

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение  
средняя общеобразовательная школа №37.

Согласовано на заседании  
МС МАОУ СОШ №37  
протокол № 1 от 26.08.2019 г.  
председатель МС  
 Горбачева О.Л.

Принято педагогическим советом  
МАОУ СОШ №37  
протокол №12 от 26.08.2019

Утверждена и введена в  
действие  
Приказ № 348 от 30.08.2019 г.  
Директор МАОУ СОШ №37  
Иванов А.В.



**АДАптированная рабочая программа  
по учебному предмету  
«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»  
для слабовидящих обучающихся  
(вариант 4.1)**

на основе авторской программы  
«Основы безопасности жизнедеятельности» В. Н. Латчука, В. В.  
Маркова, М. И. Кузнецова

Составитель:  
Преподаватель-организатор ОБЖ Просин А.С.

Томск  
2019

**АДАптиРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ОСНОВАМ ОСНОВЫ  
БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ**  
для слабовидящих обучающихся  
(вариант 4.1)

**Пояснительная записка**

Данная адаптированная программа «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-9 классов составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 г. № 273 - ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями);
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 г. № 1897 (в ред. Приказов Минобрнауки от 29.12.2014г. № 1644 от 31.12.2015 г. № 1577);
- Приказ Минпросвещения России от 28.12.2018 № 345 «О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
- Требований Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России;
- Фундаментального ядра содержания общего образования;
- Программы развития и формирования универсальных учебных действий для основного общего образования;
- - Письмо Департамента государственной политики в сфере воспитания детей и молодежи
- «О направлении методических рекомендаций» №09-1762 от 18.08.2017г.
- - Фундаментальное ядро содержания общего образования.
- - Концепция духовно - нравственного развития и воспитания личности гражданина России.
- - Санитарно-эпидемиологическими правилами и нормативами СанПиН 2.4.2.2821-10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утвержденными постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010г. № 189 (с изменениями и дополнениями от 29 июня 2011 г., 25 декабря 2013 г., 24 ноября 2015 г. № 81).
- - Концепция преподавания учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности»
- в образовательных организациях Российской Федерации, реализующих основные общеобразовательные программы (утверждена решением Коллегии Министерства просвещения и науки РФ от 24.12.2018 года);
- - Примерная основная образовательная программа основного общего образования (одобрена решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол от 8 апреля 2015 г. № 1/15).
- - Письмо Минобр. и науки РФ от 07 августа 2015 года № 08-1228 «Методические рекомендации по вопросам введения ФГОС ООО».
- Рабочей программы Основы безопасности жизнедеятельности : рабочая программа 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. — 4-е

изд., перераб. — М. : Дрофа, 2017. — 102, [2] с.

- Программа развития МАОУ СОШ № 37 г. Томска
- Адаптированная основная образовательная программа основного общего образования (вариант 4.1) МАОУ СОШ № 37 г. Томска.
- Основная образовательная программа среднего общего образования МАОУ СОШ № 37 г. Томска.
- Устав МАОУ СОШ № 37 г. Томска

В адаптированной рабочей программе учтены идеи и положения Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, Программы развития и формирования универсальных учебных действий, междисциплинарных программ основного общего образования, которые обеспечивают формирование российской гражданской идентичности, овладение ключевыми компетенциями, составляющими основу для саморазвития и непрерывного образования, целостность общекультурного, личностного и познавательного развития обучающихся и коммуникативных качеств личности.

В основу рабочей программы положена авторская программа, разработанная В.Н. Латчуком, С.К. Мироновым, С.Н. Вангородским, М.А. Ульяновой, которая обеспечена учебнометодическим комплексом (ОБЖ: Учебник для 5,6,7,8,9 класса. Москва: Издательство: «Дрофа».); методическими рекомендациями (Основы безопасности жизнедеятельности. 5,6,7,8,9 класс. Методические рекомендации к курсу.

Программа разработана В. Н. Латчуком (руководитель), С. К. Мироновым, С. Н. Вангородским, М. А. Ульяновой в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного Министерством образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897 и Примерной программой, подготовленной в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения».

В рабочей программе реализованы требования Конституции Российской Федерации и федеральных законов Российской Федерации «О безопасности», «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности дорожного движения», «О радиационной безопасности населения», «О пожарной безопасности», «Об экологической безопасности», «О санитарноэпидемиологическом благополучии населения», Стратегии национальной безопасности Российской Федерации.

В своей предметной ориентации предлагаемая программа направлена на достижение следующих целей:

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;
- антиэкстремистское и антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека; – отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал образовательного учреждения, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций школьников.

### **Психолого-педагогическая характеристика слабовидящих обучающихся**

Слабовидение связано со значительным нарушением функционирования зрительной системы вследствие её поражения. Слабовидение характеризуется, прежде всего, показателями остроты зрения лучше видящего глаза в условиях оптической коррекции от 0,05-0,4. Так же слабовидение может быть обусловлено нарушением другой базовой зрительной функции - поля зрения. Общим признаком у всех слабовидящих обучающихся выступает недоразвитие сферы чувственного познания, что приводит к определённым, изменениям в психическом и физическом развитии, трудностям становления личности, к затруднениям предметно-пространственной и социальной адаптации.

Несмотря на достаточно низкую остроту зрения и нестабильность зрительных функций, ведущим в учебно-познавательной деятельности данной группы обучающихся выступает зрительный анализатор.

Обучающимся данной группы характерно: снижение общей и зрительной работоспособности; замедленное формирование предметно-практических действий; замедленное овладение письмом и чтением, что обусловливается нарушением взаимодействия зрительной и глазодвигательной систем, снижением координации движений, их точности, замедленным темпом формирования зрительного образа буквы, трудностями зрительного контроля; затруднение выполнения зрительных заданий, требующих согласованных движений глаз, многократных переводов взора с объекта на объект; возникновение трудностей в овладении измерительными навыками, выполнение заданий, связанных со зрительно-моторной координацией, зрительно-пространственным анализом и синтезом и др.

В условиях слабовидения наблюдается обедненность чувственного опыта, обусловленная не только снижением функций зрения и различными клиническими проявлениями, но и недостаточным развитием зрительного восприятия и психомоторных образований.

У слабовидящих может наблюдаться снижение двигательной активности, своеобразие физического развития (нарушение координации, точности, объема движений, нарушение сочетания движений глаз, головы, тела, рук и др.), в том числе трудности формирования двигательных навыков.

При слабовидении наблюдается своеобразие становления и протекания познавательных процессов, что проявляется в: снижении скорости и точности зрительного восприятия, замедленности становления зрительного образа, сокращении и ослаблении ряда свойств зрительного восприятия (объем, целостность, константность, обобщенность, избирательность и др.); снижении полноты, целостности образов, широты круга отображаемых предметов и явлений; трудностях реализации мыслительных операций, в развитии основных свойств внимания.

Слабовидящим характерны затруднения: в овладении пространственными представлениями, в процессе микро- и макроориентировки, в словесном обозначении пространственных отношений; в формировании представлений о форме, величине, пространственном местоположении предметов; в возможности дистантного восприятия и развития обзорных возможностей; в темпе зрительного анализа.

Слабовидящим характерно своеобразие речевого развития, проявляющееся в некотором снижении динамики и накопления языковых средств, выразительных движений, слабой связи речи с предметным содержанием. У них наблюдаются

особенности формирования речевых навыков, недостаточный запас слов, обозначающих признаки предметов и пространственные отношения; трудности вербализации зрительных впечатлений, овладения языковыми (фонематический состав, словарный запас, грамматический строй) и неязыковыми (мимика, пантомимика, интонация) средствами общения, осуществления коммуникативной деятельности (трудности восприятия, интерпретации, продуцирования средств общения).

У слабовидящих обучающихся наблюдается снижение общей познавательной активности, что затрудняет своевременное развитие различных видов деятельности, в том числе сенсорно-перцептивной, которая в условиях слабовидения проходит медленнее по сравнению с обучающимися, не имеющими ограничений по возможностям здоровья.

Кроме того, слабовидящим характерны трудности, связанные с качеством выполняемых действий, автоматизацией навыков, осуществлением зрительного контроля над выполняемыми действиями, что особенно ярко проявляется в овладении учебными умениями и навыками.

У слабовидящих отмечается снижение уровня развития мотивационной сферы, регуляторных (самоконтроль, самооценка, воля) и рефлексивных образований (начало становления «Я-концепции», развитие самоотношения). У них могут формироваться следующие негативные качества личности: недостаточная самостоятельность, безынициативность, иждивенчество.

У части обучающихся данной группы слабовидение сочетается с другими поражениями (заболеваниями) детского организма, что снижает их общую выносливость, психоэмоциональное состояние, двигательную активность, обуславливая особенности их психофизического развития.

Особые образовательные потребности слабовидящих обучающихся

В структуру особых образовательных потребностей слабовидящих входят, с одной стороны, образовательные потребности, свойственные для всех обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, с другой, характерные только для слабовидящих.

К общим потребностям относятся:

- получение специальной помощи средствами образования;
- использование специальных средств обучения (в том числе и специализированных компьютерных технологий), обеспечивающих реализацию «обходных» путей обучения;
- индивидуализация обучения требуется в большей степени, чем для обучающихся, не имеющих ограничений по возможностям здоровья;
- обеспечение особой пространственную и временную организацию образовательной среды.

**К особым образовательным потребностям, характерным для слабовидящих обучающихся, относятся:**

- целенаправленное обогащение чувственного опыта через активизацию, развитие, обогащение зрительного восприятия и всех анализаторов;
- руководство зрительным восприятием;
- расширение, обогащение и коррекция предметных и пространственных представлений, формирование и расширение понятий;
- развитие познавательной деятельности слабовидящих как основы компенсации, коррекции и профилактики нарушений, имеющих у данной группы обучающихся;
- систематическое и целенаправленное развитие логических приемов переработки учебной информации;
- обеспечение доступности учебной информации для зрительного восприятия слабовидящих обучающихся;

- учет в организации обучения и воспитания слабовидящего обучающегося: зрительного диагноза (основного и дополнительного), возраста и времени нарушения зрения, состояния основных зрительных функций, возможности коррекции зрения с помощью оптических средств и приборов, режима зрительных и физических нагрузок;
  - учет темпа учебной работы слабовидящих обучающихся;
  - увеличение времени на выполнение практических работ;
  - введение в образовательную среду коррекционно-развивающего тифлопедагогического сопровождения;
  - постановка и реализация на общеобразовательных уроках и внеклассных мероприятиях целевых установок, направленных на коррекцию отклонений в развитии и профилактику возникновения вторичных отклонений в развитии слабовидящего;
  - активное использование в учебно-познавательном процессе речи как средства компенсации нарушенных функций;
    - целенаправленное формирование умений и навыков зрительной ориентировки в микро и макропространстве;
    - создание условий для развития у слабовидящих обучающихся инициативы, познавательной и общей активности, в том числе за счет привлечения к участию в различных (доступных) видах деятельности;
    - повышение коммуникативной активности и компетентности;
    - физическое развитие слабовидящих с учетом его своеобразия и противопоказаний при определенных заболеваниях, повышение двигательной активности;
    - поддержание и наращивание зрительной работоспособности слабовидящего обучающегося в образовательном процессе;
    - поддержание психофизического тонуса слабовидящих;
    - совершенствование и развитие регуляторных (самоконтроль, самооценка) и рефлексивных (самоотношение) образований.

#### **Индивидуальные особые образовательные потребности:**

- Особая форма организации аттестации (в малой группе, индивидуально) с учетом особых образовательных потребностей и индивидуальных особенностей обучающихся;
  - Привычная обстановка в классе;
  - Адаптирование инструкции с учетом особых образовательных потребностей и индивидуальных трудностей обучающихся (упрощение формулировок по грамматическому и семантическому оформлению (упрощение многозвеньевой инструкции посредством деления ее на короткие смысловые единицы, задающие поэтапность выполнения задания, дополнительное прочтение педагогом письменной инструкции вслух в медленном темпе с четкими смысловыми акцентами);
    - Адаптирование текста задания с учетом особых образовательных потребностей и индивидуальных трудностей обучающихся (крупный шрифт, четкое отграничение одного задания от другого, упрощение формулировок задания по грамматическому и семантическому оформлению);
    - При необходимости предоставление дифференцированной помощи стимулирующей (одобрение, эмоциональная поддержка), организующей (привлечение внимания, концентрирование на выполнение работы, напоминание о необходимости самопроверки), направляющей (повторное разъяснение инструкции к заданию);
      - Увеличение времени на выполнение заданий
      - Возможность организации короткого перерыва (10-15 мин.) при нарастании в поведении ребенка проявлений утомления, истощения
      - Исключение негативных реакций со стороны педагога, недопустимость ситуаций, приводящих к эмоциональному травмированию ребенка.

### **Коррекционные задачи:**

- Осуществлять коррекционную помощь в овладении базовым содержанием обучения.
- Корректировать нарушения устной речи, коррекция и профилактика нарушения чтения и письма.
- Развивать сознательное использование языковых средств в различных коммуникативных ситуациях с целью реализации полноценных социальных контактов с окружающими.
- Обеспечить обучающемуся успех в различных видах деятельности, с целью предупреждения негативного отношения к учебе, ситуации школьного обучения в целом, повышения мотивации к школьному обучению.

### **Общая характеристика курса**

Изучение основ безопасности жизнедеятельности в основной школе направлено на достижение следующих целей:

- усвоение учащимися правил безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- понимание ими важности укрепления, сохранения и защиты своего здоровья как личной и общественной ценности;
- уяснение и принятие учащимися достижений гражданского общества: права человека, правовое государство, семейные ценности, справедливость и ответственность органов власти;
- антиэкстремистское и антитеррористическое мышление и поведение учащихся, их нетерпимость к действиям и намерениям, представляющим угрозу для жизни человека;
- отрицательное отношение учащихся к приему психоактивных веществ, в том числе наркотиков, табакокурению и употреблению алкогольных напитков;
- готовность и стремление учащихся к нравственному самосовершенствованию.

Организация и проведение занятий по предлагаемой программе позволяют эффективно использовать образовательный и воспитательный потенциал образовательного учреждения, создать благоприятные условия для личностного и познавательного развития учащихся, обеспечивают формирование важнейших компетенций школьников.

Курс предназначен для решения следующих задач:

- 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.

Структурно в 5 и 6 классах курс представлен двумя разделами:

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

Учебный материал 7, 8 и 9 классов структурирован в три раздела:  
раздел 1 «Основы безопасности личности, общества и государства»;  
раздел 2 «Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи»;  
раздел 3 «Основы здорового образа жизни».

Понятийная база и содержание курса полностью соответствуют Конституции Российской Федерации, федеральным законам и нормативным правовым документам Российской Федерации, в том числе Федеральному государственному образовательному стандарту основного общего образования, утвержденному приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 года № 1897.

### **Место курса в учебном плане**

В соответствии с Примерной программой, подготовленной в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», изучение предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в системе основного общего образования может осуществляться вариативно. Данная рабочая программа скорректирована с учетом возможностей образовательного учреждения, местных условий, региональных, национальных и этнокультурных традиций.

### **1. Планируемые результаты изучения учебного предмета**

В соответствии с реализуемой ФГОС ООО деятельностной парадигмой образования система планируемых результатов строится на основе уровневого подхода: выделения ожидаемого уровня актуального развития большинства обучающихся и ближайшей перспективы их развития. Такой подход позволяет определять динамическую картину развития обучающихся, поощрять продвижения обучающихся, выстраивать индивидуальные траектории движения с учётом зоны ближайшего развития ребёнка.

#### **Личностные результаты:**

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



– развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

– формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;

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

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

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

#### **Метапредметные результаты:**

– умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;

– умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

– умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;

– умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;

– овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;

– умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;

– умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;

– освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

– умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;

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

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

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

#### **Предметные результаты:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

#### **Выпускник научится:**

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

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

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

Выпускник получит возможность научиться:

- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;

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

## **2. Содержание учебного предмета**

5 класс

Основы безопасности личности, общества и государства

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся определять источники и зоны повышенной опасности в современном городе. Изучают правила безопасного поведения в этих зонах.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся различать службы обеспечения безопасности в соответствии с их предназначением. Приобретают навыки их вызова. Учатся правильно действовать по сигналу оповещения «Внимание всем!»

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся распознавать опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). Изучают меры безопасности в быту.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают причины пожаров в жилых и общественных зданиях, правила безопасного поведения и способы эвакуации. Моделируют ситуации, требующие знания правил пожарной безопасности. Учатся правильно применять первичные средства пожаротушения

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают причины затопления дома (квартиры). Осваивают правила профилактики и порядок действий при затоплении

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают и осваивают правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают и осваивают правила безопасного обращения со средствами бытовой химии, лекарственными препаратами и газовыми приборами, меры по профилактике пищевых отравлений.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Приобретают знания о причинах взрывов и обрушений домов. Получают навыки безопасного поведения.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Осваивают правила безопасного поведения в нестандартных ситуациях.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают основные положения Правил дорожного движения.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Осваивают правила безопасного поведения пешеходов и пассажиров.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Осваивают правила безопасного поведения при аварийных ситуациях в автобусе, троллейбусе, автомобиле и метро.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Осваивают правила безопасного поведения при авариях на железнодорожном транспорте.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Осваивают правила безопасного поведения в салоне самолета и при аварийных ситуациях на авиационном транспорте.

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,

наддувной плот). Правила пользования спасательным жилетом. Что делать, если человек упал за борт судна.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Осваивают правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на морском и речном транспорте.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Вырабатывают у себя психологические качества уверенного человека.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся правильно действовать при возникновении ситуаций криминогенного характера в доме, квартире и подъезде.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся правильно действовать в криминогенных ситуациях на улице и не допускать в отношении себя опасных домогательств.

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.).

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся правильно действовать в криминогенных ситуациях на улице и не допускать в отношении себя опасных домогательств.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Осваивают правила поведения при захвате в заложники и меры по предотвращению таких захватов.

Загрязнение среды обитания

Современная экологическая ситуация в мире (уничтожение лесов, загрязнение воды, разрушение озонового слоя). Почему важно охранять природу.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся оценивать состояние окружающей среды, планировать и выполнять мероприятия по защите здоровья в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

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. Положения противогаза («походное», «наготове», «боевое»); перевод в «боевое» положение. Правила пользования противогазом (ношение, проверка, надевание, снятие).

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают назначение и устройство гражданских и детских противогазов. Получают практические навыки пользования противогазом.

Оказание первой помощи и здоровый образ жизни

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Приобретают знания об основных видах ранений, их причинах и правилах оказания первой помощи

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают знания о видах кровотечений и их особенностях.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся останавливать кровотечения, применяя различные способы в зависимости от вида кровотечения и места травмы.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Объясняют значение двигательной активности для укрепления здоровья.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о видах, причинах и последствиях нарушения осанки. Учатся предупреждать нарушения 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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся соблюдать правила безопасности при просмотре телепередач и при использовании компьютером.

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).

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о закономерностях развития организма в подростковом возрасте. Учатся правильно выполнять гигиенические мероприятия по уходу за своим телом.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Формируют у себя потребность в соблюдении норм здорового образа жизни как способа укрепления и сохранения здоровья.

## **6 класс**

Основы безопасности личности, общества и государства

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о стихийных бедствиях, экстремальных ситуациях в природных условиях и их причинах.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о факторах и стрессорах выживания. Учатся преодолевать стрессоры выживания.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о психических познавательных процессах. Учатся управлять психическими познавательными процессами в экстремальных условиях и вырабатывать у себя психологическую установку на выживание.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о страхе и паническом поведении. Приобретают навыки по формированию волевых качеств, необходимых для преодоления страха.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Приобретают навыки, связанные с подготовкой к походу. Учатся правильно выполнять правила безопасности в природных условиях.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся подбирать одежду и обувь для похода и правильно ухаживать за ними в походных условиях.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают правила поведения в экстремальных ситуациях в природной среде.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся правильно действовать при порете ориентировки и отставании 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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Обучаются определять стороны света различными способами и двигаться по азимуту.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Знакомятся с техникой передвижения по различной местности, переправы через водоемы и преодоления болот.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о видах временных жилищ и способах их возведения. Учатся выбирать место для костра, добывать огонь и разводить костер, соблюдая правила пожарной безопасности.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление и навыки добывания воды и пищи в условиях 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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Приобретают знания и получают навыки приготовления пищи в полевых условиях.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Знакомятся с правилами организации, проведения и безопасности лыжных, водных и велосипедных походов.

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).

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают правила безопасного поведения на водоемах летом и зимой.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают правила передачи сигналов бедствия. Получают практические навыки в изготовлении и применении простейших сигнальных средств.

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.). Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о факторах, влияющих на безопасность туризма. Изучают правила безопасного поведения туристов в зарубежных и внутренних поездках.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают влияние смены различных климатогеографических условий на состояние человека и основные правила адаптации к этим условиям.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о видах защитных сооружений, их устройстве и порядке заполнения. Изучают правила поведения в убежище и пользования поврежденным противогазом.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают правила безопасного поведения людей, захваченных в качестве заложников в различных транспортных средствах.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают признаки, указывающие на возможную установку взрывного устройства, правила поведения при обнаружении этих признаков, при непосредственной угрозе взрыва и после взрыва.

Оказание первой помощи и здоровый образ жизни

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся правильно комплектовать походную аптечку средствами оказания первой помощи и при необходимости оказывать первую помощь, используя лекарственные растения.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся оказывать первую помощь при укусах насекомых и 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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают термические и солнечные ожоги, их воздействие на организм человека. Учатся оказывать первую помощь при термических и солнечных ожогах.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о тепловом и солнечном ударе. Изучают правила профилактики и оказания первой помощи.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Приобретают знания о причинах и признаках обморожения и общем охлаждении организма. Учатся правильно оказывать первую помощь.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся оказывать первую помощь 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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о видах и признаках закрытых травм. Учатся оказывать первую помощь при закрытых травмах.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Обучают различным способам переноски пострадавших с использованием подручных средств.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об основах правильного питания.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Приобретают знания о значении белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ для организма человека.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Узнают о гигиенических требованиях к питанию и режиме питания. Учатся соблюдать правила этикета при приеме пищи.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об особенностях своего развития и поведения. Учатся учитывать эти особенности при общении с окружающими людьми.

Правила безопасного поведения на дороге

Опасность на дороге. Как ее избежать. Понятие «дорожные ловушки». Передвижение через регулируемые и нерегулируемые перекрестки. Способы регулирования движения на дороге (шоссейной, железнодорожной).

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся просчитывать и избегать опасные места на дороге. Подавать и понимать сигналы регулировщика.

Выполнение законных требований – путь к дорожной безопасности. Обязанности велосипедиста, осмотр велосипеда перед выездом, его устройство, способы удаления неисправностей. Подача сигналов на дороге. Фигурное вождение велосипеда.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают практические и теоретические знания велосипедиста.

## **7 класс**

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об опасных природных явлениях, стихийных бедствиях, чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификации.

Землетрясения

Из истории землетрясений.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Приобретают знания о происхождении, причинах и классификации землетрясений.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о магнитуде и интенсивности землетрясений, их последствиях и мерах по снижению ущерба.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся определять признаки приближающегося землетрясения и правильно действовать при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время землетрясения и после него

Вулканы

Из истории извержений вулканов.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о вулканах и причинах их извержения.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Узнают о последствиях вулканических извержений. Учатся правильно действовать при заблаговременном оповещении об извержении вулкана, во время и после извержения.

Оползни, сели, обвалы и снежные лавины

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

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о происхождении, причинах и классификации 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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о происхождении, причинах и классификации селей.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о происхождении, причинах и классификации обвалов.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о происхождении, причинах и классификации лавин.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

. Узнают о поражающих факторах и последствиях от оползней, селей, обвалов и снежных лавин. Изучают рекомендации для населения, проживающего в оползне-, селе-, обвало- и лавиноопасных 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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают правила безопасного поведения при угрозе, во время и после схода селя, оползня, обвала и снежной лавины.

Ураганы, бури, смерчи

Из истории ураганов, бурь, смерчей.

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



Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об ураганах, бурях, смерчах, циклонах и причинах их возникновения.

Получают представление о происхождении, причинах и классификации оползней

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о классификации ураганов, бурь и смерчей.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Узнают о последствиях ураганов, бурь и смерчей, и меры по снижению ущерба от них.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают правила безопасного поведения при приближении, во время и после урагана, бури и смерчи.

Наводнения

Из истории наводнений.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о происхождении, причинах и классификации наводнений.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Узнают о последствиях наводнений и мерах по снижению ущерба от них.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении, при внезапном наводнении и после наводнения.

Цунами

Из истории цунами.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о происхождении, причинах и классификации цунами.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Узнают о поражающих факторах цунами и мерах по снижению 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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Узнают о признаках, свидетельствующих о приближении цунами. Изучают правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, при внезапном приходе цунами и после прохождения волны.

Природные пожары

Из истории лесных пожаров.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о классификации природных пожаров, узнают о причинах возгорания лесов и торфяников.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают поражающие факторы, способы тушения и меры по предупреждению природных пожаров.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают правила безопасного поведения во время природных пожаров и фактические действия при тушении небольшого лесного пожара.

Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений

Из истории инфекционных заболеваний.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о массовых инфекционных заболеваниях 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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают мероприятия по предупреждению инфекционных заболеваний людей, животных, по защите сельскохозяйственных растений. В повседневной жизни соблюдают правила личной гигиены.

Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о значении психологической подготовленности человека для выживания в чрезвычайной ситуации. Учатся владеть основными способами повышения своей психологической подготовленности.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Узнают о типах темперамента человека и влиянии характера на поведение в опасных и чрезвычайных ситуациях. Определяют свой тип темперамента.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Узнают о негативном влиянии внезапного стихийного бедствия на психику человека. Выполняют рекомендации по психологической подготовке к действиям в чрезвычайных ситуациях.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи

Наложение повязок и помощь при переломах

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают средства перевязки и правила наложения повязок. Тренируются в практическом наложении повязок на верхние и нижние конечности.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают особенности открытых и закрытых переломов, способы наложения шин и переноски пострадавших. Практически тренируются в наложении шин и переноске пострадавших.

Основы здорового образа жизни

Режим учебы и отдыха подростка

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся правильно сочетать труд и отдых в режиме дня.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся составлять и соблюдать режим дня таким образом, чтобы не допустить утомления и переутомления.

Правила безопасного поведения на дороге

Движение пешеходов. Обязанности пассажиров и правила перевозки людей.

Общие правила безопасного поведения пассажира на различных видах транспорта, велосипедиста на дороге. Перевозка людей в различных видах транспорта. Дорожные знаки, разметка. Сигналы регулировщика.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся соблюдать правила безопасного поведения пассажира, пешехода и велосипедиста на дороге.

Пути повышения безопасности дорожного движения.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об автомобильных авариях и катастрофах, их главных причинах.

## **8 класс**

Основы безопасности личности, общества и государства

Производственные аварии и катастрофы

Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация. Понятие об аварии, производственной и транспортной катастрофе, чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация и характеристика чрезвычайных ситуаций техногенного характера по масштабу распространения и тяжести последствий. Типы чрезвычайных ситуаций техногенного характера, их классификация и характеристика (транспортные аварии, аварии с выбросом биологически опасных веществ, аварии на электроэнергетических и коммунальных системах, обрушения зданий и сооружений и др.).

самоподготовки.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о производственных и транспортных авариях и катастрофах, классификации чрезвычайных ситуаций техногенного характера.

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.

самоподготовки.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают и анализируют причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Приобретают знания о мерах по предупреждению и защите от таких чрезвычайных ситуаций.

Взрывы и пожары

Из истории катастроф.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о причинах и видах 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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о взрыве, пожаре, процессе горения.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Узнают о классификации пожаров, условиях и видах их распространения.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают и анализируют причины взрывов и пожаров в жилых и общественных зданиях, на промышленных предприятиях.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают и анализируют воздействие на людей опасных факторов и поражающих факторов взрыва.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают правила безопасного поведения при пожарах и взрывах, применения первичных средств пожаротушения.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают и тренируются правильно действовать при возникновении паники во время пожара.

Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ

Из истории химических аварий.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об аварийно химически опасных веществах, химически опасных объектах и химических авариях.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают классификацию АХОВ в зависимости от воздействия на организм человека и характеристики распространенных АХОВ.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Узнают о причинах и последствиях химических аварий. Получают представление об очаге и зоне химического заражения, стойкости АХОВ.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают основные способы защиты населения от АХОВ. Учатся изготавливать ватно-марлевые повязки, проводить герметизацию помещений.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся правильно действовать при авариях с выбросом АХОВ.

Аварии с выбросом радиоактивных веществ

Из истории радиационных аварий.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о радиоактивном излучении, о естественных и искусственных источниках этого излучения, дозах облучения людей, внешнем и внутреннем облучении, путях попадания радиоактивных веществ в организм человека.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о радиационно опасных объектах, классификации и причинах аварий на этих объектах, зонах радиоактивного заражения местности при таких авариях.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают виды радиационного воздействия на людей и животных и их последствия.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся правильно действовать при авариях на радиационно опасных объектах. Изучают правила безопасного поведения при проживании на загрязненной местности.

Гидродинамические аварии

Из истории гидродинамических аварий.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о гидродинамически опасных объектах и гидродинамических авариях, их классификации, причинах, поражающих факторах и последствиях.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают меры по уменьшению потерь от гидродинамических аварий. Учатся правильно действовать при внезапном затоплении и после схода воды.

Чрезвычайные ситуации на транспорте

Из истории транспортных аварий.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об автомобильных авариях и катастрофах, их главных причинах.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают правила безопасного поведения на дорогах велосипедистов и водителей мопедов.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о негативном влиянии деятельности человека на окружающую среду, источниках загрязнения биосферы, чрезвычайных ситуациях экологического характера и их классификации

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Узнают об источниках и причинах загрязнения атмосферы.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Узнают о причинах ухудшения качества пресных вод. Получают представление о сточных водах и их классификации.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Узнают о причинах деградации земель. Получают представление о промышленных, бытовых, твердых и жидких отходах.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве, нормах качества атмосферы, воды и почвы. Изучают меры безопасности при нахождении на территории с неблагоприятными экологическими условиями.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности



Получают представление о целях, задачах и мероприятиях первой помощи пострадавшим 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 метаболическими ядами; при отравлении соединениями тяжелых металлов и мышьяка; при ожогах химическими веществами.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают правила оказания первой помощи при отравлении АХОВ. Учатся оказывать первую помощь при ожогах кислотой и щелочью.

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).

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся оказывать первую помощь при отравлении минеральными удобрениями и другими химикатами.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся развивать у себя физические качества, необходимые для хорошей физической формы. Получают представление о принципах и методике закаливания. Учатся выполнять закаливающие процедуры, используя факторы окружающей среды.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о браке и семье, правах и обязанностях супругов.

## **9 класс**

Основы безопасности личности, общества и государства

Современный комплекс проблем безопасности

Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства. Структура законодательства в сфере безопасности и защиты от чрезвычайных ситуаций. Краткое содержание основных правовых актов.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают положения Конституции Российской Федерации, федеральные законы и подзаконные акты в области обеспечения безопасности личности, общества и государства.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об угрозах национальной безопасности РФ, основных направлениях и стратегии ее обеспечения.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о современном терроризме, его классификации, основных направлениях деятельности по противодействию терроризму.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о наркотизме, наркомании и токсикомании. Изучают основы государственной политики в отношении оборота наркотических средств 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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об основных задачах, силах и средствах гражданской обороны.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о функциях и структуре РСЧС.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о режимах функционирования, силах и средствах РСЧС.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают основные документы международного права.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об основных требованиях международного гуманитарного права по защите раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об основных требованиях международного гуманитарного права по защите военнопленных и гражданского населения.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об основных видах и приемах мошенничества. Осваивают правила защиты от мошенников.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о преступлениях на сексуальной почве. Учатся соблюдать правила безопасного поведения и психологической защиты по предотвращению насильственных действий.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Развивают у себя качества личности уверенного человека. Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие защититься от насильников и хулиганов.

Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи

Профилактика травм в старшем школьном возрасте

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Изучают причины травматизма школьников и правила безопасного поведения по его предотвращению.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травматизм дома и на улице.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травмы.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об асептике и антисептике.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся определять признаки и оказывать первую помощь при травмах головы и позвоночника.

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 прекардиальном ударе, непрямом массаже сердца, искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при выполнении этих реанимационных мероприятий.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся определять признаки клинической смерти и практически осваивают технику и последовательность выполнения реанимационных мероприятий.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваниях.

Основы здорового образа жизни

Здоровье и здоровый образ жизни

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о составляющих здоровья человека, критериях его оценки, группах здоровья детей и подростков.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об основных элементах здорового образа жизни и его влиянии на формирование личности.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о влиянии факторов риска, риска внешней среды на внутреннюю среду организма человека.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о гигиене и ее составляющих, гигиенических требованиях к одежде, обуви и головным уборам.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Узнают общие сведения о продуктах животного и растительного происхождения и питьевой воде. Учатся соблюдать режим питания, правильно распределять рацион питания в течение дня.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о гигиенических требованиях к современному жилищу и индивидуальному строительству загородных домов.

Физиологические и психологические особенности организма подростка

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о физическом и психологическом развитии в подростковом и юношеском возрасте. Учатся учитывать эти особенности при общении с окружающими.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление об особенностях отношений юношей и девушек.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Учатся правильно вести себя в конфликтных ситуациях.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о причинах и профилактике суицидов. Учатся преодолевать угнетенное психическое состояние и депрессию.

Факторы, разрушающие здоровье человека

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Формируют у себя негативное отношение к табакокурению.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Формируют у себя негативное отношение к употреблению алкоголя.

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.

Характеристика основных видов учебной деятельности

Формируют у себя негативное отношение к употреблению психоактивных веществ.

Учатся оказывать первую помощь при отравлении наркотиками и лекарственными препаратами.

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

Характеристика основных видов учебной деятельности

Получают представление о заболеваниях, передающихся половым путем, и путях их профилактики.

### 3. Тематическое планирование учебного предмета

5 класс

№	Наименование раздела (темы) программы	Количество часов
1	2	3
Основы безопасности личности, общества и государства (27 ч.)		
Личная безопасность в повседневной жизни (11 ч.)		
1.	Особенности города как среды обитания человека.	1
2.	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).	1

3.	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).	1
4.	Опасные факторы и причины пожаров.	1
5.	Правила поведения во время пожара.	1
6.	Средства пожаротушения (внутренний пожарный кран, огнетушители).	1
7.	Затопление квартиры.	1
8.	Электричество.	1
9.	Опасные вещества и продукты питания.	1
10.	Взрыв и обрушение дома.	1
11.	Безопасность в нестандартных ситуациях.	1
Безопасность на дорогах и на транспорте (7 ч.)		
12.	Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий.	1
13.	Безопасное поведение пешеходов и пассажиров.	1
14.	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	1
15.	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле.	1
16.	Железнодорожный транспорт.	1
17.	Авиационный транспорт.	1
18.	Морской и речной транспорт.	1
Опасные ситуации социального характера (4 ч.)		
19.	Психологические основы самозащиты.	1
20.	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде.	1
21.	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства.	1
22.	Правила поведения при захвате в заложники.	1
Загрязнение среды обитания (3 ч.)		
23.	Загрязнение воды.	1
24.	Загрязнение воздуха.	1
25.	Загрязнение почвы.	1
Средства индивидуальной защиты органов дыхания (2 ч.)		
26.	Фильтрующие противогазы.	1
27.	Пользование противогазом.	1
Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (8 ч.)		
Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 ч.)		
28.	Виды ранений, их причины и первая помощь.	1
29.	Общая характеристика кровотечений.	1
30.	Первая помощь при кровотечении.	1
Основы здорового образа жизни (5 ч.)		
31.	Движение и здоровье.	1
32.	Нарушение осанки и причины их возникновения.	1
33.	Телевизор и компьютер - друзья или враги?	1
34.	Развитие и изменения в вашем возрасте. Физическое и нравственное взросление человека	1
Всего		34 ч.

6 класс

№	Наименование раздела (темы) программы	Количество часов
Основы безопасности личности, общества и государства (22 ч.)		

Экстремальные ситуации в природных условиях (17 ч.)		
1.	Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях.	1
2.	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях.	1
3.	Психологические основы выживания в природных условиях.	1
4.	Психологические основы выживания в природных условиях.	1
5.	Страх – главный психологический враг.	1
6.	Подготовка к походу и поведение в природных условиях.	1
7.	Надежные одежда и обувь – важные условия безопасности.	1
8.	Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях.	1
9.	Действия при потере ориентировки.	1
10.	Способы ориентирования и определение направления движения.	1
11.	Техника движения в природных условиях.	1
12.	Сооружение временного жилища, добывание и использование огня.	1
13.	Сооружение временного жилища, добывание и использование огня.	1
14.	Обеспечение питанием и водой.	1
15.	Поиск и приготовление пищи.	1
16.	Особенности лыжных, водных, и велосипедных походов.	1
17.	Безопасность на водоёмах. Сигналы бедствия.	1
Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме (2 ч.)		
18.	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме.	1
19.	Акклиматизация в различных природно – климатических условиях.	1
Безопасность в чрезвычайных ситуациях (3 ч.)		
20.	Коллективные и индивидуальные средства защиты.	1
21.	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств.	1
22.	Взрывы в местах массового скопления людей.	1
Оказание первой помощи и здоровый образ жизни (11 ч.)		
Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (7 ч.)		
23.	Средства оказания первой помощи.	1
24.	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей.	1
25.	Первая помощь при ожогах. Тепловой и солнечный удар.	1
26.	Обморожение и общее охлаждение организма.	1
27.	Беда на воде.	1
28.	Закрытые травмы.	1
29.	Способы переноски пострадавших.	1
Основы здорового образа жизни (4 ч.)		
30.	Правильное питание – основа здорового образа жизни человека.	1
31.	Значение белков, жиров и углеводов в питании человека.	1
32.	Гигиена и культура питания.	1



33.	Особенности подросткового возраста.	1
Правила безопасного поведения на дороге (2 ч.)		
34.	Опасность на дороге. Как ее избежать. Выполнение законных требований – путь к дорожной безопасности	1 ч.
	Всего	34 ч.

7 класс

№	Наименование раздела (темы) программы	Количество часов
Основы безопасности личности, общества и государства (29 ч.)		
1.	Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.	1
Землетрясения (3 ч.)		
2.	Происхождение и классификация землетрясений.	1
3.	Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь.	1
4.	Правила безопасного поведения при землетрясениях.	1
Вулканы (2 ч.)		
5.	Общее понятие о вулканах.	1
6.	Меры по уменьшению потерь от извержения вулканов.	1
Оползни, сели, обвалы и снежные лавины (6 ч.)		
7.	Оползни.	1
8.	Сели (селевые потоки).	1
9.	Обвалы.	1
10.	Снежные лавины.	1
11.	Последствия оползней, селей, обвалов, лавин.	1
12.	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, обвалов, селей и лавин.	1
Ураганы, бури, смерчи (4 ч.)		
13.	Происхождение и виды ураганов, бурь и смерчей.	1
14.	Классификация ураганов, бурь и смерчей.	1
15.	Последствия ураганов, бурь и смерчей, и меры по уменьшению ущерба от них.	1
16.	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей.	1
Наводнения (3 ч.)		
17.	Виды наводнений.	1
18.	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от наводнений.	1
19.	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений.	1
Цунами (3 ч.)		
20.	Причины и классификация цунами.	1
21.	Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них.	1
22.	Правила безопасного поведения при цунами.	1
Природные пожары (3 ч.)		
23.	Причины природных пожаров и их классификация.	1
24.	Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение.	1

25.	Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении.	1
Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений (1 ч.)		
26.	Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии. Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений.	1
Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера (2 ч.)		
27.	Человек и стихия.	1
28.	Характер и темперамент.	1
29.	Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии.	1
Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (2 ч.)		
Наложение повязок и помощь при переломах (2 ч.)		
30.	Правила наложения повязок.	1
31.	Первая помощь при переломах, переноска пострадавших.	1
Основы здорового образа жизни (2 ч.)		
Режим учебы и отдыха подростка (2 ч.)		
32.	Режим – необходимое условие здорового образа жизни.	1
33.	Профилактика переутомления и содержание режима дня.	1
Правила безопасного поведения на дороге (2 ч.)		
34.	Движение пешеходов. Обязанности пассажиров и правила перевозки людей. Пути повышения безопасности дорожного движения	1 ч.
Всего		34 ч.

#### 8 класс

№	Наименование раздела (темы) программы	Количество часов
Основы безопасности личности, общества и государства (30 ч.)		
Производственные аварии и катастрофы (2 ч.)		
1.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация.	1
2.	Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них.	1
Взрывы и пожары (7 ч.)		
3.	Аварии на пожаро - и взрывоопасных объектах.	1
4.	Общие сведения о взрыве и пожаре.	1
5.	Классификация пожаров.	1
6.	Причины взрывов и пожаров, их последствия.	1
7.	Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов.	1
8.	Правила безопасного поведения при взрывах и пожарах.	1
9.	Пожары и паника.	1
Аварии с выбросом аварийно химически опасных веществ (6 ч.)		
10.	Виды аварий на химически опасных объектах.	1
11.	Аварийно химически опасные вещества и их поражающее действие на организм человека.	1
12.	Аварийно химически опасные вещества и их поражающее действие на организм человека.	1

13.	Причины и последствия аварий на химически опасных объектах.	1
14.	Защита населения от аварийно химически опасных веществ.	1
15.	Правила безопасного поведения при авариях с выбросом аварийно химически опасных веществ.	1
Аварии с выбросом радиоактивных веществ (5 ч.)		
16.	Радиация вокруг нас.	1
17.	Аварии на радиационно опасных объектах.	1
18.	Последствия радиационных аварий.	1
19.	Защита от радиационных аварий.	1
20.	Защита от радиационных аварий.	1
Гидродинамические аварии (3 ч.)		
21.	Аварии на гидродинамически опасных объектах, их причины и последствия.	1
22.	Аварии на гидродинамически опасных объектах, их причины и последствия.	1
23.	Защита от гидродинамических аварий.	1
Чрезвычайные ситуации на транспорте (2 ч.)		
24.	Автомобильные аварии катастрофы	1
25.	Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов.	1
Чрезвычайные ситуации экологического характера (5 ч.)		
26.	Состояние природной среды и жизнедеятельность человека.	1
27.	Изменение состава атмосферы (воздушной среды).	1
28.	Изменение состава гидросферы (водной среды).	1
29.	Изменение состояния суши (почвы).	1
30.	Нормативы предельно допустимых воздействий на природу.	1
Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (3 ч.)		
31.	Первая помощь при массовых поражениях.	1
32.	Первая помощь при поражении аварийно химическими опасными веществами.	1
33.	Первая помощь при бытовых отравлениях.	1
Основы здорового образа жизни (2 ч)		
34.	Физическая культура и закаливание. Семья в современном обществе.	1
Всего		34 ч.

9 класс

№	Наименование раздела (темы) программы	Количество часов
Основы безопасности личности, общества и государства (14 ч)		
Современный комплекс проблем безопасности (5 ч.)		
1.	Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства.	1
2.	Угрозы национальной безопасности Российской Федерации	1
3.	Международный терроризм как угроза национальной	1

	безопасности	
4.	Наркотизм и национальная безопасность.	1
5.	Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности.	1
Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) (3 ч.)		
6.	Цели, задачи и структура РСЧС.	1
7.	Режимы функционирования, силы и средства РСЧС.	1
8.	Режимы функционирования, силы и средства РСЧС.	1
Международное гуманитарное право (3 ч.)		
9.	Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм.	1
10.	Защита раненных, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала.	1
11.	Защита военнопленных и гражданского населения.	1
Безопасное поведение в криминогенных ситуациях (3 ч.)		
12.	Защита от мошенников.	1
13.	Безопасное поведение девушек.	1
14.	Психологические основы самозащиты в криминогенных ситуациях. Пути выхода из конфликтных ситуаций.	1
Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (7 ч.)		
Профилактика травм в старшем школьном возрасте (3 ч.)		
15.	Причины травматизма и пути их предотвращения.	1
16.	Безопасное поведение дома и на улице.	1
17.	Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом.	1
Основы медицинских знаний (4 ч.)		
18.	Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика.	1
19.	Травмы головы, позвоночника и спины.	1
20.	Экстренная реанимационная помощь.	1
21.	Основные неинфекционные заболевания.	1
Основы здорового образа жизни (14 ч)		
Здоровье и здоровый образ жизни (3 ч.)		
22.	Здоровье человека.	1
23.	Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления.	1
24.	Факторы риска во внешней среде и их влияние на внутреннюю среду организма человека и его здоровье.	1
Личная гигиена (3 ч.)		
25.	Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды.	1
26.	Гигиена питания и воды.	1
27.	Гигиена жилища и индивидуального строительства.	1
Физиологические и психологические особенности организма подростка (4 ч.)		
28.	Физиологическое и психологическое развитие подростков.	1
29.	Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции.	1
30.	Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях.	1
31.	Суицидальное поведение в подростковом возрасте.	1
Факторы, разрушающие здоровье человека (4 ч.)		

32.	Употребление табака.	1
33.	Употребление алкоголя.	1
34.	Наркомания и токсикомания. Заболевания, передающиеся половым путем.	1
	Всего	34 ч.

1. УМК издательства «Дрофа» «ОБЖ» для 5-9 класса, авторов: В. Н. Латчука (руководитель), В. В. Маркова, М. И. Кузнецова, который входит в Федеральный перечень учебников (Приказ Минобрнауки от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»);