б.О.	Просвещение	2006	1
6	Основы безопасности жизнедеятельности 7класс	Смирнов А.Т., Хренников Б.О.	Просвещение	2007	1
<b>3. Учебно-методический комплекс</b>					
7	Дорожное движение: безопасность пешеходов, пассажиров, водителей: 5-9кл. Пособие для учащихся	Рыбин А.Л.	Просвещение	2008	5
8	Обучение правилам	Рыбин А.Л.	Просвещение	2008	1

	дорожного движения: 5 – 9кл.: метод. пособие				
9	Программы общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности 1 – 11 классы	Смирнов А.Т.	Просвещение	2006	1
10	Методическое пособие по ПДД	Форштат М.Л.	СПб. «Лики России»	2007	1
11	ОБЖ: поурочные планы 5 класс	Шевченко Г.Н.	Волгоград: Учитель	2005	1
12	Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 класс поурочные разработки.	Смирнов А.Т.	Просвещение	2008	1
13	ОБЖ: поурочные планы 6 класс	Шкенеv В.А	Волгоград: Учитель	2006	1
14	ОБЖ: поурочные планы 7 класс	Шкенеv В.А	Волгоград: Учитель	2008	1
15	ОБЖ: поурочные планы 6 класс	Шкенеv В.А	Волгоград: Учитель	2006	1
16	Пожарная безопасность: конспекты занятий и классных часов в 5 – 11 классах	Павлова О.В., Попова Г.П.	Волгоград: Учитель	2006	1
17	Профилактика детского дорожно-транспортного травматизма: система работы в образовательном учреждении	Кузьмина Т.А., Шумилова В.В.	Волгоград: Учитель	2007	1
<b>4. Дополнительная литература для учителя и учащихся</b>					
18	Все цвета, кроме черного: семейная профилактика наркотизма школьников: кн. для родителей.	Макеева А. Г.	Просвещение	2005	1
19	Все цвета, кроме черного: педагогическая профилактика наркотизма школьников: метод, пособие для учителя: 7—9 кл.	Макеева А. Г.	Просвещение	2005	1
20	Определение наркотического опьянения	Славина Т.Ю, Масалов Д.В.и др.	НОВО-ДЕВЯТКИНО	2003	1
21	Педагогу о здоровом образе жизни детей	Баль Л.В., Барканов С.В., Горбатенко С.А.	Просвещение	2005	1
22	Профилактика агрессивных и террористических проявлений у подростков	Соковни И.	Просвещение	2005	1
23	Школа без наркотиков: книга для педагогов и	Шипицына Л.М., Казакова Е.И.	Образование – культура	2002	1

	родителей			
<b>5. Аудиовизуальные пособия. Программы.</b>				
	DVD Движение с уважением. 1,2 части			1
	DVD Стой! Смотри! Иди!			1
	DVD Улица полна неожиданностей...			1
	DVDТравматизм			1
	DVD Основы противопожарной безопасности			1
	DVD О вреде курения			1
	DVD Общее дело			1
	CD Первая медицинская помощь			1
	CD Основы безопасности			1
	CD Стасик и его команда. ОБЖ			1
	CD Дракоша и ПДД			1

**Оборудование и наглядно-методический материал**

<b>1. Наглядно – методический материал. Таблицы</b>				
1	Комплект таблиц «Школа против терроризма», 23шт			1
2	Комплект таблиц «ПДД», 22шт			1
3	Оказание первой помощи при отравлении			1
4	Движение велосипедистов (1-3)			3
<b>2. Оборудование и приборы.</b>				
1	Компас			10
2	Противогаз			1
3	Носилки			1
4	Шины			2
5	Аптечка			1
6	Видео двойка			1
7	Компьютер			10
8	Мультимедиапроектор			1
9	Интерактивная доска			1