

**Федеральное государственное казенное общеобразовательное учреждение  
«Московское президентское кадетское училище  
имени М.А. Шолохова войск национальной гвардии  
Российской Федерации»**

Утверждаю  
Начальник училища  
  
Н.Н. Перепеча  
«31» августа 2017 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**курса «Основы безопасности жизнедеятельности»  
для 5-9-х классов**

Составитель  
Остудин Андрей Игоревич  
преподаватель ОБЖ

Москва, 2017 г.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка.
2. Общая характеристика учебного предмета.
3. Планируемые результаты освоения учебного предмета.
4. Контроль результатов обучения.
5. Содержание учебного предмета.
6. Тематическое планирование.
7. Перечень учебно-методического обеспечения учебного процесса.

### 1. Пояснительная записка

#### Рабочая программа составлена на основе

Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года и федеральными законами Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 12 мая 2009 г. № 537);

Стратегии государственной антинаркотической политики Российской Федерации до 2020 г. (утверждена Указом Президента Российской Федерации от 9 июня 2010 г. № 690);

Федерального закона Российской Федерации от 29 декабря 2012 г. N 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

Концепции федеральной системы подготовки граждан Российской Федерации к военной службе на период до 2020 года;

Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»;

Приказа Министерства образования и науки РФ 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»;

Приказа Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897»;

Государственной программы «Патриотическое воспитание граждан Российской Федерации на 2016 - 2020 годы», утверждённой Постановлением Правительства Российской Федерации от 30 декабря 2015 г. № 1493;

Примерной программы основного общего образования по основам безопасности жизнедеятельности и авторской программы («Программа для общеобразовательных учреждений. Основы безопасности жизнедеятельности

1-11 классы.» Под общей редакцией А.Т.Смирнова, Б.О. Хренникова; М.: «Просвещение» 2014 г»);

Учебников для общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-х, 6-х, 7-х, 8-х, 9-х классов, под общей редакцией А.Т. Смирнова, М.: Просвещение.

#### **Место курса в учебном плане.**

Рабочая программа рассчитана на 34 часа (1 раз в неделю).

Программа разработана с учётом комплексного подхода к формированию у обучаемых современного уровня культуры безопасности, по модульной структуре содержания курса «Основы безопасности жизнедеятельности».

**Актуальность** рабочей программы по ОБЖ заключается в том, что обстановка, складывающаяся в стране в области безопасности, настоятельно требует пересмотра системы подготовки подрастающего поколения в области безопасности жизнедеятельности на основе комплексного подхода к формированию у них современного уровня культуры безопасности. Такой подход будет способствовать снижению отрицательного влияния человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности личности, общества и государства от всех видов угроз, связанных с различными опасными и чрезвычайными ситуациями, в том числе с терроризмом, наркотизмом и т.п.

Настоящая рабочая программа направлена на формирование и повышение современного уровня культуры безопасности учащихся. Под культурой безопасности жизнедеятельности следует понимать способ организации деятельности человека, представленный в системе социальных норм, убеждений, ценностей, обеспечивающих сохранение его жизни, здоровья и целостности окружающего мира.

#### **Принцип подбора материала.**

Понятийная база и содержание курса ОБЖ основаны на положениях федеральных законов Российской Федерации и других нормативно-правовых актов в области безопасности личности, общества и государства.

Основными принципами обучения ОБЖ являются: сознательность, активность и самостоятельность; системность, последовательность и комплексность; обучение на высоком уровне трудности; прочность формирования знаний, умений и навыков;

За основу проектирования структуры и содержания примерной программы принят модульный принцип ее построения и комплексный подход к наполнению содержания для формирования у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности, индивидуальной системы здорового образа жизни и антиэкстремистского и антитеррористического поведения.

Модульный принцип позволяет эффективнее организовать учебно-воспитательный процесс в области безопасности жизнедеятельности с учётом их реальных особенностей в области безопасности, а также более полно использовать межпредметные связи при изучении тематики ОБЖ.

После изучения каждого модуля в каждом классе выполняется итоговое задание. Это может быть реферат, доклад, проектное задание, анализ ситуации и т.д.

## **2. Общая характеристика учебного предмета.**

Учебный курс «Основы безопасности жизнедеятельности» строится так, чтобы были достигнуты следующие цели и задачи изучения:

углублённое изучение тем в области безопасности жизнедеятельности, формирование современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности и индивидуальной системы здорового образа жизни для повышения защищённости жизненно важных интересов личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;

расширение представлений об экстремизме и терроризме, уяснение социальных причин их возникновения, формирование антитеррористического поведения и способности противостоять террористической и экстремистской идеологии и практике;

совершенствование военно-патриотического воспитания и повышение мотивации к военной службе в современных условиях, получение начальных знаний в области обороны и обучение по основам военной службы и по военно-учётным специальностям в объёме, необходимом для военной службы;

распознавание и анализирование особенностей жизнедеятельности человека при его автономном пребывании в различных природных условиях;

окончательное формирование модели своего поведения при возникновении различных чрезвычайных ситуаций;

применение в реальных природных условиях различных способов ориентирования на местности;

анализирование основных направлений организации защиты населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций;

обоснование основного предназначения Единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

формирование негативного отношения к курению, употреблению алкоголя и наркотиков как к факторам, оказывающим наиболее пагубное влияние на здоровье;

формирование убеждения в ключевой роли благополучной семьи в обеспечении здоровья личности и общества, а также в демографической безопасности государства.

## **Методы и формы**

При изучении курса «Основы безопасности жизнедеятельности» используются:

Наглядные методы - групповой и индивидуальные принципы обучения.

Принципы реализуются с помощью различных методов и средств (ТСО, наглядность), приемов позволяющих представлять взаимосвязь изучаемых явлений с реальной действительностью.

Основные методы обучения - объяснительно-иллюстративные:

словесные методы: объяснение, рассказ, чтение, беседа, диалог (диалог педагога с учащимися, диалог учащихся друг основываются на непосредственном восприятии изучаемых предметов посредством использования наглядных материалов: картин, рисунков, плакатов, фотографий; таблиц, схем, диаграмм, чертежей, графиков; демонстрационных материалов: моделей, приборов, предметов (образцов изделий, муляжей и т. д.); видеоматериалов, презентаций.

Практические методы обеспечивают самостоятельную деятельность учащихся:

метод упражнения: упражнения, тренировка

письменные работы: конспект; выписки, реферат; письменные ответы на вопрос;

метод наблюдения: запись наблюдений, ведение дневника наблюдений; зарисовка, рисунки; запись звуков, голосов, сигналов; фото-, кино-, видеосъемка; проведение замеров;

практические занятия по оказанию первой помощи;

проектные и проектно-конструкторские методы обучения: разработка проектов, программ; построение гипотез; моделирование ситуации; создание новых способов решения задачи; создание моделей, конструкций; создание творческих работ; проектирование (планирование) деятельности, конкретных дел.

Основной организационной формой обучения является урок. Основные принципы, методы и средства обучения конкретизируются и реализуются в ходе урока и через него.

Типы уроков – вводный, изучения нового материала, комбинированный, обобщающий. Вид урока определяется по основным методам обучения, или активным формам.

Для решения воспитательных задач, используются методы воспитания: традиционные – убеждение, упражнения, поощрения, пример; инновационно-деятельностные – модельно-целевой подход, алгоритмизация;

неформально-личностные – пример личностно-значимых людей, пример авторитетных людей, пример друзей, близких;

рефлексивные – индивидуальное переживание, самоанализ, осознание собственной ценности в реальной действительности;

тренингово-игровые – деловые игры.

#### Межпредметные связи.

Предмет ОБЖ реализует подготовку учащихся к безопасной жизнедеятельности в реальной окружающей среде – природной, техногенной и соци-

альной. Изучение данного курса тесно связано с такими дисциплинами, как физическая культура, биология, география, история, основы военной службы.

### **Ценностные ориентиры содержания учебного предмета:**

ценность жизни – признание человеческой жизни и существования живого в природе в целом как величайшей ценности;

ценность человека как разумного существа, стремящегося к добру и самосовершенствованию, важность и необходимость соблюдения здорового образа жизни в единстве его составляющих: физическом, психическом и социально-нравственном здоровье;

ценность добра – направленность человека на развитие и сохранение жизни, через сострадание и милосердие как проявление высшей человеческой способности – любви;

ценность семьи как первой и самой значимой для развития ребенка социальной и образовательной среды, обеспечивающей жизнеспособность российского общества;

ценность труда и творчества как естественного условия человеческой жизни, состояния нормального человеческого существования;

ценность свободы как свободы выбора человеком своих мыслей и поступков, но свободы, естественно ограниченной нормами, правилами, законами общества, членом которого всегда по всей социальной сути является человек;

ценность социальной солидарности как признание прав и свобод человека, обладание чувствами справедливости, милосердия, чести, достоинства по отношению к себе и к другим людям;

ценность гражданственности – осознание человеком себя как члена общества, народа, представителя страны и государства;

ценность патриотизма – одно из проявлений духовной зрелости человека, выражающееся в любви к России, народу, малой родине, в осознанном желании служить Отечеству;

ценность человечества – осознание человеком себя как части мирового сообщества, для существования и прогресса которого необходимы мир. Сотрудничество народов и уважение к многообразию их культур.

### **3. Предполагаемые результаты обучения ОБЖ:**

#### **Личностные:**

развитие личностных, в том числе духовных и физических, качеств, обеспечивающих защищенность жизненно важных интересов личности от внешних и внутренних угроз;

формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления, потребностей соблюдать нормы здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности;

воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей природной среды, личному здоровью как к индивидуальной и общественной ценности.

**Метапредметные:**

овладение умениями формулировать личные понятия о безопасности; анализировать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; обобщать и сравнивать по следствия опасных и чрезвычайных ситуаций; выявлять причинно-следственные связи опасных ситуаций и их влияние на безопасность жизнедеятельности человека;

овладение обучающимися навыками самостоятельно определять цели и задачи по безопасному поведению в повседневной жизни и в различных опасных и чрезвычайных ситуациях, выбирать средства реализации поставленных целей, оценивать результаты своей деятельности в обеспечении личной безопасности;

формирование умения воспринимать и перерабатывать информацию, генерировать идеи, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни и в чрезвычайных ситуациях;

приобретение опыта самостоятельного поиска, анализа и отбора информации в области безопасности жизнедеятельности с использованием различных источников и новых информационных технологий;

развитие умения выражать свои мысли и способности слушать собеседника, понимать его точку зрения, признавать право другого человека на иное мнение;

освоение приемов действий в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;

формирование умений взаимодействовать с окружающими, выполнять различные социальные роли во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций;

формирование духовно-нравственных качеств учащихся для снижения опасности быть вовлеченным в экстремистскую и террористическую деятельность.

**Предметные:****в познавательной сфере:**

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 обороны государства и подготовки граждан к военной службе;

знание об опасных и чрезвычайных ситуациях; о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.

**в ценностно-ориентационной сфере:**

умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их появления, а также на основе анализа специальной информации, получаемой из различных источников;

умение анализировать явления и события природного, техногенного и социального характера, выявлять причины их возникновения и возможные последствия, проектировать модели личного безопасного поведения;

умение применять полученные теоретические знания на практике — принимать обоснованные решения и вырабатывать план действий в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

**в коммуникативной сфере:**

умение информировать о результатах своих наблюдений, участвовать в дискуссии, отстаивать свою точку зрения, находить компромиссное решение в различных ситуациях.

**в эстетической сфере:**

умение оценивать с эстетической (художественной) точки зрения красоту окружающего мира; умение сохранять его;

понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека.

**в трудовой сфере:**

знание устройства и принципов действия бытовых приборов и других технических средств, используемых в повседневной жизни; локализация возможных опасных ситуаций, связанных с нарушением работы технических средств и правил их эксплуатации;

умения оказывать первую помощь пострадавшим.

**в сфере физической культуры:**

формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курения и нанесения иного вреда здоровью;

развитие необходимых физических качеств: выносливости, силы, ловкости, гибкости, скоростных качеств, достаточных для того, чтобы выдерживать необходимые умственные и физические нагрузки; умение оказывать первую медицинскую помощь при занятиях физической культурой и спортом.

**Требования к уровню подготовки учащихся.**

Выпускник к концу года обучения должен:

**знать:**

основные положения законодательства Российской Федерации о противодействии терроризму и экстремизму;

стратегические цели совершенствования национальной обороны и обеспечения военной безопасности Российской Федерации путём развития и совершенствования военной организации государства;



основные положения об опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера, о причинах их возникновения и возможных последствиях;

законодательство Российской Федерации по обеспечению защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций, о профилактике чрезвычайных ситуаций и ликвидации их последствий;

основные составляющие здорового образа жизни и их влияние на безопасность жизнедеятельности личности; репродуктивное здоровье и факторы, влияющие на него;

потенциальные опасности природного, техногенного и социального происхождения, характерные для региона проживания;

основные задачи государственных служб по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

основы российского законодательства об обороне государства и воинской обязанности граждан;

порядок первоначальной постановки на воинский учет, медицинского освидетельствования, призыва на военную службу;

состав и предназначение Вооруженных сил Российской Федерации;

основные права и обязанности граждан до призыва на военную службу, во время прохождения военной службы и пребывания в запасе;

основные виды военно-профессиональной деятельности; особенности прохождения военной службы по призыву и контракту, альтернативной гражданской службы;

требования, предъявляемые военной службой к уровню подготовленности призывника;

предназначение, структуру и задачи РСЧС;

предназначение, структуру и задачи гражданской обороны;

**уметь:**

предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;

принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;

владеть способами защиты населения от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера;

пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;

оценивать уровень своей подготовленности и осуществлять самоопределение по отношению к военной службе;

использовать приобретенные знания и умения в практической и повседневной жизни для:

ведения здорового образа жизни;

оказания первой помощи;

развития в себе духовных и физических качеств, необходимых для службы;

вызова (обращения за помощью) в случае необходимости соответствующих служб экстренной помощи;  
развития в себе качеств, необходимых для военной службы.

#### 4. Контроль результатов обучения

##### Формы контроля

**Текущий контроль** проводится систематически на каждом уроке и позволяет выявить степень усвоения изученного учебного материала. Он проводится в форме решения ситуационных задач, индивидуального и фронтального опроса, работы по карточкам. Большое внимание уделяется практическим работам. Предусматривается использование в практике семинаров-собеседований как средства рубежного контроля. К семинарам учащиеся готовят сообщения, рефераты, доклады, принимают участие в дискуссиях.

**Тематический контроль** осуществляется по завершении крупного блока (темы) в форме тестирования, по опросному листу;

**Итоговый контроль** осуществляется по завершении учебного материала за год в форме тестирования, теста по опросному листу, творческой работы (реферат или презентация).

##### Виды контроля:

Контрольные работы, самостоятельные работы, индивидуальные задания, тесты, устный опрос, викторины и практические задания – главная составляющая учебного процесса.

##### Оценка устных ответов учащихся.

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

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

Оценка «3» ставится, если учащийся правильно понимает суть рассматриваемого вопроса, но в ответе имеются отдельные пробелы в усвоении вопросов курса ОБЖ, не препятствующие дальнейшему усвоению программного материала; умеет применять полученные знания при решении простых задач с использованием стереотипных решений, но затрудняется при решении задач, требующих более глубоких подходов в оценке явлений и событий;

допустил не более одной грубой ошибки и двух недочетов, не более одной грубой и одной негрубой ошибки, не более двух-трех негрубых ошибок, одной негрубой ошибки и трех недочетов; допустил четыре или пять недочетов.

Оценка «2» ставится, если учащийся не овладел основными знаниями и умениями в соответствии с требованиями программы и допустил больше ошибок и недочетов, чем необходимо для оценки 3.

Оценка «1» ставится в том случае, если ученик не может ответить ни на один из поставленных вопросов.

При оценивании устных ответов учащихся целесообразно проведение поэлементного анализа ответа на основе программных требований к основным знаниям и умениям учащихся, а также структурных элементов некоторых видов знаний и умений, усвоение которых целесообразно считать обязательными результатами обучения.

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

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

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

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

Оценка «2» ставится, если число ошибок и недочетов превысило норму для оценки 3 или правильно выполнено менее  $\frac{2}{3}$  всей работы.

Оценка «1» ставится, если ученик совсем не выполнил ни одного задания.

### **Оценка практических работ.**

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

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

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

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

Оценка «1» ставится, если учащийся совсем не выполнил практическую работу.

Во всех случаях оценка снижается, если ученик не соблюдал правила техники безопасности.

Контрольно-измерительные материалы составляются в соответствии с требованиями государственного стандарта по ОБЖ, уровнем обученности учащихся. Проверочные работы состоят из вопросов и заданий, соответствующих требованиям базового уровня как по объему, так и глубине.

#### **Оценка тестовых работ.**

Все тестовые задания оцениваются:

- правильный ответ – 1 балл;
- отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов

Критерии оценивания:

- «2» - менее 50% правильных ответов.
- «3» - от 50% до 60% правильных ответов.
- «4» - от 61% до 80% правильных ответов.
- «5» - от 81% и более правильных ответов.

## **5. Содержание учебного предмета**

### **5.1. За курс 5 класса**

#### **1. Город, как среда обитания.**

Описание города. Количественная характеристика. Опасные ситуации в городе. Пожарная безопасность.

#### **2. Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.**

Отличия городской квартиры от деревенского дома. Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом.

#### **3. Особенности природных условий в городе.**

Природные и антропогенные факторы формирующие микроклимат города. Лесопарки. Экологическая обстановка.

#### **4. Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.**

Город и социальная среда. Взаимоотношения с окружающими людьми. Общение со сверстниками. Общение с незнакомыми людьми.

#### **5. Безопасность в повседневной жизни.**

Опасные и чрезвычайные ситуации в повседневной жизни. Основные службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и ЧС.

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

Дорога и её элементы. Дорожная разметка. Дорожные знаки. Сигналы регулировщика.

#### **7. Пешеход. Безопасность пешехода.**

Общие обязанности пешехода. Меры безопасности при движении пешеходов по дорогам.

#### **8. Пассажир. Безопасность пассажира.**

Общественный транспорт. Опасные ситуации в транспорте. Безопасное поведение в транспорте.

**9. Водитель. Безопасность велосипедиста.**

Водитель. Транспортное средство. Требования к техническому состоянию велосипеда. Основные обязанности велосипедиста.

**10. Пожарная безопасность.**

Пожар. Причины пожара. Правила личной безопасности при пожарах.

**11. Безопасное поведение в бытовых ситуациях.**

Быт. Безопасное обращение с электричеством, бытовым газом, при пользовании в доме водой. Безопасность и компьютер.

**12. Погодные явления и безопасность человека.**

Погода. Температура. Ветер. Гроза. Гололёд и гололедица. Снежный занос и метель. Безопасное поведение.

**13. Безопасность на водоемах.**

Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года.

**14. ЧС природного характера.**

Землетрясение. Наводнение. Ураганы, бури, смерчи. Оползни, сели, обвалы.

**15. ЧС техногенного характера.**

Радиационно-опасные объекты, пожаро- и взрывоопасные объекты, химически опасный объект. Действия населения.

**16. Антиобщественное поведение и его опасность.**

Криминогенные ситуации. Общие правила личной безопасности.

**17. Обеспечение личной безопасности дома**

Правила безопасного поведения дома, в лифте, при разговоре по телефону.

**18. Обеспечение личной безопасности на улице**

Опасные места на улице. Правила безопасного поведения на улице.

**19. Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.**

Экстремизм и его проявления. Терроризм, его сущность и формы. Причины возникновения экстремизма и терроризма.

**20. Виды экстремистской и террористической деятельности**

Экстремистская деятельность. Террористическая деятельность.

**21. Виды террористических актов и их последствия.**

Наиболее опасные террористические акты. Правила поведения при обнаружении бесхозной вещи со взрывным устройством. Правила поведения в случае захвата в заложники.

**22. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности**

Ложные сообщения о терактах. Положения Уголовного кодекса РФ, определяющие ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности

**23. О здоровом образе жизни.**

Здоровье. Здоровый образ жизни. Режим дня. Отдых.

**24. Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья**

Двигательная активность. Быстрота, сила, выносливость и гибкость. Закаливание организма.

**25. Рациональное питание. Гигиена питания.**

Питательные вещества, необходимые организму. Углеводы, белки, жиры, витамины, минеральные элементы, вода. Основные правила приёма пищи.

**26. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.**

Курение табака (никотинизм). Влияние алкоголя на здоровье человека. Наркомания и токсикомания.

**27. Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.**

Здоровый образ жизни. Профилактика вредных привычек.

**28. Первая помощь при ранениях и кровотечениях.**

Общие правила оказания первой помощи. Необходимость вызова «Скорой медицинской помощи».

**29. Способы остановки кровотечения.**

Виды кровотечения. Раны. Способы временной остановки кровотечения. Правила наложения давящей повязки и жгута.

**30. Основные правила наложения бинтовых повязок при ранениях головы.**

Повязка в виде «уздечки» и в виде «чепца». Повязка на глаз. Пращевидная повязка на нос, губы, подбородок, лицо

**31. Основные правила наложения бинтовых повязок на верхние и нижние конечности.**

Спиралевидные и колосовидные повязки на плечо, предплечье, бедро и голень. Напёрстковидные повязки на палец.

**32. Основные правила наложения бинтовых повязок при травмах живота и на грудную клетку.**

Спиральная повязка на грудь. Крестообразная (восьмиобразная) повязка

**33. Первая помощь при травмах, ожогах, отморожениях. Наложение шин.**

Шины Кремера (проволочные). Шины Дитерихса. Импровизированные транспортные шины. Транспортная иммобилизация.

**34. Основы проведения реанимационных мероприятий в объеме первой помощи.**

Сущность понятий клиническая и биологическая смерть. Проведение искусственной вентиляции лёгких. Проведение непрямого массажа сердца.

## 5.2. За курс 6 класса

### 1. Природа и человек.

Активный отдых на природе. Умения и навыки общения с природной средой.

### 2. Ориентирование на местности.

Умение ориентироваться на местности. Способы определения сторон горизонта (по Солнцу, Луне, звёздам, часам, окружающим предметам). Устройство компаса.

### **3. Определение своего местонахождения и направления движения на местности.**

Ориентирование по карте. Азимут, его определение. Движение по азимуту.

### **4. Подготовка к выходу на природу.**

Выбор маршрута похода. Изучение района похода. Организационные работы по подготовке к походу.

### **5. Определение места для бивака и организация бивачных работ.**

Разбивка бивака. Разведение костра. Заготовка топлива. Работа с топором. Приготовление пищи в походе.

### **6. Определение необходимого снаряжения для похода.**

Примерный набор личного снаряжения туриста. Подбор обуви и одежды туриста. Походная аптечка.

### **7. Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.**

Пешеходные, лыжные, водные, велосипедные путешествия. Соблюдение правил дисциплины.

### **8. Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.**

Скорость движения туриста. Порядок движения походной группы. Темп движения группы. Переправа на равнинных маршрутах. Особенности горных маршрутов. Движение по склонам.

### **9. Подготовка и проведение лыжных походов.**

Экипировка для лыжного похода. Укрепление физического здоровья. Режим движения. Движение по разным типам местности.

### **10. Водные походы и обеспечение безопасности на воде.**

Препятствия на водном маршруте. Подготовка к водному путешествию. Правила безопасного поведения на воде. Возможные аварийные ситуации на воде.

### **11. Велосипедные походы и безопасность туристов.**

Дорожные и спортивные велосипеды. Подготовка к велосипедному походу. Организация движения на маршруте. Обеспечение безопасности велопохода.

### **12. Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме.**

Дальний (внутренний) туризм. Выездной туризм. Часовые поезда. Адаптация.

### **13. Акклиматизация человека в различных климатических условиях.**

Акклиматизация и в чём она проявляется. Особенности акклиматизации в условиях холодного и жаркого климата. Акклиматизация в горной местности.

**14. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.**

Обеспечение личной безопасности в автомобиле и в поезде при различных ситуациях.

**15. Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.**

Спасательные средства на воде. Морская болезнь. Кораблекрушения. Паника. Общие правила безопасности на водном транспорте.

**16. Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.**

Подготовка к взлёту. Приводнение, спасательный жилет. Пожар в самолёте. Аварийная посадка самолёта. Паника. Мобилизация.

**17. Автономное существование человека в природе.**

Добровольная автономия. Вынужденная автономия. Личные качества человек для успешного выживания в природной среде.

**18. Добровольная автономия человека в природной среде.**

Активный туризм. Руаль Амундсен, Роберт Скотт. Ален Бомбар. Фёдор Конюхов.

**19. Вынужденная автономия человека в природной среде.**

Обстоятельства попадания в условия вынужденной автономии. Развитие качеств, помогающих преодолевать трудности.

**20. Обеспечение жизнедеятельности человека при автономном существовании.**

Сооружение временного укрытия из подручных средств. Способы добывания огня. Обеспечение питьевой водой и питанием.

**21. Опасные погодные явления.**

Прогноз погоды. Признаки ухудшения погоды. Правила поведения во время грозы, пурги.

**22. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.**

Признаки присутствия диких животных в районе пребывания на природе. Дикие хищные млекопитающие.

**23. Укусы насекомых и защита от них**

Кровососущие насекомые. Клещи. Клещевой энцефалит.

**24. Клещевой энцефалит и его профилактика.**

Переносчики вируса клещевого энцефалита. Заражение человека клещевым энцефалитом. Удаление присосавшегося клеща.

**25. Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях.**

Личная гигиена. Уход за кожей. Уход за ногами. Уход за зубами. Содержание индивидуальной аптечки.

**26. Оказание первой помощи при травмах.**

Первая помощь при ссадинах и потёртостях. Первая помощь при ушибах. Первая помощь при вывихах и растяжениях.

**27. Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге.**



Признаки солнечного удара. Признаки теплового удара. Оказание первой помощи при солнечном и тепловом ударе. Отморожение. Термический ожог.

**28. Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.**

Последствия укусов змей и насекомых. Оказание первой помощи при укусе ядовитой змеи. Первая помощь при укусах насекомых.

**29. Здоровый образ жизни и профилактика переутомления.**

Здоровье человека. Здоровый образ жизни. Утомление, профилактика переутомления. Навыки самоконтроля.

**30. Компьютер и его влияние на человека.**

Факторы, отрицательно влияющие на здоровье человека. Специальные упражнения для глаз и мышц тела при работе на компьютере.

**31. Влияние окружающей среды на здоровье человека.**

Загрязнение воздуха, вод, почв. Повышение устойчивости организма к неблагоприятному воздействию внешней среды.

**32. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.**

Социальная среда. Социальное развитие человека. Социальная зрелость человека.

**33. Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.**

Наркомания и токсикомания. Формирование влечения. Нейромедиаторы. Влияние наркотиков на здоровье человека.

**34. Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ.**

Чем опасна наркомания для жизни и общества. С какого момента начинается развитие заболевания наркоманией. 3 стадии развития наркомании.

### 5.3. За курс 7 класса

**1. Различные природные явления**

Атмосфера, гидросфера, биосфера. Деление природных явлений по месту их возникновения.

**2. Общая характеристика природных явлений**

Геологические, метеорологические, гидрологические, биологические и космические опасные природные явления

**3. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера**

Опасная ситуация. Стихийное бедствие. Чрезвычайная ситуация.

**4. Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия.**

Интенсивность землетрясения. Эпицентр и сила землетрясения. Шкала Меркалли.

**5. Защита населения от последствий землетрясений.**

Прогноз землетрясений. Оповещение населения. Организация аварийно-спасательных работ.

**6. Правила безопасного поведения населения при землетрясении.**

Как подготовиться к землетрясению. Как вести себя во время землетрясения. Как действовать после землетрясения.

#### **7. Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов.**

Вулкан, причины его извержения. Виды вулканов. Где встречаются вулканы.

#### **8. Последствия извержения вулканов. Защита населения.**

Жидкие, твердые и газообразные вулканические продукты. Защита населения.

#### **9. Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.**

Естественные и искусственные причины оползней. Меры по предотвращению оползней. Причины и последствия обвалов.

#### **10. Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия.**

Причины возникновения бурь и ураганов. Циклон. Шкала Бофорта.

#### **11. Защита населения от последствий ураганов и бурь.**

Составление прогнозов. Заблаговременные и оперативно-защитные мероприятия. Правила поведения во время ураганов и бурь.

#### **12. Смерчи.**

Смерч, как атмосферное явление. Воронка. Шкала разрушений при смерче. Действия при угрозе и во время смерча.

#### **13. Наводнения. Виды наводнений и их причины.**

Наводнение. Виды наводнений: половодье, паводок, затор, зажор, ветровой нагон воды.

#### **14. Защита населения от последствий наводнений.**

Мероприятия по защите населения от последствий наводнений, проводимые заблаговременно и во время наводнения.

#### **15. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.**

Как подготовиться к наводнению. Как действовать во время наводнения. Как действовать после наводнения.

#### **16. Сели и их характеристика.**

Селевой поток. Причины селей. Основные компоненты селевого потока. Чем опасен селевой поток.

#### **17. Защита населения от последствий селевых потоков.**

Селеопасные районы. Организационно-хозяйственные и охранно-ограничительные меры. Профилактические меры.

#### **18. Цунами и их характеристика.**

Морские волны. Высота, длина и скорость перемещения цунами. Интенсивность цунами по шестибальной шкале.

#### **19. Защита населения от цунами.**

Опасность для цунами жизнедеятельности человека. Что делать во время и после цунами.

#### **20. Снежные лавины.**

Формирование лавины. Причины схода лавин. Правила поведения в лавиноопасных зонах.

**21. Лесные и торфяные пожары и их характеристика.**

Пожароопасный сезон. Определение лесного пожара. Верховой и низовой пожары. Торфяной пожар. Последствия лесных пожаров.

**22. Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.**

Правила пожарной безопасности в лесу. Система охраны лесов. Правила поведения при пожаре в лесу.

**23. Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.**

Инфекционные болезни. Группы инфекционных болезней. Пути распространения инфекций. Периоды развития инфекции. Эпидемия и пандемия. Противозидемические мероприятия.

**24. Эпизоотии и эпифитотии.**

Инфекционные болезни животных. Эпизоотия. Инфекционные болезни растений. Эпифитотия.

**25. Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.**

Терроризм. Цель, характер и тактика действий террористических организаций. Виды терроризма. Характерные черты поведения человека по типам темперамента.

**26. Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения.**

Мораль и нравственность. Жизненные ориентиры. Профилактика вредных привычек. Профилактика террористической деятельности. Антитеррористическое поведение.

**27. Психологическая уравновешенность**

Эмоции в жизни человека. Эмоциональность. Воспитание психологической уравновешенности. Уверенность.

**28. Стресс и его влияние на человека.**

Стрессовые факторы. Стадии стресса: мобилизация, сопротивление, истощение. Общие принципы борьбы со стрессом.

**29. Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.**

Подростковый возраст. Внешние показатели физического развития. Соблюдение правил личной гигиены.

**30. Общие правила оказания первой помощи.**

Первая помощь. Первая медицинская помощь. Когда необходимо вызывать «скорую помощь».

**31. Практическое занятие: Оказание первой помощи при наружном кровотечении.**

Артериальное и венозное кровотечение. Метод пальцевого прижатия артерий. Наложение жгута.

**32. Практическое занятие: Оказание первой помощи при ушибах и переломах.**

Ушиб, перелом. Первая помощь при травме плечевого, голеностопного сустава.

**33. Практическое занятие: Общие правила транспортировки пострадавшего.**

Способы переноски пострадавшего различными способами.

**34. Практическое занятие: Основы проведения реанимационных мероприятий в объеме первой помощи.**

Сущность понятий клиническая и биологическая смерть. Проведение искусственной вентиляции лёгких. Проведение непрямого массажа сердца.

#### 5.4. За курс 8 класса

**1. Пожары в жилых и общественных зданиях, их причина и последствия.**

Пожар. Пожары в жилых и общественных зданиях, их последствия. Возможные причины пожара.

**2. Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты населения**

Меры пожарной безопасности. Меры пожарной безопасности при эксплуатации электробытовых и газовых приборов. Профилактика пожаров.

**3. Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожаре.**

ФЗ «О пожарной безопасности». Правила безопасного поведения при пожаре в квартире, в общественном месте, на даче.

**4. Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизм людей.**

Причины дорожно-транспортного травматизма. Опасные ситуации на дороге.

**5. Организация дорожного движения. Обязанности пешеходов и пассажиров.**

Организация дорожного движения. Обязанности пешеходов и пассажиров. Опасные ситуации на транспорте. Поведение пассажиров в общественном транспорте.

**6. Велосипедист – водитель транспортного средства. Формирование качеств безопасного водителя.**

Общие требования к водителям, к управляющим велосипедом и мопедом. Правила дорожного движения (в части правил, касающихся пешеходов, велосипедистов и водителей мопедов)

**7. Безопасное поведение на водоемах в различных условиях.**

Безопасное поведение на водоемах в различное время года. Опасные ситуации и правила поведения на воде.

**8. Безопасный отдых у воды.**

Правила безопасного поведения на воде, знание и соблюдение которых уменьшает возможность несчастных случаев.

**9. Оказание помощи терпящим бедствие на воде.**

Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде. Опасные ситуации и правила поведения на воде. Оказание помощи утопающему.

## **10. Загрязнение окружающей природной среды и здоровье человека.**

Загрязнение окружающей природной среды и здоровье человека Опасные ситуации в условиях пребывания человека на территории с неблагоприятными экологическими факторами. Предельно допустимые концентрации (ПДК) вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания.

## **11. Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке.**

Правила безопасного поведения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой. Меры безопасности при пребывании человека на территории с неблагоприятными экологическими факторами.

## **12. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера.**

Авария. Катастрофа. ЧС техногенного характера. Объекты экономики, несущие опасность. Критерии классификации ЧС техногенного характера.

## **13. Аварии на радиационно-опасных объектах и их возможные последствия.**

Ионизирующее излучение. Радиационно опасный объект. Радиоактивное загрязнение окружающей среды. АЭС. Лучевая болезнь.

## **14. Аварии на химически опасных объектах и их возможные последствия**

АХОВ. Химически опасные объекты экономики. Химическая авария. Очаг поражения АХОВ.

## **15. Пожары на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия.**

Взрывопожароопасные объекты. Основные факторы, определяющие возникновение аварии на взрывопожароопасном объекте.

## **16. Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия.**

Гидротехнические сооружения. Плотины, водозаборные сооружения, шлюзы. Гидродинамическая авария, её поражающие факторы.

## **17. Обеспечение радиационной безопасности населения**

Естественный радиационный фон. Допустимые пределы доз. Действия при получении сигнала оповещения о радиационной аварии. Подготовка к возможной эвакуации.

## **18. Обеспечение химической защиты населения**

Мероприятия по химической защите населения. Средства индивидуальной защиты органов дыхания и кожи. Действия при химической аварии.

## **19. Обеспечение защиты населения от последствий аварий на взрывопожароопасных объектах**

Категории опасных производственных объектов. Действия при внезапном обрушении здания. Действия в завале.

## **20. Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях**

Факторы возникновения аварии на гидротехнических сооружениях. Мероприятия по защите населения, оказавшегося в зоне ЧС гидродинамического происхождения.

**21. Организация оповещения о ЧС техногенного характера. Эвакуация населения**

РСЧС. Оповещение и информирование населения. Автоматическая система оповещения. Система ОКСИОН. Виды и способы эвакуации. Размещение населения.

**22. Мероприятия по инженерной защите населения от ЧС техногенного характера.**

Защитные сооружения гражданской обороны. Убежища. Противорадиационные укрытия.

**23. Здоровье как основная ценность человека.**

Индивидуальное здоровье человека. Показатели здоровья.

**24. Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность.**

Духовное, физическое и социальное благополучие. Фактор наследственности. Ответственность человека за своё здоровье.

**25. Репродуктивное здоровье - составная часть здоровья человека и общества.**

Репродукция. Репродуктивное здоровье. Роль семьи в формировании репродуктивного здоровья.

**26. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.**

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека. Факторы, отрицательно влияющие на состояние здоровья.

**27. Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний**

Виды неинфекционных заболеваний. Причины возникновения неинфекционных заболеваний. Роль образа жизни человека в профилактике основных неинфекционных заболеваний

**28. Вредные привычки и их влияние на здоровье**

Наркомания и наркотическая зависимость. Алкоголизм. Последствия вредных привычек.

**29. Профилактика вредных привычек**

Меры против незаконного распространения наркотических веществ.

**30. Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности**

Общая культура в области безопасности жизнедеятельности.

**31. Первая помощь пострадавшим и ее значение (практическое занятие)**

Первая помощь. Первая медицинская помощь. Общие правила оказания первой помощи. Наложение повязок на голову, конечности, грудь и живот.

**32. Первая помощь при отравлении АХОВ (практическое занятие)**

Признаки воздействия АХОВ на организм. Первая помощь при отравлении аммиаком и хлором.

### 33. Первая помощь при травмах (практическое занятие)<sup>1</sup>

Основные признаки переломов. Виды шин. Правила наложения шин. Первая помощь при вывихах, разрывах и растяжениях.

### 34. Первая помощь при утоплении (практическое занятие)

Проведение непрямого массажа сердца. Проведение искусственной вентиляции лёгких.

## 6. Тематическое планирование

### 6.1. За курс 5 класса

№ урока	Название раздела/темы	Количество часов
<b>МОДУЛЬ 1: Основы безопасности личности, общества и государства</b>		<b>22</b>
<b>РАЗДЕЛ 1-2: Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</b>		<b>22</b>
<b>Глава 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека</b>		<b>5</b>
1	Город, как среда обитания.	1
2	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	1
3	Особенности природных условий в городе.	1
4	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	1
5	Безопасность в повседневной жизни.	1
<b>Глава 2. Опасные ситуации техногенного характера</b>		<b>6</b>
6	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	1
7	Пешеход. Безопасность пешехода.	1
8	Пассажир. Безопасность пассажира.	1
9	Водитель. Безопасность велосипедиста.	1
10	Пожарная безопасность.	1
11	Безопасное поведение в бытовых ситуациях.	1
<b>Глава 3. Опасные ситуации природного характера</b>		<b>2</b>
12	Погодные явления и безопасность человека.	1
13	Безопасность на водоемах.	1
<b>Глава 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера</b>		<b>2</b>
14	ЧС природного характера.	1
15	ЧС техногенного характера.	1
<b>РАЗДЕЛ 3: Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации</b>		
<b>Глава 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение</b>		<b>3</b>
16	Антиобщественное поведение и его опасность.	1
17	Обеспечение личной безопасности дома	1
18	Обеспечение личной безопасности на улице	1
<b>Глава 6. Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства.</b>		<b>4</b>
19	Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения.	1
20	Виды экстремистской и террористической деятельности	1
21	Виды террористических актов и их последствия.	1
22	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности	1

<b>МОДУЛЬ 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		<b>12</b>
<b>РАЗДЕЛ 4. Основы здорового образа жизни</b>		<b>12</b>
<b>Глава 7. Возрастные особенности развития человека и ЗОЖ</b>		<b>3</b>
23	О здоровом образе жизни.	1
24	Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия укрепления здоровья	1
25	Рациональное питание. Гигиена питания.	1
<b>Глава 8. Факторы, разрушающие здоровье</b>		<b>2</b>
26	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека.	1
27	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек.	1
<b>Раздел 5 Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>		
<b>Глава 9. Первая помощь и правила ее оказания</b>		<b>7</b>
28	Первая помощь при ранениях и кровотечениях.	1
29	Способы остановки кровотечения.	1
30	Основные правила наложения бинтовых повязок при ранениях головы.	1
31	Основные правила наложения бинтовых повязок на верхние и нижние конечности.	1
32	Основные правила наложения бинтовых повязок при травмах живота и на грудную клетку.	1
33	Первая помощь при травмах, ожогах, отморожениях. Наложение шин.	1
34	Основы проведения реанимационных мероприятий в объеме первой помощи.	1

### 6.2. За курс 6 класса

№ урока	Название раздела/темы	Количество часов
<b>МОДУЛЬ 1 Основы безопасности личности, общества, государства</b>		<b>24</b>
<b>РАЗДЕЛ 1 Основы безопасности личности, общества и государства</b>		<b>24</b>
<b>Глава 1. Подготовка к активному отдыху на природе</b>		<b>6</b>
1	Природа и человек.	1
2	Ориентирование на местности.	1
3	Определение своего местонахождения и направления движения на местности.	1
4	Подготовка к выходу на природу.	1
5	Определение места для бивака и организация бивачных работ.	1
6	Определение необходимого снаряжения для похода.	1
<b>Глава 2. Активный отдых на природе и безопасность</b>		<b>5</b>
7	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.	1
8	Подготовка и проведение пеших походов на равнинной и горной местности.	1
9	Подготовка и проведение лыжных походов.	1
10	Водные походы и обеспечение безопасности на воде.	1
11	Велосипедные походы и безопасность туристов.	1
<b>Глава 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности</b>		<b>5</b>
12	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме.	1
13	Акклиматизация человека в различных климатических условиях.	1
14	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.	1
15	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте	1
16	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте	1



<b>Глава 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде</b>		<b>4</b>
17	Автономное существование человека в природе	1
18	Добровольная автономия человека в природной среде.	1
19	Вынужденная автономия человека в природной среде.	1
20	Обеспечение жизнедеятельности человека при автономном существовании.	1
<b>Глава 5. Опасные ситуации в природных условиях</b>		<b>4</b>
21	Опасные погодные явления.	1
22	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.	1
23	Укусы насекомых и защита от них	1
24	Клещевой энцефалит и его профилактика.	1
<b>МОДУЛЬ 2 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		<b>10</b>
<b>РАЗДЕЛ 5 Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>		<b>4</b>
<b>Глава 6. Первая помощь при неотложных состояниях</b>		<b>4</b>
25	Личная гигиена и оказание первой помощи в природных условиях	1
26	Оказание первой помощи при травмах.	1
27	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге.	1
28	Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых	1
<b>РАЗДЕЛ 4: Основы здорового образа жизни</b>		<b>6</b>
<b>Глава 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие</b>		<b>6</b>
29	Здоровый образ жизни и профилактика переутомления.	1
30	Компьютер и его влияние на человека.	1
31	Влияние окружающей среды на здоровье человека.	1
32	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.	1
33	Влияние наркотиков и других психоактивных веществ на здоровье человека.	1
34	Профилактика употребления наркотиков и других психоактивных веществ.	1

### 6.3. За курс 7 класса

№ урока	Название раздела/темы	Количество часов
<b>РАЗДЕЛ 1-2: Основы комплексной безопасности. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</b>		<b>24</b>
<b>Глава 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера</b>		<b>3</b>
1	Различные природные явления	1
2	Общая характеристика природных явлений	1
3	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера	1
<b>Глава 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения</b>		<b>6</b>
4	Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия.	1
5	Защита населения от последствий землетрясений.	1
6	Правила безопасного поведения населения при землетрясении.	1
7	Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов.	1
8	Последствия извержения вулканов. Защита населения.	1
9	Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.	1
<b>Глава 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения</b>		<b>3</b>
10	Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия.	1
11	Защита населения от последствий ураганов и бурь.	1

12	Смерчи.	1
<b>Глава 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения</b>		<b>8</b>
13	Наводнения. Виды наводнений и их причины.	1
14	Защита населения от последствий наводнений.	1
15	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения.	1
16	Сели и их характеристика.	1
17	Защита населения от последствий селевых потоков.	1
18	Цунами и их характеристика.	1
19	Защита населения от цунами.	1
20	Снежные лавины.	1
<b>Глава 5. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения</b>		<b>4</b>
21	Лесные и торфяные пожары и их характеристика.	1
22	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения.	1
23	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения.	1
24	Эпизоотии и эпифитотии.	1
<b>Раздел 3 Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации</b>		<b>2</b>
<b>Глава 6. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму</b>		<b>2</b>
25	Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.	1
26	Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения.	1
<b>РАЗДЕЛ 4: Основы здорового образа жизни</b>		<b>3</b>
<b>Глава 7. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека</b>		<b>3</b>
27	Психологическая уравновешенность	1
28	Стресс и его влияние на человека.	1
29	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1
<b>РАЗДЕЛ 5: Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>		<b>5</b>
<b>Глава 7. Первая помощь при неотложных состояниях</b>		<b>5</b>
30	Общие правила оказания первой помощи.	1
31	<i>Практическое занятие:</i> Оказание первой помощи при наружном кровотечении.	1
32	<i>Практическое занятие:</i> Оказание первой помощи при ушибах и переломах.	1
33	<i>Практическое занятие:</i> Общие правила транспортировки пострадавшего.	1
34	<i>Практическое занятие:</i> Основы проведения реанимационных мероприятий в объеме первой помощи.	1

#### 6.4. За курс 8 класса

№ урока	Название раздела/темы	Количество часов
<b>МОДУЛЬ 1 Основы безопасности личности, общества, государства</b>		<b>16</b>
<b>РАЗДЕЛ 1 Основы комплексной безопасности</b>		<b>16</b>
<b>Глава 1. Пожарная безопасность</b>		<b>3</b>
1	Пожары в жилых и общественных зданиях, их причина и последствия.	1
2	Профилактика пожаров в повседневной жизни и организация защиты насе-	1

	ления	
3	Права, обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожаре.	1
<b>Глава 2. Безопасность на дорогах</b>		<b>3</b>
4	Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизм людей.	1
5	Организация дорожного движения. Обязанности пешеходов и пассажиров.	1
6	Велосипедист – водитель транспортного средства. Формирование качеств безопасного водителя.	1
<b>Глава 3. Безопасность на водоёмах</b>		<b>3</b>
7	Безопасное поведение на водоёмах в различных условиях.	1
8	Безопасный отдых у воды.	1
9	Оказание помощи терпящим бедствие на воде.	1
<b>Глава 4. Экология и безопасность</b>		<b>2</b>
10	Загрязнение окружающей природной среды и здоровье человека.	1
11	Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке.	1
<b>Глава 5. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их возможные последствия</b>		<b>5</b>
12	Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера	1
13	Аварии на радиационно-опасных объектах и их возможные последствия.	1
14	Аварии на химически опасных объектах и их возможные последствия	1
15	Пожары на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия.	1
16	Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия.	1
<b>РАЗДЕЛ 2 Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций</b>		<b>6</b>
<b>Глава 6. Обеспечение безопасности населения от чрезвычайных ситуаций</b>		<b>4</b>
17	Обеспечение радиационной безопасности населения	1
18	Обеспечение химической защиты населения	1
19	Обеспечение защиты населения от последствий аварий на взрывопожароопасных объектах	1
20	Обеспечение защиты населения от последствий аварий на гидротехнических сооружениях	1
<b>Глава 7. Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера</b>		<b>2</b>
21	Организация оповещения о ЧС техногенного характера. Эвакуация населения	1
22	Мероприятия по инженерной защите населения от ЧС техногенного характера.	1
<b>МОДУЛЬ 2 Основы медицинских знаний и здорового образа жизни</b>		<b>12</b>
<b>РАЗДЕЛ 4 Основы здорового образа жизни</b>		<b>12</b>
<b>Глава 8. Здоровый образ жизни и его составляющие</b>		<b>8</b>
23	Здоровье как основная ценность человека.	1
24	Индивидуальное здоровье человека, его физическая, духовная и социальная сущность.	1
25	Репродуктивное здоровье - составная часть здоровья человека и общества.	1
26	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	1
27	Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний	1
28	Вредные привычки и их влияние на здоровье	1
29	Профилактика вредных привычек	1

30	Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности	1
<b>Глава 9. Основы медицинских знаний и оказание медицинской помощи</b>		<b>4</b>
31	Первая помощь пострадавшим и ее значение	1
32	Первая помощь при отравлении АХОВ	1
33	Первая помощь при травмах	1
34	Первая помощь при утоплении	1

## 7. Перечень учебно-методического обеспечения учебного процесса

### Список литературы.

#### Основная литература:

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования – М.: Просвещение, 2011
2. Примерные программы по учебным предметам. ОБЖ 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2011
3. Учебники для общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности», под общей редакцией А.Т. Смирнова, М.: Просвещение.
4. Основы безопасности жизнедеятельности, рабочая тетрадь, А.Т. Смирнов, Б.О. Хренников, 2017.

#### Дополнительная литература:

Конституция Российской Федерации.

Федеральный закон от 31 мая 1996 г. N 61-ФЗ «Об обороне» (с изменениями и дополнениями).

Федеральный закон от 12 февраля 1998 г. № 28-ФЗ «О гражданской обороне».

Федеральный закон от 21 декабря 1994 г. N 68-ФЗ «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера» (с изменениями и дополнениями).

Емельянич В.К. Капитонова М.Е. Ваши шансы избежать беды: учебное пособие/Сборник ситуационных задач по курсу ОБЖ. Санкт-Петербург «КАРО» 2002.

Книга для учителя ОБЖ. А.Т. Смирнов. Просвещение.2001.

Соловьев С.С. Тесты 5-11 кл., М. Дрофа, 2003.

Формирование универсальных учебных действий в курсе ОБЖ 5-9 классы/сост. Г.П. Попова. Волгоград.

#### Интернет ресурсы:

Безопасность и здоровье: ресурсы, технологии и обучение  
<http://www.risk-net.ru>

Все о пожарной безопасности <http://www.hsea.ru>

Всероссийский форум «Здоровье нации – основа процветания России»  
<http://www.znopr.ru>

Лига здоровья нации <http://www.ligazn.ru>

Первая медицинская помощь <http://www.meduhod.ru>  
Портал детской безопасности <http://www.spas-extreme.ru>  
Библиотека электронных наглядных пособий. ОБЖ. 5 – 11 класс. – М.:  
ООО «Кирилл и Мефодий», 2005.

Преподаватель ОБЖ  
«25» августа 2017 года



**А.И. Остудин**