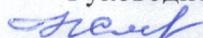


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
Полевского городского округа «Средняя общеобразовательная школа № 18»

«Рассмотрено»

Руководитель ПМК

 / Н.Б. Смекалова

Протокол № 1

от 28.08.2020 г.

«Согласовано»

Зам. директора по УВР

 / Н.В. Калашникова

«Утверждаю»

Т.Г. Тарасова, директор МБОУ

ПГО «СОШ № 18»

Приказ от 31.08.2020г. № 313-Д



**АДАптированная  
РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**  
учебного предмета  
**основы безопасности жизнедеятельности**

**Предметно** - методическая кафедра математики, информатики,  
естественно-научных дисциплин, технологии, физической культуры и ОБЖ

**Уровень обучения:** основное общее образование

**Классы:** 5-9

г. Полевской, 2020

## Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана в соответствии с нормативными документами:

- Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ (с изменениями и дополнениями);

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утв. Приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. N 1897, с изменениями и дополнениями от 29.12.2014, 31.12.2015г.);

- Адаптированная основная образовательная программа основного общего образования (принята на заседании педагогического совета пр.№ 1 от 31.08.2020, приказ от 31.08.2020 № - 302-Д);

- Учебный план уровня основного общего образования (приказ от 31.08.2020 № 313-Д).

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана на основе примерной программы Основы безопасности жизнедеятельности к линии УМК В. Н. Латчука. 5-9 классы: учебно- методическое пособие / авт. -сост. В. Н. Латчук, С. К. Миронов, С.Н. Вангородский, М.А. Ульянова. «Дрофа»

Порядковый номер учебника в Федеральном перечне	Автор/Авторский коллектив	Название учебника	Класс	Издатель учебника	Нормативный документ
1.2.7.2.2.1	Поляков В.В., Кузнецов М.И., Марков В.В. и др.	Основы безопасности жизнедеятельности	5	ДРОФА	Федеральный перечень учебников
1.2.7.2.2.2	Маслов А.Г., Марков В.В., Латчук В.Н. и др.	Основы безопасности жизнедеятельности	6	ДРОФА	
1.2.7.2.2.3	Вангородский С.Н., Кузнецов М.И., Латчук В.Н. и др.	Основы безопасности жизнедеятельности	7	ДРОФА	
1.2.7.2.2.4	Вангородский С.Н., Кузнецов М.И., Латчук В.Н. и др.	Основы безопасности жизнедеятельности	8	ДРОФА	
1.2.7.2.2.5	Вангородский С.Н., Кузнецов М.И., Латчук В.Н. и др.	Основы безопасности жизнедеятельности	9	ДРОФА	

### Общая характеристика курса

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности» представляет собой область научных знаний, охватывающую теорию и практику защиты человека от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера во всех сферах человеческой деятельности.

Структурно в 5 и 6 классах курс представлен двумя модулями (разделами):

- модуль 1 «Основы безопасности личности, общества и государства»;
- модуль 2 «Оказание первой помощи и здоровый образ жизни».

Учебный материал 7, 8 и 9 классов структурирован в три модуля:

- модуль 1 «Основы безопасности личности, общества и государства»;
- модуль 2 «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи»;
- модуль 3 «Основы здорового образа жизни».

**Цель:** формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к вопросам личной безопасности и безопасности окружающих, приобретения знаний и умений в прогнозировании таких ситуаций и определения способов защиты от них, а также получение школьниками необходимых знаний и навыков по оказанию первой помощи и основам здорового образа жизни.

**Задачи:**

- освоение учащимися знаний о здоровом и разумном образе жизни, об опасных и чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении;
- обучение школьников умению предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую помощь;
- развитие у обучаемых качеств личности, необходимых для ведения здорового и разумного образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- воспитание у учащихся культуры безопасности жизнедеятельности, чувства ответственности за личную и общественную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- формирование у школьников антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

### **Место курса в плане внеурочной деятельности**

Учебный предмет ведется с 5 по 9 классы. В 5-7 классах ОБЖ входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений, в 8-9 классах – в обязательную часть учебного плана.

Предмет изучается в объеме 1 час в неделю, в 5-8 классах -35 часов в год, в 9 классах -34 часа в год; всего за уровень обучения – 174 часа.

В 6-7 классах предмет ведется с применением дистанционных технологий и электронного обучения.

Промежуточная аттестация предусмотрена в форме средней арифметической отметки за учебные четверти.

### **Особенности детей с задержкой психического развития**

**Задержка психического развития** - комплекс негрубых нарушений развития моторной, познавательной, эмоционально-волевой сфер, речи, с тенденцией к их компенсации. Понятие «задержка психического развития» (ЗПР) употребляется по отношению к детям с минимальными органическими или функциональными повреждениями центральной нервной системы. Для них характерны незрелость эмоционально-волевой сферы и недоразвитие познавательной деятельности, что делает невозможным овладение программой массовой школы.

Недостаточная выраженность познавательных интересов у детей с ЗПР сочетается с незрелостью высших психических функций, с нарушениями, памяти, с функциональной недостаточностью зрительного и слухового восприятия, с плохой координацией движений. Малая дифференцированность движений кистей рук отрицательно сказывается на продуктивной деятельности - лепке, рисовании, конструировании, письме.

Снижение познавательной активности проявляется в ограниченности запаса знаний об окружающем и практических навыков, соответствующих возрасту и необходимых ребенку при обучении в школе.

Обучение обучающихся с ЗПР реализуется в обычных общеобразовательных классах (инклюзивное образование -это специально организованный образовательный процесс, обеспечивающий ребенку с ОВЗ обучение в среде сверстников в общеобразовательной организации по стандартным программам с учетом его особых образовательных потребностей. Главное в инклюзивном образовании ребенка с ОВЗ – получение образовательного и социального опыта вместе со сверстниками; основной критерий эффективности инклюзивного образования – успешность социализации, введение в культуру, развитие социального опыта ребенка с ОВЗ наряду с освоением им знаний).

### **Коррекционная работа с обучающимися с ОВЗ**

Коррекционная работа осуществляется в ходе всего учебно-образовательного процесса, осуществляется коррекция дефектов психофизического развития обучающихся с ОВЗ и

оказывается помощь в освоении нового материала на уроке и во внеурочной детальности и в освоении адаптированной основной образовательной программы в целом.

Основные подходы к организации учебного процесса для детей с ОВЗ:

1. Подбор заданий, максимально возбуждающих активность ребенка, пробуждающие у него потребность в познавательной деятельности, требующих разнообразной деятельности.

2. Приспособление темпа изучения материала и методов обучения к уровню развития детей с ОВЗ.

3. Индивидуальный подход.

4. Сочетание коррекционного обучения с лечебно-оздоровительными мероприятиями.

5. Повторное объяснение материала и подбор дополнительных заданий;

6. Постоянное использование наглядности, наводящих вопросов, аналогий.

7. Использование многократных указаний, упражнений.

8. Проявление большого такта со стороны учителя.

9. Использование поощрений, повышение самооценки ребенка, укрепление в нем веры в свои силы.

10. Поэтапное обобщение проделанной работы.

11. Использование заданий с опорой на образцы, доступных инструкций.

Основные направления коррекционной работы

1. Коррекционная помощь в овладении базовым содержанием обучения.

2. Развитие эмоционально-личностной сферы и коррекция ее недостатков.

3. Развитие познавательной деятельности и целенаправленное формирование высших психических функций.

4. Развитие зрительно-моторной координации.

5. Формирование произвольной регуляции деятельности и поведения.

6. Коррекция нарушений устной и письменной речи.

7. Обеспечение ребенку успеха в различных видах деятельности с целью предупреждения негативного отношения к учёбе, ситуации школьного обучения в целом, повышения мотивации к школьному обучению.

Система оценки достижения обучающимися с ЗПР планируемых результатов обучения предполагает комплексный подход к оценке результатов образования, позволяющий вести оценку достижения обучающимися всех трех групп результатов образования: личностных, метапредметных и предметных.

Оценка результатов освоения обучающимися с ЗПР осуществляется в соответствии с требованиями ФГОС ООО.

Специальные условия включают:

- особую форму организации аттестации (в малой группе, индивидуальную) с учетом особых образовательных потребностей и индивидуальных особенностей обучающихся с ЗПР;

- привычную обстановку в классе (присутствие своего учителя, наличие привычных для обучающихся опорных материалов: наглядных схем, шаблонов общего хода выполнения заданий);

- присутствие в начале работы этапа общей организации деятельности;

- инструкции с учетом особых образовательных потребностей и индивидуальных трудностей обучающихся с ЗПР;

- увеличение времени на выполнение аттестационной работы;

- упрощение формулировок по грамматическому смысловому оформлению;

- упрощение многозвеньевой инструкции посредством деления ее на короткие смысловые единицы, задающие поэтапность выполнения задания;

- в дополнение к письменной инструкции к заданию, при необходимости, она дополнительно прочитывается педагогом вслух в медленном темпе с четкими смысловыми акцентами;

- при необходимости адаптация текста задания с учетом особых образовательных потребностей и индивидуальных трудностей обучающихся с ЗПР (более крупный шрифт,

- четкое отграничение одного задания от другого; упрощение формулировок задания по грамматическому и семантическому оформлению и др.);
- при необходимости предоставление дифференцированной помощи: стимулирующей (одобрение, эмоциональная поддержка), организующей (привлечение внимания, концентрирование на выполнении работы, напоминание о необходимости самопроверки), направляющей (повторение и разъяснение инструкции к заданию);
  - увеличение времени на выполнение заданий;
  - возможность организации короткого перерыва (10-15 мин) при нарастании в поведении ребенка проявлений утомления, истощения;
- недопустимыми являются негативные реакции со стороны педагога, создание ситуаций, приводящих к эмоциональному травмированию ребенка

### **Планируемые результаты**

ФГОС основного общего образования устанавливает требования к результатам освоения учебного предмета: личностным, метапредметным, предметным.

#### **1. Личностные результаты:**

##### **1.1 Для 5 класса (1 год обучения)**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;

##### **1.2 Для 6 класса (2 год обучения)**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;

##### **1.3 Для 7 класса (3 год обучения)**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;

##### **1.4 Для 8 класса (4 год обучения)**

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

### **1.5 Для 9 класса (5 год обучения)**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;

– формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;

– осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;

– формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребности соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

## **2. Метапредметные результаты:**

### **2.1 Для 5 класса (1 год обучения)**

#### **2.1.1 Коммуникативные**

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

#### **2.1.2 Регулятивные**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе

альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

#### **2.1.3 Познавательные**

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

### **2.2 Для 6 класса (2 год обучения)**

#### **2.2.1 Коммуникативные**

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

#### **2.2.2 Регулятивные**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе

альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

#### **2.2.3 Познавательные**

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

### **2.3 Для 7 класса (3 год обучения)**

#### **2.3.1 Коммуникативные**

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

#### **2.3.2 Регулятивные**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе

альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

#### **2.3.3 Познавательные**

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

### **2.4 Для 8 класса (4 год обучения)**

#### **2.4.1 Коммуникативные**

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

#### **2.4.2 Регулятивные**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе

альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

### **2.4.3 Познавательные**

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской деятельности), устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

## **2.5 Для 9 класса (5 год обучения)**

### **2.5.1 Коммуникативные**

- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий;

- формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли вовремя и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

### **2.5.2 Регулятивные**

- умение самостоятельно планировать пути достижения целей защищённости, в том числе

альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами курса, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в опасных и чрезвычайных ситуациях в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи в области безопасности жизнедеятельности, собственные возможности её решения;

- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

### **2.5.3 Познавательные**

- умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии (например, для классификации опасных и чрезвычайных ситуаций, видов террористической и экстремистской

деятельности), устанавливать причинно- следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;

- умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;

- освоение приёмов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, в том числе оказание первой помощи пострадавшим.

### 3. Предметные результаты освоения учебного предмета:

Тематический блок/модуль	Планируемые предметные результаты	
	Выпускник научится	Выпускник получит возможность научиться
5 класс (1 год обучения)		
Основы безопасности личности, общества и государства	<ul style="list-style-type: none"> <li>• классифицировать и описывать потенциально опасные бытовые ситуации и объекты экономики, расположенные в районе проживания; чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, наиболее вероятные для региона проживания</li> <li>• анализировать и характеризовать причины возникновения различных опасных ситуаций в повседневной жизни и их последствия, в том числе возможные причины и последствия пожаров, дорожно-транспортных происшествий (ДТП), загрязнения окружающей природной среды, чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</li> <li>• выявлять и характеризовать роль и влияние человеческого фактора в возникновении опасных ситуаций, обосновывать необходимость повышения уровня культуры безопасности жизнедеятельности населения страны в современных условиях</li> <li>• формировать модель личного безопасного поведения по соблюдению правил пожарной безопасности в повседневной жизни; по поведению на дорогах в качестве пешехода, пассажира и водителя велосипеда, по минимизации отрицательного влияния на здоровье неблагоприятной окружающей среды</li> <li>• руководствоваться рекомендациями специалистов в области безопасности по правилам безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера</li> <li>• негативно относиться к любым видам террористической и экстремистской деятельности</li> <li>• характеризовать терроризм и экстремизм как социальное явление, представляющее серьёзную угрозу личности, обществу и национальной безопасности России</li> <li>• воспитывать у себя личные убеждения и качества, которые способствуют формированию антитеррористического поведения;</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• проектировать план по повышению индивидуального уровня культуры безопасности жизнедеятельности</li> <li>• формировать личные убеждения, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность</li> <li>• формировать индивидуальные качества, способствующие противодействию экстремизму и терроризму</li> </ul>
Оказание первой помощи и здоровый образ жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• использовать знания о здоровом образе жизни, социальных нормах и законодательстве для выработки</li> </ul>

Тематический блок/модуль	Планируемые предметные результаты	
	Выпускник научится	Выпускник получит возможность научиться
	<p>жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья</li> <li>• классифицировать знания об основных факторах, разрушающих здоровье</li> <li>• характеризовать факторы, потенциально опасные для здоровья и их возможные последствия</li> </ul>	<p>осознанного негативного отношения к любым видам нарушений общественного порядка, употреблению алкоголя и наркотиков, а также к любым видам экстремистской и террористической деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих</li> <li>• готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при отравлении угарным газом и никотином</li> </ul>
<b>6 класс (2 год обучения)</b>		
Основы безопасности личности, общества и государства	<ul style="list-style-type: none"> <li>• добывать и поддерживать огонь в автономных условиях</li> <li>• добывать и очищать воду в автономных условиях</li> <li>• добывать и готовить пищу в автономных условиях</li> <li>• сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях</li> <li>• подавать сигналы бедствия и отвечать на них</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах</li> <li>• готовиться к туристическим поездкам</li> <li>• адекватно оценивать ситуации и безопасно вести в туристических поездках</li> <li>• прогнозировать возможность возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций по их характерным признакам</li> <li>• разрабатывать личный план по охране окружающей природной среды в местах проживания; план самостоятельной подготовки к активному отдыху на природе и обеспечению безопасности отдыха;</li> </ul>
Оказание первой помощи и здоровый образ жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать здоровый образ жизни и его основные составляющие как индивидуальную систему поведения человека в повседневной жизни, обеспечивающую совершенствование его духовных и физических качеств; использовать знания о здоровье и здоровом образе жизни как средство физического совершенствования</li> <li>• анализировать состояние личного здоровья и принимать меры по его сохранению, соблюдать нормы и правила здорового образа жизни для сохранения и укрепления личного здоровья</li> <li>• анализировать возможные последствия неотложных состояний в случаях, если не будет своевременно оказана первая помощь</li> <li>• характеризовать предназначение первой помощи пострадавшим; классифицировать средства, используемые при оказании первой помощи; определять последовательность оказания первой помощи и различать её средства в конкретных ситуациях.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления индивидуального здоровья, в том числе его духовной, физической и социальной составляющих</li> <li>• готовить и проводить занятия по обучению правилам оказания само- и взаимопомощи при наиболее часто встречающихся в природных условиях повреждениях и травмах</li> </ul>

Тематический блок/модуль	Планируемые предметные результаты	
	Выпускник научится	Выпускник получит возможность научиться
<b>7 класс (3 год обучения)</b>		
Основы безопасности личности, общества и государства	<ul style="list-style-type: none"> <li>• различать различные природные явления, которые оказывают влияние на безопасность жизнедеятельности человека</li> <li>• характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества, государства</li> <li>• предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера</li> <li>• классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера</li> <li>• анализировать причины возникновения природных явлений</li> <li>• моделировать выполнение правил безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях природного характера</li> <li>• вырабатывать привычки, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации для минимизации последствий с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;</li> <li>• освоить приемы действий в опасных ситуациях природного характера</li> <li>• составлять алгоритм своего поведения во время чрезвычайных ситуаций природного характера</li> <li>• анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма</li> <li>• предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую деятельность</li> </ul>
Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	<ul style="list-style-type: none"> <li>• отрабатывать приемы оказания первой помощи</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• оказывать первую помощь при неотложных состояниях</li> </ul>
Основы здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>• анализировать состояние своего тела</li> <li>• вырабатывать индивидуальную систему здорового образа жизни</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• анализировать влияние вредных привычек и факторов на состояние своего здоровья</li> </ul>
<b>8 класс (4 год обучения)</b>		
Основы безопасности личности, общества и государства	<ul style="list-style-type: none"> <li>• характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества, государства</li> <li>• составлять алгоритм безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях техногенного характера</li> <li>• безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты</li> <li>• предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера</li> <li>• классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера</li> <li>• безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»</li> <li>• комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• освоить приемы действий в опасных ситуациях техногенного характера</li> <li>• составлять алгоритм своего поведения во время чрезвычайных ситуаций техногенного характера</li> </ul>

Тематический блок/модуль	Планируемые предметные результаты	
	Выпускник научится	Выпускник получит возможность научиться
	<ul style="list-style-type: none"> <li>различать чрезвычайные ситуации техногенного характера в соответствии с их классификацией</li> <li>оказывать само- и взаимопомощь терпящим бедствие на воде</li> <li>анализировать рекомендации специалистов по правилам поведения в чрезвычайных ситуациях техногенного характера</li> <li>анализировать собственные поступки и их влияние на личное благополучие</li> </ul>	
Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	<ul style="list-style-type: none"> <li>отрабатывать приемы оказания первой помощи</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>оказывать первую помощь при неотложных состояниях</li> </ul>
Основы здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>анализировать состояние своего тела</li> <li>вырабатывать индивидуальную систему здорового образа жизни</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>использовать здоровьесберегающие технологии (совокупность методов и процессов) для сохранения и укрепления репродуктивного здоровья.</li> <li>анализировать влияние вредных привычек и факторов на состояние своего здоровья</li> </ul>
<b>9 класс (5 год обучения)</b>		
Основы безопасности личности, общества и государства	<ul style="list-style-type: none"> <li>анализировать информацию различных источников</li> <li>анализировать степень влияния личности на обеспечение национальной безопасности России</li> <li>анализировать влияние человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства</li> <li>формулировать собственную позицию неприятия терроризма в любых его проявлениях</li> <li>классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма</li> <li>адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства</li> <li>адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников</li> <li>классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;</li> <li>классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста</li> <li>классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках</li> <li>готовиться к туристическим поездкам</li> <li>адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;</li> <li>анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;</li> <li>анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;</li> <li>безопасно вести и применять права покупателя</li> <li>анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма</li> <li>предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность</li> </ul>

Тематический блок/модуль	Планируемые предметные результаты	
	Выпускник научится	Выпускник получит возможность научиться
	<ul style="list-style-type: none"> <li>предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей</li> <li>адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей</li> <li>оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации</li> </ul>	
Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи	<ul style="list-style-type: none"> <li>определять состояния оказания неотложной помощи</li> <li>использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи</li> <li>классифицировать средства оказания первой помощи</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи</li> <li>оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях</li> <li>оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях</li> <li>оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности</li> <li>оказывать первую помощь при коме</li> <li>оказывать первую помощь при поражении электрическим током</li> </ul>
Основы здорового образа жизни	<ul style="list-style-type: none"> <li>характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства</li> <li>классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;</li> <li>планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;</li> <li>адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок</li> <li>выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья</li> <li>анализировать состояние своего здоровья</li> <li>вырабатывать отрицательное отношение к приему наркотиков</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья</li> <li>характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;</li> <li>классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;</li> <li>владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности</li> </ul>

## Содержание учебного предмета 5 класс

### Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства

#### Раздел: Личная безопасность в повседневной жизни

**Особенности города как среды обитания человека.** Источники и зоны повышенной опасности в современном городе: городской и общественный транспорт, улицы и дороги, здания и сооружения, подземные коммуникации, строительные площадки, уличное электричество, промышленные предприятия. Правила безопасного поведения в опасных ситуациях.

**Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).** Различные службы помощи: полиция, пожарная охрана, «скорая помощь», служба спасения, коммунальные и

другие службы. Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.

**Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).** Характеристика городского и сельского жилища. Особенности жизнеобеспечения современного дома, квартиры (водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация). Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.

**Пожар.** Опасные факторы пожара, их воздействие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых помещениях. Меры пожарной безопасности в быту. Чего не следует делать при пожаре в квартире (доме). Правила безопасного поведения при пожаре в многоквартирном доме. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Что делать, если в комнате загорелся телевизор. Способы эвакуации из горящего здания. Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими.

**Затопление квартиры.** Причины затопления и его возможные последствия. Меры по предотвращению затопления. Правила поведения при затоплении жилища.

**Электричество.** Основные виды электрических и электронных приборов, используемых в быту. Правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Меры по предотвращению поражения электрическим током.

**Опасные вещества и продукты питания.** Причины, последствия и меры по предотвращению отравления бытовым газом. Правила пользования газовыми приборами. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире, доме. Правила безопасности при употреблении лекарств и пользовании медицинскими приборами; последствия их нарушения. Правила безопасности при пользовании средствами бытовой химии; опасности, возникающие при нарушении этих правил. Правила хранения опасных веществ и средств бытовой химии. Причины отравления продуктами питания и меры профилактики. Действия при первых признаках отравления.

**Взрыв и обрушение дома.** Причины и последствия взрыва. Правила безопасного поведения в случае взрыва в квартире.

**Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи).** Что делать, если в квартире захлопнулась дверь, сломался замок. Правила безопасного поведения в случае потери ключей.

**Опасность толпы.** Чем опасны толпа и паника. Как уцелеть в толпе. Как обезопасить себя при возможности попадания в толпу.

**Собака бывает кусачей.** Правила безопасного поведения при встрече с собакой (на улице, в подъезде). Как действовать при нападении собаки и в случае укуса.

## **Раздел: Безопасность на дорогах и на транспорте**

**Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.** Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Дорога и ее составные части. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Средства безопасности на дороге.

**Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.** Правила безопасного поведения пешеходов на дороге. Правила перехода проезжей части. Правила безопасного поведения пассажиров городского общественного транспорта (автобуса, троллейбуса, трамвая), легкового автомобиля, мотоцикла.

**Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.** Особенности видов городского общественного транспорта и характеристика основных типов аварийных ситуаций на них. Правила безопасного поведения в автобусе (в случае аварии), троллейбусе и трамвае (при нахождении под током). Зоны опасности в метрополитене, их характеристика. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях (остановке в туннеле, падении на пути и т. п.).

Правила безопасного поведения пассажира автомобиля во время поездки, при неизбежном столкновении.

**Железнодорожный транспорт.** Характеристика железнодорожного транспорта. Опасные зоны железнодорожного транспорта. Правила поведения на железнодорожном транспорте (во время ожидания и движения поезда). Правила безопасного поведения пассажиров при крушении поезда; при авариях, связанных со столкновениями и экстренными торможениями; при пожаре в поезде.

**Авиационный транспорт.** Характеристика авиационного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила безопасного поведения на авиационном транспорте. Правила безопасного поведения авиапассажиров при вынужденной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду.

**Морской и речной транспорт.** Характеристика водного транспорта, обеспечение его безопасности. Правила эвакуации с судна. Индивидуальные и групповые средства спасения на водном транспорте. Правила посадки на спасательное средство (шлюпку, надувной плот). Правила пользования спасательным жилетом. Что делать, если человек упал за борт судна.

### **Раздел: Опасные ситуации социального характера**

**Психологические основы самозащиты.** Язык жестов, уверенность и спокойствие как способ самозащиты. Настрой на самозащиту. Действия в опасных ситуациях: что нужно делать, а чего не следует.

**Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.** Меры по повышению безопасности жилища. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенной ситуации в доме (квартире): звонок в дверь; дверь пытаются открыть (взломать); когда вы вернулись домой, дверь открыта. Подъезд и лифт как зоны криминогенной опасности; способы ее избежать. Правила безопасного поведения в случае нападения в подъезде или лифте.

**Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.** Общие сведения о зонах криминогенной опасности: безлюдные окраины города (населенного пункта); глухие зоны парков и скверов; места массового скопления людей и т. д. Безопасное поведение с незнакомыми взрослыми и подростками. Меры предосторожности.

**Как избежать опасных домогательств.** Что считается домогательством. Правила безопасного поведения во избежание домогательств. Как вести себя, если что-либо подобное произошло. Кто может помочь в такой ситуации (родители, служба психологической помощи и т. п.).

**Правила поведения при захвате в заложники.** Понятие о заложнике. Возможные места и причины (террористическая акция, выкуп) захвата. Меры по предотвращению захвата в заложники. Правила безопасного поведения при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в транспортном средстве или месте массового пребывания людей.

### **Раздел: Загрязнение среды обитания**

**Загрязнение воды.** Роль воды на Земле (в природе, промышленности, быту). Неоправданный расход воды. Причины и последствия загрязнения воды. Способы очистки воды в домашних условиях.

**Загрязнение воздуха.** Изменения в атмосфере и состав воздуха. Причины и последствия загрязнения воздуха (кислотные дожди, потеря здоровья). Меры по улучшению экологической обстановки в городе. Что нужно делать, чтобы дышать чистым воздухом.

**Загрязнение почвы.** Понятие об опустынивании. Причины и последствия опустынивания. Накопление в почве вредных веществ.

### **Раздел: Средства индивидуальной защиты органов дыхания**

**Фильтрующие противогазы.** Назначение фильтрующих гражданских противогазов. Модели гражданских противогазов (ГП-7, ГП-7В, ПДФ-2Ш). Составные части противогаза. Определение размера противогаза и подготовка его к эксплуатации.

**Пользование противогазом.** Ношение, проверка, надевание, снятие. Положения противогаза («походное», «наготове», «боевое»); перевод в «боевое» положение.

### **Модуль: Оказание первой помощи и здоровый образ жизни**

#### **Раздел: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

**Виды ранений, их причины и первая помощь.** Причины ранений. Понятие о ране. Общие признаки ранений. Виды ран по размеру, глубине, характеру кровотечения и т. д. Признаки закрытых повреждений. Правила оказания первой помощи при различных видах ран.

**Общая характеристика кровотечений.** Наружное и внутреннее кровотечения. Виды кровотечений по характеру поврежденного сосуда (венозное, артериальное, смешанное, капиллярное).

**Первая помощь при кровотечении.** Основные способы временной остановки кровотечения. Правила наложения кровоостанавливающего жгута и давящей повязки. Правила применения индивидуального перевязочного пакета. Остановка кровотечения максимальным сгибанием, приданием конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровотечении из носа.

#### **Раздел: Основы здорового образа жизни**

**Движение и здоровье.** Благоприятное воздействие движения на организм человека. Развитие опорно-двигательного аппарата. Негативное воздействие недостатка и избытка движения на здоровье человека.

**Нарушения осанки и причины их возникновения.** Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки.

**Телевизор и компьютер — друзья или враги?** Влияние компьютера и телевизора на здоровье детей. Правила безопасности при просмотре телевизионных передач. Меры по предотвращению негативных последствий при работе на персональном компьютере.

**Развитие и изменение организма в вашем возрасте.** Развитие человеческого организма. Характеристика некоторых факторов, которые влияют на рост и вес подростков. Интенсивное развитие в период полового созревания (работа сальных и потовых желез).

**Физическое и нравственное взросление человека.** Почему важно заботиться о здоровье в подростковом возрасте. Состояние влюбленности; в чем она может проявляться. Как реагировать на ее проявления.

### **6 класс**

#### **Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства**

##### **Раздел: Экстремальные ситуации в природных условиях**

**Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях.** Понятие об опасной и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе (смена климатогеографических условий, резкое изменение природных условий, требующие экстренной медицинской помощи заболевания или повреждения, вынужденное автономное существование) и их причины. Наиболее распространенные случаи вынужденного автономного существования: потеря ориентировки на местности, отставание от группы, авария транспортного средства в малонаселенной местности. Понятие о выживании.

**Факторы и стрессоры выживания в природных условиях.** Причины, влияющие на поведение человека, — факторы выживания. Группы факторов выживания: личностные, природные, материальные, постприродные. Понятие о стрессорах выживания. Различные стрессоры и способы их побороть.

**Психологические основы выживания в природных условиях.** Свойства человеческой психики, помогающие выживать. Как развивать в себе полезные способности и черты (внимание и наблюдательность, ощущение и восприятие, память и мышление, установку на выживание). Как воспользоваться ими в условиях вынужденного автономного существования.

**Страх — главный психологический враг.** Страх и его негативное влияние на человека в опасной ситуации. Паника и оцепенение как опасные состояния. Способы побороть страх.

Как работа над собой повышает шансы выжить в экстремальных ситуациях. Систематическое воспитание воли.

**Подготовка к походу и поведение в природных условиях.** Основные способы избежать экстремальных ситуаций в природных условиях. Подготовка к походу: обеспечение безопасности, распределение обязанностей, продуктов и снаряжения, выбор маршрута. Правила безопасного поведения на природе: соблюдение дисциплины, передвижение группой, внимательность, бережное отношение к природе, соблюдение границ полигона, поиск и запоминание ориентиров.

**Надежные одежда и обувь — важное условие безопасности.** Требования к одежде и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью (проветривание и просушивание) в походе. Особенности подготовки к походу в зимнее время.

**Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях.** Основные правила поведения в экстремальной ситуации. Правила поведения в случае аварии самолета или автомобиля, при стихийном бедствии. Принятие решения двигаться к населенному пункту или оставаться на месте. Правила безопасного поведения: оборудование аварийного лагеря, назначение командира, распределение обязанностей, предотвращение конфликтов.

**Действия при потере ориентировки.** Основные правила поведения в случае, когда человек заблудился. Как вспомнить пройденный путь, оценить расстояние до источников звука и света, воспользоваться маркировкой маршрутов. Чего нельзя делать, если вы заблудились. Определение направления по встреченным дорогам и тропам, ручьям и рекам. Выход к населенному пункту в зимнее время по лыжне. Определение направления выхода при отставании в походе от группы.

**Способы ориентирования и определение направления движения.** Ориентирование по компасу, по собственной тени, по звездам, по часам. Ориентирование по местным признакам: таянию снега, густоте травы, влажности земли, строению муравейника, расположению мхов и т. д. Движение по азимуту с использованием двух ориентиров,

**Техника движения в природных условиях.** Правила безопасного движения по склонам холмов и гор, вдоль ручья. Способы переправы через реку. Особенности передвижения в зимнее время: по снегу, руслам замерзших рек, по льду. Преодоление заболоченных участков.

**Сооружение временного жилища, добывание и использование огня.** Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временного жилища в летнее и зимнее время (шалаш, навес, иглу). Особенности укрытий в горах. Выбор места и правила разведения костра (в том числе в ненастную погоду и зимнее время). Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров и их назначение. Способы разжигания и сохранения огня.

**Обеспечение питанием и водой.** Чувство голода и обеспечение питанием из резервов природы. Обеспечение водой из водоемов, снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования.

**Поиск и приготовление пищи.** Кипячение воды и приготовление растительной пищи при отсутствии посуды. Способы приготовления на костре корней и клубней, рыбы, мелких животных. Основные правила рыбалки.

**Особенности лыжных, водных и велосипедных походов.** Подготовка к лыжным походам: тренировки, выбор одежды и обуви, группового снаряжения. Правила безопасного поведения в водном походе. Подготовка к велосипедному походу, основные правила безопасности.

**Безопасность на водоемах.** Виды опасности на воде. Правила безопасного поведения на зимних водоемах (при передвижении по льду). Правила безопасного поведения на водоемах летом (при купании).

**Сигналы бедствия.** Способы подачи сигналов бедствия. Специальные знаки международной кодовой таблицы символов. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств.

## **Раздел: Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме**

**Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме.** Понятие о дальнем и международном туризме. Факторы, влияющие на его безопасность (заболевания, травматизм, стихийные бедствия, политическая ситуация в стране пребывания и др.).

**Акклиматизация в различных природно-климатических условиях.** Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Рекомендации по адаптации к смене часовых поясов и климата. Акклиматизация в условиях жаркого климата, горной местности, Севера.

### **Раздел: Безопасность в чрезвычайных ситуациях**

**Коллективные и индивидуальные средства защиты.** Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Что запрещено при нахождении в убежище. Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза на исправный в условиях зараженного воздуха.

**Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств.** Правила безопасного поведения при захвате. Порядок действий во время операции по освобождению заложников.

**Взрывы в местах массового скопления людей.** Места массового скопления людей. Проявление бдительности как мера предотвращения терактов. Признаки установки взрывного устройства. Правила безопасного поведения при непосредственной угрозе взрыва и после него.

### **Модуль: Оказание первой помощи и здоровый образ жизни**

#### **Раздел: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи**

**Средства оказания первой помощи.** Аптечка первой помощи (походная). Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и средствами оказания первой помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи.

**Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.** Укусы насекомых и их последствия для организма человека. Оказание первой помощи при укусах ядовитого насекомого. Как уберечься от укуса клеща и вызываемого им энцефалита. Признаки укуса ядовитой змеей и правила оказания первой помощи укушенному. Меры предосторожности от укусов ядовитых змей.

**Первая помощь при ожогах.** Термический ожог. Степени ожогов и их признаки. Первая помощь при ожогах кожи. Солнечный ожог, его признаки и первая помощь при нем.

**Тепловой и солнечный удар.** Понятие о тепловом и солнечном ударе. Признаки теплового и солнечного удара. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе. Меры предупреждения их наступления.

**Обморожения и общее охлаждение организма.** Понятие об обморожении. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении.

**Беда на воде.** Причины бедствий на воде. Признаки утопления. Оказание первой помощи при утоплении.

**Закрытые травмы.** Понятие о травме. Виды закрытых травм (ушиб, растяжение, разрыв, вывих, перелом, сдавление). Причины, вызывающие каждый вид травмы, признаки травм и оказание первой помощи.

**Способы переноски пострадавших.** Способы переноски (на шесте, носилках, в рюкзаке и др.). Изготовление переносных приспособлений.

#### **Раздел: Основы здорового образа жизни**

**Правильное питание — основа здорового образа жизни.** Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Калорийность продуктов питания. Суточная потребность человека в калориях. Соотношение расхода энергии к потребляемым калориям, избыток и недостаток их в рационе. Сбалансированное питание.

**Значение белков, жиров и углеводов в питании человека.** Белки, жиры и углеводы, их функция и содержащие их продукты. Витамины и их роль в развитии человека. Основные источники витаминов и минеральных веществ. Потребность подростка в воде.

**Гигиена и культура питания.** Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Важность соблюдения культуры питания и основные правила этикета.

**Особенности подросткового возраста.** Развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Изменение поведения. Как отстаивать свою точку зрения. Взаимоотношения с родителями.

## 7 класс

### Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства

**Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.** Понятие об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Опасные природные явления, характерные для нашей страны.

#### Раздел: Землетрясения

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

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

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

#### Раздел: Вулканы

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

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

#### Раздел: Оползни, сели, обвалы и снежные лавины

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

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

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

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

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

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

#### **Раздел: Ураганы, бури, смерчи**

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

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

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

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

#### **Раздел: Наводнения**

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

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

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

#### **Раздел: Цунами**

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

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

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

#### **Раздел: Природные пожары**

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

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

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

**Раздел: Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений**

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

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

**Раздел: Психологические основы выживания в чрезвычайных условиях природного характера**

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

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

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

**Модуль: Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи**

**Раздел: Наложение повязок и помощь при переломах**

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

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

**Модуль: Основы здорового образа жизни**

**Раздел: Режим учёбы и отдыха подростка**

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

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

**8 класс**

**Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства**

**Раздел: Производственные аварии и катастрофы**

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

техногенного характера, их классификация и характеристика (транспортные аварии, аварии с выбросом биологически опасных веществ, аварии на электроэнергетических и коммунальных системах, обрушения зданий и сооружений и др.).

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

### **Раздел: Пожары и взрывы**

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

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

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

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

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

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

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

### **Раздел: Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ**

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

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

**Причины и последствия аварий на химически опасных объектах.** Причины химических аварий и их возможные последствия. Понятие об очаге химического поражения и

зонах химического заражения. Характеристика зон химического поражения, их глубина и форма. Стойкость аварийно химически опасных веществ.

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

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

#### **Раздел: Аварии с выбросом радиоактивных веществ**

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

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

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

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

#### **Раздел: Гидродинамические аварии**

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

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

#### **Раздел: Чрезвычайные ситуации на транспорте**

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

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

### **Раздел: Чрезвычайные ситуации экологического характера**

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

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

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

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

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

### **Модуль: Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи**

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

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

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

### **Модуль: Основы здорового образа жизни**

**Физическая культура и закаливание.** Влияние физических упражнений на развитие растущего организма. Развитие необходимых физических качеств. Составляющие хорошей физической формы. Пути развития сердечно-дыхательной выносливости, мышечной силы, гибкости и скоростных качеств. Понятие о закаливании. Роль закаливания в профилактике

простудных заболеваний. Принципы закаливания. Факторы окружающей среды, применяемые для закаливания организма: воздушные и солнечные ванны, закаливание водой.

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

## 9 класс

### Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства

#### Раздел: Современный комплекс проблем безопасности

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

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

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

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

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

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

#### **Раздел: Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)**

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

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

#### **Раздел: Международное гуманитарное право**

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

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

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

#### **Раздел: Безопасное поведение в криминогенных ситуациях**

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

**Безопасное поведение девушек.** Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Безопасное поведение девушек при столкновении с молодыми и взрослыми хулиганами, уголовниками и лицами, находящимися в нетрезвом состоянии. Правила поведения девушки в обществе мужчины: в незнакомом месте; при возникновении угрозы или опасности насилия. Подручные средства самообороны и способы самозащиты. Наиболее уязвимые части тела.

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

**Модуль: Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи**

**Раздел: Профилактика травм в старшем школьном возрасте**

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

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

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

**Раздел: Основы медицинских знаний**

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

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

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

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

**Модуль: Основы здорового образа жизни**

**Раздел: Здоровье и здоровый образ жизни**

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

**Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления.** Понятие о здоровом образе жизни. Основные

компоненты здорового образа жизни: двигательная активность, рациональное питание, закаливание, режим труда и отдыха; их характеристика. Теории оздоровления.

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

#### **Раздел: Личная гигиена**

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

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

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

#### **Раздел: Физиологические и психологические особенности подростка**

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

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

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

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

#### **Раздел: Факторы, разрушающие здоровье человека**

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

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

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

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

### **Тематическое планирование**

#### **5 класс**

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
<b>Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства</b>						
1	Личная безопасность в повседневной жизни	11		1		1
2	Безопасность на дорогах и на транспорте	7		1		1
3	Опасные ситуации социального характера	4				
4	Загрязнение среды обитания	3				1
5	Средства индивидуальной защиты органов дыхания	2		1		
<b>Модуль: Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</b>						
6	Основы медицинских знаний и оказание первой помощи	3		1		
7	Основы здорового образа жизни	5				1
	Итого	35		4		4

#### 6 класс

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
<b>Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства</b>						
1	Экстремальные ситуации в природных условиях	18		2		1
2	Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме	2				
3	Безопасность в чрезвычайных ситуациях	3				1
<b>Модуль: Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</b>						
4	Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи	8		2		1
5	Основы здорового образа жизни	4				1
	Итого	35		4		4

#### 7 класс

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
<b>Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства</b>						
1	Понятие о чрезвычайных ситуациях	1				

	природного характера и их классификация.					
2	Землетрясения	3				1
3	Вулканы	2				
4	Обвалы, оползни и сели	6				1
5	Ураганы, бури, смерчи	4				
6	Наводнения	3				
7	Цунами	3				
8	Природные пожары	3				1
9	Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений	2				
10	Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера	3				
<b>Модуль: Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</b>						
11	Наложение повязок и помощь при переломах	3		2		1
<b>Модуль: Основы здорового образа жизни</b>						
12	Режим учёбы и отдыха подростка	2				
	Итого	35		2		4

### 8 класс

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
<b>Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства</b>						
1	Производственные аварии и катастрофы	2				
2	Взрывы и пожары	7		1		1
3	Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ	7		2		1
4	Аварии с выбросом радиоактивных веществ	5				1
5	Гидродинамические аварии	2				
6	Чрезвычайные ситуации на транспорте	2				
7	Чрезвычайные ситуации экологического характера	5				
<b>Модуль: Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</b>						
11	Правила оказания первой помощи при отравлениях	3				1

<b>Модуль: Основы здорового образа жизни</b>						
12	Основы здорового образа жизни	2				
	Итого	35		3		4

### 9 класс

№ п/п	Название раздела (блока)	Кол-во часов на изучение раздела (блока)	Из них кол-во часов, отведенных на практическую часть и контроль			
			лабор. раб.	практ. раб.	сочинен.	контр. раб.
<b>Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства</b>						
1	Современный комплекс проблем безопасности	5				1
2	Организация Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	2				
3	Международное гуманитарное право	3				1
4	Безопасное поведение в криминогенных ситуациях	3				
<b>Модуль: Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</b>						
5	Профилактика травм в старшем школьном возрасте	3				1
6	Основы медицинских знаний	4				
<b>Модуль: Основы здорового образа жизни</b>						
7	Здоровье и здоровый образ жизни	3				
8	Личная гигиена	3				
9	Физиологические и психологические особенности организма подростка	4				
10	Факторы, разрушающие здоровье человека	4				1
	Итого	34				4

### Календарно-тематическое планирование

#### 5 класс

№ урока	Количество часов	Тема урока	Дата проведения		Примечание
			по плану	по факту	
<b>Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства</b>					
<b>Раздел: Личная безопасность в повседневной жизни</b>					
1	1	Особенности города как среды обитания человека.			
2	1	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).			
3	1	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).			

4	1	Пожар			
5	1	Затопление квартиры.			
6	1	Электричество.			
7	1	Опасные вещества и продукты питания.			
8	1	Взрыв и обрушение дома.			
9	1	Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи).			
10	1	Опасность толпы.			
11	1	Действия при нападении собаки.			
<b>Раздел: Безопасность на дорогах и на транспорте</b>					
12	1	Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.			
13	1	Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.			
14	1	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.			
15	1	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.			
16	1	Железнодорожный транспорт.			
17	1	Авиационный транспорт.			
18	1	Морской и речной транспорт.			
<b>Раздел: Опасные ситуации социального характера</b>					
19	1	Психологические основы самозащиты от злоумышленников.			
20	1	Ситуации криминогенного характера в доме (в квартире) и подъезде.			
21	1	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.			
22	1	Правила поведения при захвате в заложники.			
<b>Раздел: Загрязнение среды обитания</b>					
23	1	Загрязнение воды.			
24	1	Загрязнение воздуха.			
25	1	Загрязнение почвы.			
<b>Раздел: Средства индивидуальной защиты органов дыхания</b>					
26	1	Фильтрующие противогазы.			
27	1	Пользование противогазом.			
<b>Модуль: Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</b>					
<b>Раздел: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>					
28	1	Виды ранений, их причины и первая помощь.			
29	1	Общая характеристика кровотечений.			
30	1	Первая помощь при кровотечении.			
<b>Раздел: Основы здорового образа жизни</b>					
31	1	Движение и здоровье.			
32	1	Нарушения осанки и причины их возникновения.			
33	1	Телевизор и компьютер – друзья или враги?			

34	1	Развитие и изменение организма в вашем возрасте.			
35	1	Физическое и нравственное взросление человека.			Промежуточная аттестация-средняя арифметическая отметка за учебные четверти

### 6 класс

№ урока	Количество часов	Тема урока	Дата проведения		Примечание
			по плану	по факту	
<b>Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства</b>					
<b>Раздел: Экстремальные ситуации в природных условиях</b>					
1	1	Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях.			Курс ведется дистанционно
2	1	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях.			
3	1	Психологические основы выживания в природных условиях.			
4	1	Страх – главный психологический враг.			
5	1	Подготовка к походу и поведение в природных условиях.			
6	1	Надежные одежда и обувь – важные условия безопасности.			
7	1	Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях.			
8	1	Действия при потере ориентировки.			
9	1	Способы ориентирования и определение направления движения.			
10	1	Топографические знаки и карты.			
11	1	Техника движения в природных условиях.			
12	1	Сооружение временного жилища			
13	1	Добывание и использование огня.			
14	1	Обеспечение питанием и водой.			
15	1	Поиск и приготовление пищи.			
16	1	Особенности лыжных, водных, и велосипедных походов.			
17	1	Безопасность на водоёмах.			
18	1	Сигналы бедствия.			
<b>Раздел: Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме</b>					
19	1	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме.			

20	1	Акклиматизация в различных природно-климатических условиях.			
<b>Раздел: Безопасность в чрезвычайных ситуациях</b>					
21	1	Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем.			
22	1	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств.			
23	1	Взрывы в местах массового скопления людей.			
<b>Модуль: Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</b>					
<b>Раздел: Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи</b>					
24	1	Средства оказания первой помощи.			
25	1	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.			
26	1	Первая помощь при ожогах.			
27	1	Тепловой и солнечный удар.			
28	1	Обморожение и общее охлаждение организма.			
29	1	Беда на воде.			
30	1	Закрытые травмы.			
31	1	Способы переноски пострадавших.			
<b>Раздел: Основы здорового образа жизни</b>					
32	1	Правильное питание – основа здорового образа жизни человека.			
33	1	Значение белков, жиров и углеводов в питании человека.			
34	1	Гигиена и культура питания.			
35	1	Особенности подросткового возраста.			Промежуточная аттестация-средняя арифметическая отметка за учебные четверти

### 7 класс

№ урока	Количество часов	Тема урока	Дата проведения		Примечание
			по плану	по факту	
<b>Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства</b>					
<b>Раздел: Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.</b>					
1	1	Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.			Курс ведется дистанционно

<b>Раздел: Землетрясения</b>					
2	1	Происхождение и классификация землетрясений.			
3	1	Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь.			
4	1	Правила безопасного поведения при землетрясениях.			
<b>Раздел: Вулканы</b>					
5	1	Общее понятие о вулканах.			
6	1	Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов.			
<b>Раздел: Обвалы, оползни и сели</b>					
7	1	Оползни.			
8	1	Сели (селевые потоки).			
9	1	Обвалы.			
10	1	Снежные лавины, условия для возникновения лавин.			
11	1	Последствия оползней, селей, обвалов, лавин.			
12	1	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и снежных лавин.			
<b>Раздел: Ураганы, бури, смерчи</b>					
13	1	Происхождение и виды ураганов, бурь и смерчей.			
14	1	Классификация ураганов, бурь и смерчей.			
15	1	Последствия ураганов, бурь и смерчей, и меры по уменьшению ущерба от них.			
16	1	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей.			
<b>Раздел: Наводнения</b>					
17	1	Виды наводнений.			
18	1	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них.			
19	1	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений.			
<b>Раздел: Цунами</b>					
20	1	Причины и классификация цунами.			
21	1	Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них.			
22	1	Правила безопасного поведения при цунами.			
<b>Раздел: Природные пожары</b>					
23	1	Причины природных пожаров и их классификация.			
24	1	Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение.			
25	1	Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении.			

<b>Раздел: Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений</b>					
26	1	Эпидемии эпизоотии и эпифитотии.			
27	1	Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений.			
<b>Раздел: Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера</b>					
28	1	Человек и стихия.			
29	1	Характер и темперамент.			
30	1	Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии.			
<b>Модуль: Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</b>					
<b>Раздел: Наложение повязок и помощь при переломах</b>					
31	1	Правила наложения повязок.			
32	1	Первая помощь при переломах, переноска пострадавших.			
33	1	Способы иммобилизации конечностей.			
<b>Модуль: Основы здорового образа жизни</b>					
<b>Режим учёбы и отдыха подростка</b>					
34	1	Режим – необходимое условие здорового образа жизни.			
35	1	Профилактика переутомления и содержание режима дня.			Промежуточная аттестация-средняя арифметическая отметка за учебные четверти

### 8 класс

№ урока	Количество часов	Тема урока	Дата проведения		Примечание
			по плану	по факту	
<b>Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства</b>					
<b>Раздел: Производственные аварии и катастрофы</b>					
1	1	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация.			
2	1	Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них.			
<b>Раздел: Взрывы и пожары</b>					
3	1	Аварии на пожаро - и взрывоопасных объектах.			
4	1	Общие сведения о взрыве и пожаре.			
5	1	Классификация пожаров.			
6	1	Причины взрывов и пожаров, их последствия.			
7	1	Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов.			
8	1	Правила безопасного поведения при взрывах и пожарах.			
9	1	Пожары и паника.			
<b>Раздел: Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ</b>					

10	1	Виды аварий на химически опасных объектах.			
11	1	Аварийно химически опасные вещества и их поражающее действие на организм человека.			
12	1	Аварийно химически опасные вещества и их поражающее действие на организм человека.			
13	1	Причины и последствия аварий на химически опасных объектах.			
14	1	Защита населения от аварийно химически опасных веществ.			
15	1	Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ.			
16	1	Использование средств индивидуальной защиты.			
<b>Раздел: Аварии с выбросом радиоактивных веществ</b>					
17	1	Радиация вокруг нас.			
18	1	Аварии на радиационно опасных объектах.			
19	1	Последствия радиационных аварий.			
20	1	Защита от радиационных аварий.			
21	1	Использование средств дозиметрического контроля.			
<b>Раздел: Гидродинамические аварии</b>					
22	1	Аварии на гидродинамически опасных объектах, их причины и последствия.			
23	1	Защита от гидродинамических аварий.			
<b>Раздел: Чрезвычайные ситуации на транспорте</b>					
24	1	Автомобильные аварии катастрофы.			
25	1	Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов.			
<b>Раздел: Чрезвычайные ситуации экологического характера</b>					
26	1	Состояние природной среды и жизнедеятельность человека.			
27	1	Изменение состава атмосферы (воздушной среды).			
28	1	Изменение состава гидросферы (водной среды).			
29	1	Изменение состояния суши (почвы).			
30	1	Нормативы предельно допустимых воздействий на природу.			
<b>Модуль: Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</b>					
<b>Раздел: Правила оказания первой помощи при отравлениях</b>					
31	1	Первая помощь при массовых поражениях.			
32	1	Первая помощь при поражении аварийно химическими опасными веществами.			
33	1	Первая помощь при бытовых отравлениях.			

<b>Модуль: Основы здорового образа жизни</b>					
<b>Раздел: Основы здорового образа жизни</b>					
34	1	Физическая культура и закаливание.			
35	1	Семья в современном обществе.			Промежуточная аттестация-средняя арифметическая отметка за учебные четверти

### 9 класс

№ урока	Количество часов	Тема урока	Дата проведения		Примечание
			по плану	по факту	
<b>Модуль: Основы безопасности личности, общества и государства</b>					
<b>Раздел: Современный комплекс проблем безопасности</b>					
1	1	Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства.			
2	1	Угрозы национальной безопасности Российской Федерации			
3	1	Международный терроризм как угроза национальной безопасности.			
4	1	Наркотизм и национальная безопасность.			
5	1	Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности.			
<b>Раздел: Организация Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)</b>					
6	1	Цели, задачи и структура РСЧС.			
7	1	Режимы функционирования, силы и средства РСЧС.			
<b>Раздел: Международное гуманитарное право</b>					
8	1	Правила безопасного поведения при взрывах и пожарах.			
9	1	Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала.			
10	1	Защита военнопленных и гражданского населения.			
<b>Раздел: Безопасное поведение в криминогенных ситуациях</b>					
11	1	Защита от мошенников.			
12	1	Безопасное поведение девушек.			
13	1	Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтной ситуации.			
<b>Модуль: Основы медицинских знаний и правила оказания первой медицинской помощи</b>					
<b>Раздел: Профилактика травм в старшем школьном возрасте</b>					
14	1	Причины травматизма и пути его предотвращения.			
15	1	Безопасное поведение дома и на улице.			

16	1	Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом.			
<b>Раздел: Основы медицинских знаний</b>					
17	1	Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика.			
18	1	Травмы головы, позвоночника и спины.			
19	1	Экстренная реанимационная помощь.			
20	1	Основные неинфекционные заболевания.			
<b>Модуль: Основы здорового образа жизни</b>					
<b>Раздел: Здоровье и здоровый образ жизни</b>					
21	1	Здоровье человека.			
22	1	Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления.			
23	1	Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье.			
<b>Раздел: Личная гигиена</b>					
24	1	Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды.			
25	1	Гигиена питания и воды.			
26	1	Гигиена жилища и индивидуального строительства.			
<b>Раздел: Физиологические и психологические особенности организма подростка</b>					
27	1	Физиологическое и психологическое развитие подростка.			
28	1	Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции.			
29	1	Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях.			
30	1	Суицидальное поведение в подростковом возрасте.			
<b>Раздел: Факторы, разрушающие здоровье человека</b>					
31	1	Курение табака и его влияние на здоровье.			
32	1	Опасность употребление алкоголя.			
33	1	Наркомания и токсикомания.			
34	1	Заболевания, передающиеся половым путём.			Промежуточная аттестация-средняя арифметическая отметка за учебные четверти

**Критерии оценивания обучающихся по основам безопасности жизнедеятельности.**  
Сообщение в устной или письменной форме (ответ на уроке).

**Высокий уровень (оценка "5"):**

ученик показывает глубокое и полное знание и понимание всего объема программного материала; полное понимание сущности рассматриваемых понятий, явлений и закономерностей, теорий, взаимосвязей;

ученик умеет составить полный и правильный ответ на основе изученного материала; выделять главные положения, самостоятельно подтверждать ответ конкретными примерами,

фактами; самостоятельно и аргументировано делать анализ, обобщения, выводы. Устанавливать межпредметные (на основе ранее приобретенных знаний) и внутрипредметные связи, творчески применять полученные знания в незнакомой ситуации. Последовательно, чётко, связно, обоснованно и безошибочно излагать учебный материал; давать ответ в логической последовательности с использованием принятой терминологии; делать собственные выводы; формулировать точное определение и истолкование основных понятий, законов, теорий; при ответе не повторять дословно текст учебника; излагать материал литературным языком; правильно и обстоятельно отвечать на дополнительные вопросы учителя. Самостоятельно и рационально использовать наглядные пособия, справочные материалы, учебник, дополнительную литературу, первоисточники; применять систему условных обозначений при ведении записей, сопровождающих ответ; использование для доказательства выводов из наблюдений и опытов;

ученик самостоятельно, уверенно и безошибочно применяет полученные знания в решении проблем на творческом уровне; допускает не более одного недочёта, который легко исправляет по требованию учителя; имеет необходимые навыки работы с приборами, чертежами, схемами и графиками, сопутствующими ответу; записи, сопровождающие ответ, соответствуют требованиям.

#### ***Повышенный уровень (оценка "4"):***

ученик показывает знания всего изученного программного материала. Дает полный и правильный ответ на основе изученных теорий; незначительные ошибки и недочёты при воспроизведении изученного материала, определения понятий дал неполные, небольшие неточности при использовании научных терминов или в выводах и обобщениях из наблюдений и опытов; материал излагает в определенной логической последовательности, при этом допускает одну негрубую ошибку или не более двух недочетов и может их исправить самостоятельно при требовании или при небольшой помощи преподавателя; в основном усвоил учебный материал; подтверждает ответ конкретными примерами; правильно отвечает на дополнительные вопросы учителя;

ученик умеет самостоятельно выделять главные положения в изученном материале; на основании фактов и примеров обобщать, делать выводы, устанавливать внутрипредметные связи. Применять полученные знания на практике в видоизменённой ситуации, соблюдать основные правила культуры устной речи и сопровождающей письменной, использовать научные термины;

ученик не обладает достаточным навыком работы со справочной литературой, учебником, первоисточниками (правильно ориентируется, но работает медленно). Допускает негрубые нарушения правил оформления письменных работ.

#### ***Базовый уровень (оценка "3"):***

ученик усвоил основное содержание учебного материала, имеет пробелы в усвоении материала, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала;

ученик материал излагает несистематизированно, фрагментарно, не всегда последовательно;

ученик показывает недостаточную сформированность отдельных знаний и умений; выводы и обобщения аргументирует слабо, допускает в них ошибки.

ученик допустил ошибки и неточности в использовании научной терминологии, определения понятий дал недостаточно четкие;

ученик не использовал в качестве доказательства выводы и обобщения из наблюдений, фактов, опытов или допустил ошибки при их изложении;

ученик испытывает затруднения в применении знаний, необходимых для решения задач различных типов, при объяснении конкретных явлений на основе теорий и законов, или в подтверждении конкретных примеров практического применения теорий;

ученик отвечает неполно на вопросы учителя (упуская и основное), или воспроизводит содержание текста учебника, но недостаточно понимает отдельные положения, имеющие важное значение в этом тексте;

ученик обнаруживает недостаточное понимание отдельных положений при воспроизведении текста учебника (записей, первоисточников) или отвечает неполно на вопросы учителя, допуская одну-две грубые ошибки.

**Низкий уровень (оценка "2"):**

ученик не усвоил и не раскрыл основное содержание материала;

ученик не делает выводов и обобщений.

ученик не знает и не понимает значительную или основную часть программного материала в пределах поставленных вопросов;

ученик имеет слабо сформированные и неполные знания и не умеет применять их к решению конкретных вопросов и задач по образцу;

ученик при ответе (на один вопрос) допускает более двух грубых ошибок, которые не может исправить даже при помощи учителя.

Примечание.

По окончании устного ответа учащегося педагогом даётся краткий анализ ответа, объявляется мотивированная оценка. Возможно привлечение других учащихся для анализа ответа, самоанализ, предложение оценки.

**Материально-техническое обеспечение**

- Кабинет ОБЖ
- Стрелковый тир
- Компьютер
- Интерактивная доска
- Магнитная доска
- Принтер
- Комплект видеоматериалов по тематике ОБЖ
- Комплект наглядных пособий
- Макеты
- Медицинское имущество

**Список литературы**

*Альтшулер В. М.* Наркомания: дорога в бездну: кн. для учителей и родителей / В. М. Альтшулер, А. В. Надеждин. – М.: Просвещение, 2000.

Армия государства Российского и защита Отечества / под ред. В. В. Смирнова. – М.: Просвещение, 2004.

*Байер К.* Здоровый образ жизни / К. Байер, Л. Шейнберг; пер. с англ. – М.: Мир, 1997.

Большой энциклопедический словарь. – М.: Большая Российская энциклопедия; СПб.: Норинт, 1997.

Военное законодательство Российской империи (кодекс русского Военного права). – М.: Военный университет, 1996.

Военный энциклопедический словарь. – М.: Военное издательство, 1983.

Гражданская защита. Энциклопедия. В 4 т. / под ред. С. К. Шойгу. – М.: Московская типография №2, 2006.

Здоровая семья / пер. с англ. М. Г. Лунко, Д. А. Иванова. – М.: Крон-Пресс, 1994.

*Игнатенко А. А.* Кто покушается на твои права и свободы...: пособие для учащихся / А. А. Игнатенко. – М.: Просвещение, 2010.

Когда не один противостоишь злу...: пособие для учащихся. – М.: Просвещение, 2010.

Краткая медицинская энциклопедия. В 2 т. / главный ред. Академик РАМН В. И. Покровский. – М.: Медицинская энциклопедия: Крон-Пресс, 1994.

*Лях В. И.* Физическая культура: 8-9 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под ред. В. И. Ляха. – М.: Просвещение, 2012.

*Мардерфельд В. Л.* 500 тестов по учебному курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: пособие для учителя / В. Л. Мардерфельд. – СПб.: Просвещение, 2004.

*Мардерфельд В. Л.* Раздаточные материалы по учебному курсу «Основы безопасности жизнедеятельности»: пособие для учителя / В. Л. Мардерфельд. – М.: Просвещение, 2004.

*Макеева А. Г.* Все цвета, кроме чёрного: педагогическая профилактика наркотизма школьников: метод. пособие для учителя: 7-9 кл. / А. Г. Макеева. – М.: Просвещение, 2005.

*Макеева А. Г.* Все цвета, кроме чёрного: семейная профилактика наркотизма школьников: кн. для родителей / А. Г. Макеева. – М.: Просвещение, 2005.

Основы безопасности жизнедеятельности: справочник / [А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, Э. Н. Аюпов; под общ. ред. А. Т. Смирнова]. – М.: Просвещение, 2007.

Основы формирования культуры безопасности жизнедеятельности населения / [Ю. Л. Воробьёв, В. А. Тучков, Р. А. Дурнев; под общ. ред. Ю. Л. Воробьёва]. – М.: Деловой экспресс, 2006.

*Петров С. В.* Первая помощь в экстремальных ситуациях: практическое пособие / С. В. Петров, В. Г. Бубнов. – М.: Изд-во НИЦ ЭНАС, 2000.

Противодействие терроризму: учеб.-метод. пособие / под общ. ред. Ю. С. Паткевича. – Ижевск: Удмуртия, 2004.

*Рыбин А. Л.* Дорожное движение: безопасность пешеходов, пассажиров, водителей: пособие для учащихся: 5-9 кл. / А. Л. Рыбин, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

*Рыбин А. Л.* Безопасность дорожного движения. Учеб.-наглядное пособие для учащихся 5-9 кл. В 2 ч. (24 плаката) / А. Л. Рыбин, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

*Рыбин А. Л.* Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 5-9 кл. / А. Л. Рыбин, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

*Рыбин А. Л.* Обучение правилам дорожного движения: пособие для учителя: 10-11 кл. / А. Л. Рыбин, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под общ. ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2008.

*Сальникова И. В.* «Свой?» - «Чужой?» А стоит ли делить?: пособие для учащихся / И. В. Сальникова. – М.: Просвещение, 2010.

*Смирнов А. Т.* Основы безопасности жизнедеятельности: метод. рекомендации: 5-11 кл. / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2010.

*Смирнов А. Т.* Основы безопасности жизнедеятельности: тестовый контроль: 10-11 кл. / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2010.

*Смирнов А. Т.* Основы безопасности жизнедеятельности. 10 кл. Учеб. для общеобразоват. учреждений. В 2 ч. Ч. 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни / А. Т. Смирнов, Б. И. Мишин, П. В. Ижевский; под ред. А. Т. Смирнова. – 8-е изд. – М.: Просвещение, 2011.

*Смирнов А. Т.* Основы безопасности жизнедеятельности: 10 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2012.

*Смирнов А. Т.* Основы безопасности жизнедеятельности: 11 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А. Т. Смирнов, Б. О. Хренников; под ред. А. Т. Смирнова. – 4-е изд. – М.: Просвещение, 2012.

Терроризм. Это должен знать каждый: рекомендации, разработанные Службой по борьбе с терроризмом Управления ФСБ России / под ред. А. А. Кокорева. – М.: Изограф, 2000.

Физическая культура: 5-7 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / под ред. М. Я. Виленского. – М.: Просвещение, 2011.

*Хренников Б. О.* Основы безопасности жизнедеятельности: сб. ситуативных задач: 10-11 кл. / Б. О. Хренников, Р. А. Дурнев, М. В. Маслов; под ред. А. Т. Смирнова. – М.: Просвещение, 2010.

Чрезвычайные ситуации: энциклопедия школьника / под общ. ред. С. К. Шойгу. – М., 2004.

Энциклопедия для детей. Т. 3. География / сост. С. Т. Исмаилова. – М.: Аванта+, 1994.

Энциклопедия для детей. Т. 4. Геология / сост. С. Т. Исмаилова. – М.: Аванта+, 1995.