

Рабочая программа
по учебному предмету «Основы безопасности жизнедеятельности»
на уровень основного общего образования.

В настоящей рабочей программе реализованы требования федеральных законов:

- «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
- «Об охране окружающей природной среды»;
- «О пожарной безопасности»;
- «О гражданской обороне»;
- «О безопасности дорожного движения» и др.

В программе представлены два раздела, в каждом из которых выделены образовательные линии.

Раздел I «Безопасность и защита человека в среде обитания» включает темы: «Правила безопасного поведения в бытовой (городской) среде», «Правила безопасного поведения в социальной среде», «Правила безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях», «Государственная система защиты и обеспечения безопасности населения».

Раздел II «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни» предусматривает изучение тем: «Основы медицинских знаний» и «Основы здорового образа жизни».

Цели и задачи курса:

- Изучение правил обеспечения безопасности на транспорте;
- Продолжение изучения правил пожарной безопасности, действий учащихся при пожаре;
- Ознакомление с опасностями, угрожающими человеку в современной повседневной жизни, в опасных и чрезвычайных ситуациях социального и техногенного характера;
- Изучение и освоение основ медицинских знаний и правил оказания первой медицинской помощи;
- Иметь представление об основных видах здорового образа жизни;
- Знать основные понятия и основные термины правил дорожного движения.

Планируемые результаты освоения учебного предмета
«Основы безопасности жизнедеятельности»

Выпускник научится:

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
 - использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
 - классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
 - безопасно, использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
 - безопасно использовать бытовые приборы;
 - безопасно использовать средства бытовой химии;
 - безопасно использовать средства коммуникации;
 - классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
 - предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;

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

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

Выпускник получит возможность научиться:

- *безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;*
- *классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;*
- *готовиться к туристическим поездкам;*
- *адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;*

- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять права покупателя;
- анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;
- предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;
- характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;
- оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;
- оказывать первую помощь при коме;
- оказывать первую помощь при поражении электрическим током;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;
- исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;
- творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.

Содержание учебного предмета «ОБЖ»

5 класс

Безопасность и защита человека в среде обитания (26 ч)

- *Город как источник опасности(1ч)*
- Особенности города как среды обитания человека. Источники опасности в современном городе. Зоны повышенной опасности (транспорт, места массового скопления людей, улицы, парки, скверы). Системы обеспечения безопасности города (милиция, пожарная охрана, скорая помощь, служба спасения, коммунальные и другие службы).
- *Опасные ситуации в доме (в квартире) (9ч)*
- Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения (водо- и электроснабжение, отопление, канализация). Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище. Опасные вещества и средства бытовой химии. Последствия, возникающие при нарушении правил пользования ими. Действие опасных веществ и препаратов бытовой химии на организм человека и правила оказания помощи при отравлениях и ожогах. Взрывы в жилищах и их причины. Обрушение конструкций, правила безопасного поведения при взрывах и обрушениях конструкций.
- Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Последствия пожаров. Меры пожарной безопасности при эксплуатации электробытовых и газовых

приборов, отопительных печей. Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире, подъезде, балконе, подвале), а также в многоэтажном здании. Как действовать, если на человеке загорелась одежда или в комнате - электроприбор (телевизор, приемник, магнитофон, компьютер), елка. Способы эвакуации из горящего здания. Освоение практических навыков по использованию первичных средств пожаротушения (огнетушителей ОХП-10 и ОУ).

- Затопление жилища. Причины и возможные последствия. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению.

- Опасности, возникающие при нарушении правил обращения с электрическими и электронными приборами. Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту. Правила безопасного использования электрических и электронных приборов.

- *Опасные ситуации на улице (2ч)*

- Тонкий лед и опасность передвижения по нему. Меры предосторожности при движении по льду. Правила безопасного поведения в толпе. Психологическая картина толпы. Поведение толпы при возникновении паники. Рекомендации по правилам безопасного поведения в толпе.

- *Чрезвычайные ситуации на транспорте (5ч)*

- Современный транспорт - зона повышенной опасности. Правила безопасного поведения пешехода на дорогах. Краткая характеристика современных видов транспорта - общественного (автобус, трамвай, троллейбус, метро), железнодорожного, авиационного, водного. Правила поведения пассажира во время следования железнодорожным, водным и авиационным транспортом. Правила безопасного поведения в аварийных ситуациях. Краткая характеристика пожарной опасности современного транспорта: общественного (автобус, трамвай, троллейбус, метро), железнодорожного, водного, авиационного. Правила безопасного поведения в случае возникновения пожара в транспорте.

- *Ситуации криминогенного характера (3ч)*

- Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника.

- Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов. Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Внешние признаки людей, способных совершить насильственные действия.

- Самооценка поведения. Психологические приемы самозащиты.

- Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде, лифте. Правила общения с незнакомым человеком по телефону.

- *Изменение среды обитания человека обитания в городе (2ч)*

- Биосфера и человек. Влияние деятельности человека на окружающую среду. Загрязнение атмосферы, воды и почвы.

- *Защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени (2ч)*

- Изучение средств индивидуальной защиты органов дыхания (противогаз ГП-7, детский противогаз ПДФ-Ш). Их применение.

- *Правила безопасного поведения при террористических актах (2ч)*

- Понятие о терроризме. Правила безопасного поведения при обнаружении взрывоопасного предмета. Правила безопасного поведения при захвате в заложники. Правила безопасного поведения при освобождении заложников сотрудниками спецслужб.

- **Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (4ч)**

- Общая характеристика повреждений и их последствий для здоровья человека. Основные правила оказания первой медицинской помощи при повреждениях раз-

- личных видов. Характеристика различных видов кровотечения и их причины.

- Способы остановки кровотечений (давящая повязка, наложение жгута, пережатие артерии, сгибание конечности).

- **Основы здорового образа жизни (4ч)**
- Движение - естественная потребность организма как высокоорганизованной биологической системы. Избыток и недостаток движения - причина заболеваний человека.
- Правила безопасного использования электронных приборов. Компьютер и здоровье. Половое просвещение учащихся и его роль в формировании здоровья. Изменения в организме, происходящие при половом созревании, и половые различия опорно-двигательного аппарата, внутренних органов и психики.
- Факторы, формирующие репродуктивное здоровье.
- **Закрепление практических навыков по пройденным темам и подготовка (1ч)**

6 класс

Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. (22ч)

Опасные ситуации, возникающие в природе, их причины. Психологические основы выживания при автономном существовании. Психическое состояние человека при выживании в природных условиях. Преодоление страха и стрессового состояния. Автономное существование человека в природе. Возможные причины попадания человека в условия вынужденного автономного существования в природных условиях (аварии транспортного средства в малонаселенной местности; заблудились в лесу, горах, степи; отстали от группы в турпоходе и др.). Выживание в природных условиях. Надежная одежда и обувь. Правила безопасного поведения человека при вынужденном автономном существовании в природных условиях. Правила ориентирования на местности, выход к линейным ориентирам и населенным пунктам. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоемов. Особенности состояния водоемов в разное время года. Опасность водоемов зимой. Тонкий лед и опасность передвижения по льду. Меры предосторожности при движении по льду водоемов. Способы переправы через реку (переход вброд, преодоление вплавь, преодоление рек с быстрым течением), преодоление трясин и болот. Оборудование временного жилища, укрытия. Способы добывания огня, обогрев временного жилища. Обеспечение водой и питанием. Поиск и приготовление пищи. Съедобные растения, ягоды, грибы, орехи. Сигналы бедствия. Смена климатогеографических условий. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Акклиматизация, общие понятия и определения. Акклиматизация к условиям жаркого климата, условиям горной местности, к условиям Севера. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий. Отработка навыков для выполнения однодневного туристического похода (определение сторон горизонта, движение по азимуту, ориентирование на местности, разбивка лагеря, разведение костра, обеспечение водой, приготовление пищи и др.). Ознакомление со съедобными и лекарственными растениями.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени (3ч)

Изучение средств индивидуальной защиты органов дыхания. Их использование. Ознакомление с защитными сооружениями гражданской обороны, порядком их использования. Обучение способам оповещения населения о чрезвычайных ситуациях военного времени в городах, населенных пунктах и на промышленных предприятиях.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (7ч)

Характеристика различных видов травм и ушибов, повреждений и вызывающие их причины. Правила и способы оказания первой медицинской помощи пострадавшему.

Правила и способы транспортировки пострадавших.

Первая медицинская помощь при укусах змей, пищевой и других видах аллергии. Оказание помощи терпящим бедствие на воде. Первая медицинская помощь при утоплении. Отработка навыков оказания помощи пострадавшему при утоплении, тепловом и солнечном ударе, отморожении.

Медицинская аптечка. Перевязочные и лекарственные средства. Правила приема лекарственных веществ. Использование природных лекарственных средств. **Основы здорового образа жизни (5ч)**

Рациональное питание. Недоедание. Нарушение правил личной гигиены.

Половое просвещение учащихся и его роль в формировании здоровья. Изменения в организме, происходящие при половом созревании. Факторы, формирующие репродуктивное здоровье. Знания о взаимоотношении полов.

Поведение в период полового созревания.

Закрепление практических навыков по пройденным темам и подготовка к проведению «Дня защиты детей» (1ч)

7 класс

Раздел I. Безопасность и защита человека в ЧС (23 часа)

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины). Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы, бури, смерчи). Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения (наводнение, сели, цунами). Чрезвычайные ситуации биологического происхождения (лесные и торфяные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера, рекомендации населению по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций. Землетрясения и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время и после землетрясения.

Вулканы и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при извержении вулканов.

Оползни, сели, обвалы, лавины и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении об угрозе схода селя, оползня, обвала. Правила безопасного поведения вовремя и после схода селя, оползня, обвала, безопасный выход из зоны стихийного бедствия.

Ураганы, бури, смерчи и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча.

Наводнения и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время и после наводнений.

Цунами и их поражающие факторы. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, во время прихода и после цунами.

Природные пожары (лесные, торфяные, степные) и их характеристика. Предупреждение природных пожаров. Правила безопасного поведения при возникновении природных пожаров.

Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (1 час)

Оповещение населения о чрезвычайных ситуациях. Эвакуация населения.

Раздел III. Основы здорового образа жизни (4 часа)

Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека. Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность. Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья человека и общества. Социально-демографические процессы в России и безопасность государства. Особенности физического и психического развития человека; развитие и укрепление чувства зрелости, развитие волевых качеств. Социальное развитие человека и его взаимоотношения с окружающими людьми. Формирование личности человека, значение и роль его взаимоотношений с взрослыми, родителями, сверстниками. Взаимоотношения человека и общества. Ответственность несовершеннолетних.

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (6 часов)

Первая помощь при травмах опорно-двигательного аппарата, порядок наложения поддерживающей повязки. Первая помощь при кровотечениях. Способы остановки кровотечения.

8 класс

Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. (20ч)

Промышленные аварии и катастрофы. Их причины и возможные последствия. Общее понятие чрезвычайной ситуации техногенного характера, понятие аварии и катастрофы. Классификация чрезвычайных ситуаций по масштабу распространения и с учетом тяжести последствий. Потенциально опасные объекты.

Пожары и взрывы, их характеристика, пожаро-взрывоопасные объекты. Причины и возможные последствия. Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах. Пожары и паника.

Промышленные аварии с выбросом опасных химических веществ. Химически опасные объекты производства. Причины аварий и возможные последствия при авариях на химически опасных объектах. Сильнодействующие ядовитые вещества (АХОВ), их характеристика и поражающие факторы. Защита населения от АХОВ. Правила безопасного поведения при авариях с выбросом опасного химического вещества. Аварии на радиационно опасных объектах, их причины и возможные последствия. Основные виды радиационно опасных объектов. Характеристика очагов поражения при авариях на АЭС. Характер поражения людей и животных. Правила безопасного поведения при радиационных авариях. Режимы радиационной защиты.

Гидродинамические аварии, их причины и последствия. Мероприятия по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах. Правила безопасного поведения при угрозе и в ходе наводнения при гидродинамической аварии. Влияние деятельности человека на окружающую среду. Биосфера и человек. Экология и экологическая опасность. Экологическая система, экологический кризис, экологическая катастрофа. Виды загрязнения биосферы. Загрязнение атмосферы, вод, почв. Понятие о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ.

Краткая характеристика состояния окружающей среды в регионе и месте проживания. Мероприятия по защите здоровья человека, проводимые в местах нарушения экологического равновесия. Правила безопасного поведения в экологически неблагоприятных районах.

Обучение способам оповещения населения о чрезвычайных ситуациях в городах, населенных пунктах и на промышленных предприятиях. Сигнал - "Внимание всем!". Речевая информация, передаваемая по радиоприемнику, телевизору о чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени. Обучение правилам эвакуации населения. Организация и проведение эвакуации. Изучение средств индивидуальной защиты органов дыхания. Ознакомление с организацией защиты сельскохозяйственных объектов в зонах чрезвычайных ситуаций. Мероприятия по защите сельскохозяйственных животных при стихийных бедствиях, производственных авариях. Мероприятия по защите фуража, воды, продуктов животноводства от заражения. Отработка практических действий обучаемых при возникновении аварий и катастроф, наиболее вероятных для регионов проживания.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (8ч)

Первая медицинская помощь при отравлениях газами и средствами бытовой химии. Пищевая токсикоинфекция. Первая медицинская помощь.

Основы здорового образа жизни (4ч)

Физическая культура и закаливание. Занятия физкультурой и спортом. Воспитание необходимых физических качеств. Беременность и формирование плода. Факторы, способствующие рождению здорового ребенка. Понятие о воспитании детей.

Закрепление практических навыков по пройденным темам (3ч)

9 класс

Безопасность и защита человека в чрезвычайных ситуациях. (10ч)

Создание системы защиты населения от последствий чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера. РСЧС, ее предназначение, структура и задачи.

Международное гуманитарное право по защите населения. Правовая защита раненых, больных, медицинского персонала. Пропавшие без вести и погибшие. Военнопленные. Гражданское население.

Понятие преступления и виды преступлений. Общее понятие преступления. Возраст, с которого наступает уголовная ответственность. Особенности уголовной ответственности и наказания несовершеннолетних. Поведение при попытке изнасилования и насильственных действий сексуального характера. Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов. Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Внешние признаки людей, способных совершать насильственные действия.

Самооценка поведения. Психологические приемы самозащиты. Методы защиты от нападения. Правила защиты от мошенников. Основные виды мошенничества, с которыми наиболее часто приходится встречаться в повседневной жизни.

Основные черты мошенника.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи (8ч)

Причины травматизма в школьном возрасте. Характеристика травм в школьном возрасте и пути их предотвращения.

Меры по профилактике травм в школе: на занятиях в кабинете физики при работе с электроприборами и электрооборудованием; на занятиях в кабинете химии при работе с химическими веществами, на переменах.

Меры по профилактике травм на занятиях физической культурой и спортом. Требования к спортивной одежде, обуви, инвентарю. Меры по профилактике травм в быту. Снижение риска получения травм в домашних условиях. Опасность получения травм во время пожара, ремонта, при обращении с электроприборами и газовыми плитами.

Меры по профилактике травм на улицах и дорогах. Дорожно-транспортный травматизм. Основные правила безопасного поведения на улицах и дорогах.

Характеристика различных видов травм и повреждений. Причины, их вызывающие. Правила и способы оказания первой медицинской помощи пострадавшему.

Характеристика причин, вызывающих потерю сознания. Признаки, с помощью которых можно определить состояние человека. Экстренная реанимационная помощь.

Отработка навыков оказания помощи пострадавшему при искусственной вентиляции легких и непрямом массаже сердца.

Основы здорового образа жизни (14ч)

Здоровье человека. Критерии состояния и группы здоровья. Здоровье физическое и духовное. Понятие о резервах здоровья. Здоровье индивидуальное и общественное. Факторы риска внешней и внутренней среды организма человека, их влияние на здоровье человека. Личная и общественная гигиена. Физиологические и психологические особенности организма подростка. Физиологическое развитие подростков. Психологическая уравновешенность, ее значение для здоровья человека. Управление чувствами и эмоциями. Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его влияние на организм курящего, на здоровье его детей и окружающих людей.

Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Алкоголь и репродуктивная функция мальчиков и девочек. Профилактика разрушающего влияния алкоголя на здоровье учащихся. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

Половое просвещение учащихся и его роль в формировании здоровья. Знания о взаимоотношениях полов.

Закрепление практических навыков по пройденным темам (2ч)

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС

№ п/п	Наименование раздела программы	Тема урока	Кол-во часов	Примечание	Домашнее задание	Дата проведения	
						план	факт
	Раздел I.						
1	Безопасность и защита человека в опасных и чрезвычайных ситуациях	Город как источник опасности.	1		Раздел 1 П.1.1., 1.2.		
2		Дом, в котором мы живем.	1	ОДНКНР	Раздел 1 П.2.1.		
3		Опасные факторы и причины пожаров.	1		Раздел 1 п.2.2.		
4		Правила поведения во время пожара	1	ОДНКНР	Раздел 1 п.2.2.		
5		Огнестойкость зданий и средства пожаротушения	1		Раздел 1		
6		Затопление квартиры.	1		Раздел 1 П.2.3.		
7		Электричество	1		Раздел 1 П 2.4.		
8		Опасные вещества.	1		Раздел 1 П.2.5.		
9		Взрыв и обрушение дома.	1		Раздел 1 П.2.6		
10		"Захлопнулась дверь" (сломался замок, потерялся ключ).	1		Раздел 1 П.2.7.		
11		По тонкому льду.	1		Раздел 1 П.3.1.		
12		Толпа. Собака бывает кусачей	1		Раздел 1 П.3.2., 3.3.		
13		Современный транспорт - зона повышенной опасности.	1	ОДНКНР	Раздел 1 П. 4.1.		
14		Общественный и городской транспорт	1	ОДНКНР	Раздел 1 П.4.2.		
15		Железнодорожный	1		Раздел 1		

		транспорт.			П.4.3.		
16		Авиационный транспорт.	1		Раздел 1 П.4.4.		
17		Морской и речной транспорт.	1		Раздел 1 П.4.5.		
18		Психологические основы самозащиты.	1	ОДНКНР			
19		Ситуация криминогенного характера в доме (квартире). Криминогенные ситуации в подъезде.	1				
20		Криминогенные ситуации на улице. Как избежать опасных домогательств и насилия.	1	ОДНКНР	Раздел 1 П. 5.4. 5.5.		
21		Изменение среды обитания. Загрязнение воды.	1		Раздел 1 П.6.1.		
22		Загрязнение воздуха. Загрязнение почвы	1		Раздел 1 . П. 6.2. 6.3.		
23		Фильтрующие гражданские противогазы. Пользование противогазом.	1		Раздел 1 П. 7.1. 7.2.		
24		Детские противогазы	1		Раздел 1 П. 7.3.		
25		Понятие о терроризме. Правила безопасного поведения при обнаружении взрывоопасного предмета.	1	ОДНКНР			
26		Правила безопасного поведения при захвате в заложники и при освобождении заложников сотрудниками спецслужб.	1	ОДНКНР			
	Раздел II.						
27	Основы медицинских знаний и правила оказания первой	Различные виды ранений и их причины. Оказание первой помощи пострадавшему при повреждениях некоторых видов.	1		Раздел 2 П.1.1 П. 1.2.		

	медицинской помощи					
28		Общая характеристика кровотечения.	1		Раздел 2 П.1.3.	
29		Оказание первой медицинской помощи при кровотечениях различных видов.	1		Раздел 2 П.1.4.	
30		Закрепление знаний по теме «Основы медицинских знаний».	1		Раздел 2	
31	Раздел III. Основы здорового образа жизни	Движение и здоровье.	1	ОДНКНР	Раздел 3 Глава 1	
32		Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Телевизор и компьютер ваши друзья и враги	1		Раздел 3 Глава 2 Глава 3	
33		Развитие и изменение организма в вашем возрасте.	1	ОДНКНР	Раздел 3 Глава 4	
34		Физическое и нравственное взросление человека.	1	ОДНКНР	Раздел 3 Глава 5	
35		Отработка действий в условиях возникновения пожара в учебном заведении	1			

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 класс

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Примечания	Домашнее задание
1	Экстремальные ситуации в природе и их причины.	1		Глава 1, § 1.1
2	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях.	1		Глава 1, § 1.2, 1.3
3	Что надо знать о себе, чтобы выжить. Страх.	1	ОДНКНР	Глава 2, § 2.1 - 2.4
4	Внимание. Ощущения и восприятие.	1		Глава 2, § 2.5 - 2.7
5	Память и мышление. Воображение и элементы выживания.	1		Глава 3, § 3.1, 3.2.
6	Влияние характера на поступки в условиях выживания.	1		Глава 3, § 3.3
7	Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях.	1	ОДНКНР	Глава 4, § 4.1

8	Действия при потере ориентировки.	1		Глава 4, § 4.2
9	Способы ориентирования и определение направления движения.	1		Глава 4, § 4.3
10	Ориентирование по Солнцу. Луне, звездам.	1		Глава 4, § 4.3
11	Техника движения в природных условиях.	1		Глава 4, § 4.4
12	Сооружение временного жилища.	1		Глава 4, § 4.5
13	Добывание и использование огня.	1		Глава 4, § 4.6
14	Обеспечение питанием и водой.	1		Глава 4, § 4.7
15	Поиск и приготовление пищи.	1		Глава 4, § 4.8
16	Особенности лыжных, водных и велосипедных походов.	1		Конспект
17	Безопасность на водоемах.	1		Конспект
18	Сигналы бедствия.	1		Глава 4, § 4.9
19	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме.	1	ОДНКНР	Глава 5, § 5.1
20	Акклиматизация в различных природно-климатических условиях.	1		Глава 5, § 5.2, 5.3
21	Коллективные и индивидуальные средства защиты.	1		Глава 6, § 6.1, 6.2
22	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств.	1	ОДНКНР	Конспект
23	Взрывы в местах массового скопления людей.	1		Конспект
24	Средства оказания первой помощи	1		Раздел 2. Глава 1, § 1.1
25	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.	1		Раздел 2. Глава 1, § 1.2, 1.3.
26	Первая помощь при ожогах.	1		Раздел 2. Глава 1, § 1.4
27	Тепловой и солнечный удар.	1		Раздел 2. Глава 1, § 1.5
28	Обморожение и общее охлаждение организма	1		Раздел 2. Глава 1, § 1.6
29	Беда на воде.	1		Раздел 2. Глава 1, § 1.7
30	Закрытые травмы.	1		Раздел 2. Глава 2, § 2.1, 2.2.
31	Способы переноски пострадавших.	1		Раздел 2. Глава 2, § 2.3.
32	Правильное питание – основа здорового образа жизни.	1		Раздел 3. Глава 1, § 1.1, 1.2
33	Значение белков, жиров и углеводов в питании человека	1		Раздел 3. Глава 2, § 2.1 - 2.6
34	Гигиена и культура питания.	1		Раздел 3. Глава 3, § 3.1 - 3.2
35	Особенности подросткового возраста.	1	ОДНКНР	Раздел 3. Глава 4, § 4.1

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 класс

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Примечания	Домашнее задание
1	Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация	1	ОДНКНР	П. 1
2	Землетрясения. Происхождение землетрясений.	1		П.2
3	Землетрясения. ПБП	1		П.3,4
4	Вулканы, извержение вулканов, причины, последствия.	1		П.5,6
5	Оползни. Сели.	1		П.7,8
6	Обвалы. Снежные лавины	1		П.9,10
7	Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин. Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и снежных лавин.	1		П.11,12
8	Ураганы и бури, причины их возникновения. Классификация ураганов, бурь, смерчей	1		П.13,14
9	Последствия ураганов, бурь, смерчей	1		П.15
10	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь, смерчей	1		П.16
11	Наводнения. Виды наводнений и их причины	1		П.17
12	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них.	1	ОДНКНР	П.18
13	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений.	1		П.19
14	Причины и классификация цунами	1		П.20
		1		
15	Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них	1		П.21
16	Правила безопасного поведения при цунами	1		П.22
17	Лесные и торфяные пожары. Причины.	1		П.23

18	Последствия лесных и торфяных пожаров, их тушение и предупреждение	1		П.24
19	Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении	1		П.25
20	Эпидемии	1	ОДНКНР	П.26
21	Эпизоотии и эпифитотии.	1		П.27
22	Человек и стихия.	1	ОДНКНР	П.28
23	Характер и темперамент.	1		П.29 Сост.таб л
24	Оповещение и эвакуация населения при ЧС.	1		Составить текст по образцу
25	Психологическая уравновешенность. Стресс, утомление, переутомление и их влияние на человека	1		П.30
26	Режим труда и отдыха.	1		П.33,34
27	Анатомно - физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1		тетрадь
28	Формирование личности подростка при взаимоотношениях с взрослыми и сверстниками.	1	ОДНКНР	тетрадь
29	Виды и характеристика кровотечений.	1		тетрадь
30	Общие правила оказания первой помощи.	1		тетрадь
31	Оказание первой помощи при наружном кровотечении.	1		Тетрадь
32	Повязка и перевязка. Общие правила наложения повязок.	1		П.31
33	Правила наложение повязок на конечности, голову, грудь	1		П.31
34	Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах	1		П.32
35	Резервный урок	1		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 8 класс

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Примечания	Домашнее задание
1	Производственные аварии и катастрофы.	1	ОДНКНР	Глава 1

2	Аварии на пожаро-и взрывоопасных объектах. Общие сведения о взрыве. Общие сведения о пожаре.	1		Глава 1 §2.1-2.3
3	Причины возникновения пожаров и взрывов и их последствия. Основные поражающие факторы пожара и взрыва.	1		Глава 2 § 2.4, 2.5
4	Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах. Пожары и паника.	1		Глава 2 § 2.6, 2.7
5	Виды аварий на химически опасных объектах.	1		Глава 3 § 3.1
6	Опасные химические и аварийно химически опасные вещества, их поражающие действия на организм человека.	1		Глава 3 § 3.2
7	Причины и последствия аварий на химически опасных объектах. Защита населения от АХОВ.	1		Глава 3 § 3.3,3.4
8	Правила безопасного поведения при авариях с выбросом АХОВ.	1	ОДНКНР	Глава 3 § 3.5
9	Радиация вокруг нас. Виды аварий на радиационно опасных объектах.	1		Глава 4, § 4.1, 4.2
10	Характеристика очагов поражения при авариях на АЭС. Последствия радиационных аварий. Особенности радиоактивного загрязнения местности.	1		Глава 4 § 4.3-4.5
11	Характер поражения людей и животных. Загрязнение с/х растений и продуктов питания.	1		Глава 4 § 4.6
12	Правила безопасного поведения при радиационных авариях.	1		Глава 4 § 4.7
13	Защита населения при радиационных авариях.	1		Глава 4 § 4.8
14	Виды аварий на гидродинамически опасных объектах. Причины гидродинамических аварий и их последствия.	1		Глава 5 § 5.1-5.2
15	Меры по уменьшению последствий аварий на гидродинамически опасных объектах. Правила безопасного поведения при гидродинамических авариях.	1	ОДНКНР	Глава 5 § 5.3-5.4
16	Состояние природной среды и жизнедеятельность человека.	1		Глава 6 § 6.1
17	Изменения состава атмосферы (воздушной среды). Изменения состояния гидросферы (водной среды).	1		Глава 6 § 6.2-6.3
18	Изменение состояния суши (почвы).	1		Глава 6 § 6.4
19	Показатели предельно допустимых воздействий на природу.	1		Глава 6 § 6.5
20	Обобщающий урок по разделу 1.	1		Повторение главы 5
21	Воздействие химических веществ на человека. Первая медицинская помощь при поражении АХОВ удушающего действия.	1		Раздел 2 § 1.1,1.2
22	Первая медицинская помощь при поражении	1		§1.3

	АХОВ общедовитого действия.			
23	ПМП при поражении АХОВ удушающего и общедовитого действия.	1		§ 1.4
24	ПМП при поражении АХОВ нейротропного действия. ПМП при поражении удушающими и нейротропными АХОВ.	1		П.1.5.1.6
25	ПМП при отравлении солями тяжелых металлов и мышьяка.	1	ОДНКНР	П.1.7
26	ПМП при ожогах химическими веществами.	1	ОДНКНР	§ 1.8
27	ПМП при отравлении бытовыми химикатами.	1		§ 2.1
28	ПМП при отравлении минеральными удобрениями.	1		§ 2.2
29	Занятия физкультурой и спортом.	1		Раздел 3 § 1.1
30	Закаливание организма.	1		§ 1.2
31	Правила использования факторов окружающей среды для закаливания организма.	1	ОДНКНР	П.1.3
32	Основы репродуктивного здоровья подростков.	1		П.2.1,2.2
33	Изготовление ватно-марлевой повязки.	1		Изготовит ь повязку
34	Дидактическая игра «Человек – Производство».	1		Повторен ие раздела 3
35	Отработка действий в случае возникновения ЧС, возможной в вашей местности.	1	ОДНКНР	

-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 класс

№ п/п	Тема урока	Кол- во часов	Примеч ания	Домашнее задание
1	Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства.	1	ОДНКН Р	Конспект
2	Угрозы национальной безопасности Российской Федерации.	1		Конспект
3	Международный терроризм как угроза национальной безопасности.	1	ОДНКН Р	Конспект
4	Наркотизм и национальная безопасность.	1	ОДНКН Р	Конспект
5	Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности.	1		Конспект
6	Цели, задачи и структура РСЧС.	1		Глава 1, §1.1, 1.2
7	Режимы функционирования РСЧС.	1		Глава 1, §1.3
8	Силы и средства РСЧС.	1		Глава 1, §1.4
9	Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм.	1	ОДНКН Р	Глава 2, § 2.1, 2.6
10	Защита раненых, больных, потерпевших	1	ОДНКН	Глава 2, §

	кораблекрушение, медицинского и духовного персонала.		Р	2.2, 2.3
11	Защита военнопленных и гражданского населения.	1	ОДНКН Р	Глава 2, § 2.4, 2.5
12	Защита от мошенников.	1		Глава 3, § 3.1
13	Безопасное поведение девушек.	1	ОДНКН Р	Глава 3, § 3.2
14	Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций.	1		Глава 3, § 3.3
15	Причины травматизма и пути их предотвращения.	1		Глава 1, § 1.1
16	Безопасное поведение дома и на улице.	1		Глава 1, § 1.2, 1.5
17	Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом.	1	ОДНКН Р	Глава 1, § 1.3, 1.4
18	Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика.	1		Глава 2, § 2.1
19	Травмы головы, позвоночника и спины.	1		Глава 2, § 2.2
20	Экстренная реанимационная помощь.	1		Глава 3, § 3.1-3.5
21	Основные неинфекционные заболевания.	1		Конспект
22	Здоровье человека.	1		Глава 1, § 1.1
23	Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления.	1	ОДНКН Р	Глава 1, § 1.2, 1.3
24	Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье.	1		Глава 1, § 1.4
25	Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды.	1	ОДНКН Р	Глава 2, § 2.1, 2.4
26	Гигиена питания и воды.	1		Глава 2, § 2.2, 2.3
27	Гигиена жилища и индивидуального строительства.	1		Глава 2, § 2.5, 2.6
28	Физиологическое и психологическое развитие подростков.	1	ОДНКН Р	Глава 3, § 3.1
29	Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции.	1	ОДНКН Р	Глава 4
30	Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях.	1	ОДНКН Р	Глава 3, § 3.2, 3.3
31	Суицидальное поведение в подростковом возрасте.	1	ОДНКН Р	Глава 3, § 3.4
32	Употребление табака.	1	ОДНКН Р	Глава 5, § 5.1
33	Употребление алкоголя.	1	ОДНКН Р	Глава 5, § 5.2
34	Наркомания и токсикомания.	1	ОДНКН	Глава 5, §

			P	5.3
35	Резерв	1		