

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 1» г. Сосногорска  
(МБОУ «СОШ № 1» г. Сосногорска)

Рассмотрена  
на методическом совете  
МБОУ «СОШ № 1» г. Сосногорска  
Протокол № 1 от «29» августа 2018 г.

Принята  
на педагогическом совете  
МБОУ «СОШ № 1» г. Сосногорска  
Протокол № 1 от «30» августа 2018 г.



Утверждена  
Директор МБОУ «СОШ № 1» г. Сосногорска  
/ Н.К. Бесолаева  
Приказ № \_\_\_\_\_ от «30» августа 2018 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**  
**«ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ»**

**5 – 9 классы**

**Уровень программы:** основное общее образование  
**Срок реализации:** 5 лет

Рабочая программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» разработана в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» от 17.12.2010 г. № 1897, приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.12.2015 г. № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 г. № 1897, и с учетом рабочей программы «Основы безопасности жизнедеятельности, 5-9 классы. К предметной линии учебников В.Н. Латчука, В.В. Маркова, М.И. Кузнецова и др.» В.Н. Латчука, С.К. Миронова, С.Н. Вангородского и др.

Программу составил:  
А.Г. Землякова

г. Сосногорск

**Планируемые результаты освоения учебного предмета в соответствии  
с основной образовательной программой основного общего образования  
МБОУ «СОШ № 1» г. Сосногорска**

**Личностные результаты:**

1. Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России, чувства ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе российского народа; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества (идентичность человека с российской многонациональной культурой, сопричастность истории народов и государств, находившихся на территории современной России); усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной; осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.
2. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности учащихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде.
3. Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.
4. Формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания (идентификация себя как полноправного субъекта общения, готовность к конструированию образа партнера по диалогу, готовность к конструированию образа допустимых способов диалога, готовность к конструированию процесса диалога как конвенционирования интересов, процедур, готовность и способность к ведению переговоров).
5. Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей (формирование готовности к участию в процессе упорядочения социальных связей и отношений, в которые включены и которые формируют сами учащиеся; включенность в непосредственное гражданское участие, готовность участвовать в жизнедеятельности подросткового общественного объединения, продуктивно взаимодействующего с социальной средой и социальными институтами; идентификация себя в качестве субъекта социальных преобразований, освоение компетентностей в сфере организаторской деятельности; интериоризация ценностей созидательного отношения к окружающей действительности, ценностей социального творчества, ценности продуктивной организации совместной деятельности, самореализации в группе и организации, ценности «другого» как равноправного партнера, формирование компетенций анализа, проектирования, организации деятельности, рефлексии изменений, способов взаимовыгодного сотрудничества, способов реализации собственного лидерского потенциала).
6. Развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам (способность к нравственному самосовершенствованию; веротерпимость, уважительное отношение к религиозным чувствам, взглядам людей или их отсутствию; знание основных норм морали, нравственных, духовных

идеалов, хранимых в культурных традициях народов России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении, расточительном потребительстве; сформированность представлений об основах светской этики, культуры традиционных религий, их роли в развитии культуры и истории России и человечества, в становлении гражданского общества и российской государственности; понимание значения нравственности, веры и религии в жизни человека, семьи и общества).

7. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности.

8. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

9. Формирование основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к исследованию природы, к занятиям сельскохозяйственным трудом, к художественно-эстетическому отражению природы, к занятиям туризмом, в том числе экотуризмом, к осуществлению природоохранной деятельности).

10. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

11. Развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера (способность понимать художественные произведения, отражающие разные этнокультурные традиции; сформированность основ художественной культуры обучающихся как части их общей духовной культуры, как особого способа познания жизни и средства организации общения; эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры; уважение к истории культуры своего Отечества, выраженной в том числе в понимании красоты человека; потребность в общении с художественными произведениями, сформированность активного отношения к традициям художественной культуры как смысловой, эстетической и личностно-значимой ценности).

### **Метапредметные результаты.**

Метапредметные результаты, включают освоенные учащимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные).

### **Межпредметные понятия**

Условием формирования межпредметных понятий, например, таких как система, факт, закономерность, феномен, анализ, синтез является овладение учащимися основами читательской компетенции, приобретение навыков работы с информацией, участие в проектной деятельности. В основной школе на всех предметах продолжается работа по формированию и развитию **основ читательской компетенции**. Учащиеся овладеют чтением как средством осуществления своих дальнейших планов: продолжения образования и самообразования, осознанного планирования своего актуального и перспективного круга чтения, в том числе досугового, подготовки к трудовой и социальной деятельности. У выпускников будет сформирована потребность в систематическом чтении как средстве познания мира и себя в этом мире, гармонизации отношений человека и общества, создании образа «потребного будущего».

При изучении учебных предметов учащиеся усваивают приобретённые на первом уровне **навыки работы с информацией** и пополняют их. Они смогут работать с текстами, преобразовывать и интерпретировать содержащуюся в них информацию, в том числе:

- систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;
- выделять главную и избыточную информацию, выполнять смысловое свёртывание выделенных фактов, мыслей; представлять информацию в сжатой словесной форме (в виде плана или тезисов) и в наглядно-символической форме (в виде таблиц, графических схем и диаграмм, карт понятий — концептуальных диаграмм, опорных конспектов);
- заполнять и дополнять таблицы, схемы, диаграммы, тексты.

В ходе изучения всех учебных предметов учащиеся **приобретут опыт проектной деятельности** как особой формы учебной работы, способствующей воспитанию самостоятельности, инициативности, ответственности, повышению мотивации и эффективности учебной деятельности; в ходе реализации исходного замысла на практическом уровне овладеют умением выбирать адекватные стоящей задаче средства, принимать решения, в том числе и в ситуациях неопределённости. Они получают возможность развить способность к разработке нескольких вариантов решений, к поиску нестандартных решений, поиску и осуществлению наиболее приемлемого решения.

В соответствии ФГОС ООО выделяются три группы универсальных учебных действий: регулятивные, познавательные, коммуникативные.

### **Регулятивные УУД**

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Учащийся сможет:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты; • идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Учащийся сможет:

- определять необходимые действия в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Учащийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;

- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;
- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;
- устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик продукта;
- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Учащийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной. Учащийся сможет:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других учащихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

### **Познавательные УУД**

1. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. Учащийся сможет:

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного

явления, выявлять причины и следствия явлений;

- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные / наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

2. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Учащийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;
- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;
- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;
- создавать вербальные, вещественные и информационные модели с выделением существенных характеристик объекта для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;
- преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;
- переводить сложную по составу (многоаспектную) информацию из графического или формализованного (символьного) представления в текстовое, и наоборот;
- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;
- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;
- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) на основе предложенной проблемной ситуации, поставленной цели и/или заданных критериев оценки продукта/результата.

3. Смысловое чтение. Учащийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;
- резюмировать главную идею текста;
- преобразовывать текст, «переводя» его в другую модальность, интерпретировать текст (художественный и нехудожественный – учебный, научно-популярный, информационный, текст non-fiction);
- критически оценивать содержание и форму текста.

4. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Учащийся сможет:

- определять свое отношение к природной среде;
- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;
- проводить причинный и вероятностный анализ экологических ситуаций;

- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;
- распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды;
- выражать свое отношение к природе через рисунки, сочинения, модели, проектные работы.

5. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. Учащийся сможет:

- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;
- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;
- формировать множественную выборку из поисковых источников для объективизации результатов поиска;
- соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.

### **Коммуникативные УУД**

1. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. Учащийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

2. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Учащийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием

необходимых речевых средств;

- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

3. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ). Учащийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- выделять информационный аспект задачи, оперировать данными, использовать модель решения задачи;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм; создавать информационные ресурсы разного типа и для разных аудиторий, соблюдать информационную гигиену и правила информационной безопасности.

## **Предметные результаты**

### **Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности**

Изучение предметной области "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности" должно обеспечить:

- 1) физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности учащихся с учетом исторической, общекультурной и ценностной составляющей предметной области;
- 2) формирование и развитие установок активного, экологически целесообразного, здорового и безопасного образа жизни;
- 3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;
- 4) овладение основами современной культуры безопасности жизнедеятельности, понимание ценности экологического качества окружающей среды, как естественной основы безопасности жизни;
- 5) понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения;
- 6) развитие двигательной активности учащихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств и показателей физической подготовленности, формирование потребности в систематическом участии в физкультурно-спортивных и оздоровительных мероприятиях;
- 7) установление связей между жизненным опытом учащихся и знаниями из разных предметных областей.

**Предметные результаты** изучения предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» должны отражать:

Основы безопасности жизнедеятельности:

- 1) формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- 2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- 3) понимание личной и общественной значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности;



- 4) 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;
- 5) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;
- 6) формирование установки на здоровый образ жизни, исключая употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- 7) формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- 8) понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- 9) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;
- 10) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- 11) умение оказать первую помощь пострадавшим;
- 12) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным признакам их проявления, а также на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;
- 13) умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- 14) овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

## **Основы безопасности жизнедеятельности**

### **Выпускник научится:**

- классифицировать и характеризовать условия экологической безопасности;
- использовать знания о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в атмосфере, воде и почве;
- использовать знания о способах контроля качества окружающей среды и продуктов питания с использованием бытовых приборов;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации криминогенного характера;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации на улице;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в подъезде;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в лифте;
- безопасно вести и применять способы самозащиты в криминогенной ситуации в квартире;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при карманной краже;
- безопасно вести и применять способы самозащиты при попытке мошенничества;
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при пожаре;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства;

- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и на воде;
- использовать средства и способы само- и взаимопомощи на воде;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических походах;
- готовиться к туристическим походам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических походах;
- адекватно оценивать ситуацию и ориентироваться на местности;
- добывать и поддерживать огонь в автономных условиях;
- добывать и очищать воду в автономных условиях;
- добывать и готовить пищу в автономных условиях; сооружать (обустраивать) временное жилище в автономных условиях;
- подавать сигналы бедствия и отвечать на них;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций природного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в случае чрезвычайных ситуаций природного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций природного характера;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать причины и последствия чрезвычайных ситуаций техногенного характера для личности, общества и государства;
- предвидеть опасности и правильно действовать в чрезвычайных ситуациях техногенного характера;
- классифицировать мероприятия по защите населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера;
- безопасно действовать по сигналу «Внимание всем!»;
- безопасно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- комплектовать минимально необходимый набор вещей (документов, продуктов) в случае эвакуации;
- классифицировать и характеризовать явления терроризма, экстремизма, наркотизма и последствия данных явлений для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия по защите населения от терроризма, экстремизма, наркотизма;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве) взрывного устройства;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать при похищении или захвате в заложники (попытки похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников;
- классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регламентирующих ответственность несовершеннолетних за правонарушения;
- классифицировать и характеризовать опасные ситуации в местах большого скопления людей;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно действовать в местах массового скопления людей;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- планировать профилактические мероприятия по сохранению и укреплению своего здоровья;

- адекватно оценивать нагрузку и профилактические занятия по укреплению здоровья; планировать распорядок дня с учетом нагрузок;
- выявлять мероприятия и факторы, потенциально опасные для здоровья;
- безопасно использовать ресурсы интернета;
- анализировать состояние своего здоровья;
- определять состояния оказания неотложной помощи;
- использовать алгоритм действий по оказанию первой помощи;
- классифицировать средства оказания первой помощи;
- оказывать первую помощь при наружном и внутреннем кровотечении;
- извлекать инородное тело из верхних дыхательных путей;
- оказывать первую помощь при ушибах;
- оказывать первую помощь при растяжениях;
- оказывать первую помощь при вывихах;
- оказывать первую помощь при переломах;
- оказывать первую помощь при ожогах;
- оказывать первую помощь при отморожениях и общем переохлаждении;
- оказывать первую помощь при отравлениях;
- оказывать первую помощь при тепловом (солнечном) ударе;
- оказывать первую помощь при укусе насекомых и змей.

#### **Выпускник получит возможность научиться:**

- *безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;*
- *классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;*
- *готовиться к туристическим поездкам;*
- *адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;*
- *анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;*
- *анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;*
- *безопасно вести и применять права покупателя;*
- *анализировать последствия проявления терроризма, экстремизма, наркотизма;*
- *предвидеть пути и средства возможного вовлечения в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность; анализировать влияние вредных привычек и факторов и на состояние своего здоровья;*
- *характеризовать роль семьи в жизни личности и общества и ее влияние на здоровье человека;*
- *классифицировать и характеризовать основные положения законодательных актов, регулирующих права и обязанности супругов, и защищающих права ребенка;*
- *владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности при формировании современной культуры безопасности жизнедеятельности;*
- *классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;*
- *оказывать первую помощь при не инфекционных заболеваниях;*
- *оказывать первую помощь при инфекционных заболеваниях;*
- *оказывать первую помощь при остановке сердечной деятельности;*
- *оказывать первую помощь при коме;*
- *оказывать первую помощь при поражении электрическим током;*
- *использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;*
- *усваивать приемы действий в различных опасных и чрезвычайных ситуациях;*

- *исследовать различные ситуации в повседневной жизнедеятельности, опасные и чрезвычайные ситуации, выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности;*
- *творчески решать моделируемые ситуации и практические задачи в области безопасности жизнедеятельности.*

**Планируемые результаты освоения учебного предмета в соответствии с программой  
«Основы безопасности жизнедеятельности»  
к предметной линии учебников В.Н. Латчука, В.В. Маркова, М.И. Кузнецова**

**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, потребности 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 работать 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.

### **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ КУРСА**

#### **Учащийся должен знать:**

- наиболее распространенные чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее распространенные в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- основы государственной стратегии Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по организации противодействия терроризму;
- основные виды террористических актов, их цели и способы проведения;
- правила безопасного поведения при угрозе террористических актов;
- основы государственной политики Российской Федерации по противодействию наркотизму;
- основные меры по профилактике наркомании и токсикомании;

- наиболее популярные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при этом.

**Учащийся должен уметь:**

- предвидеть возникновение наиболее распространенных опасных ситуаций по их характерным признакам;
- принимать грамотные решения и умело действовать при возникновении чрезвычайных ситуаций, обеспечивая личную безопасность;
- уверенно действовать при угрозе террористического акта, соблюдая правила личной безопасности;
- правильно пользоваться средствами индивидуальной и коллективной защиты;
- оказывать первую помощь при неотложных состояниях.

**Учащиеся должны обладать компетенциями по практическому применению полученных знаний и умений:**

- для обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- для подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях;
- для оказания первой помощи пострадавшим;
- для формирования убеждений и потребности в соблюдении норм разумного и здорового образа жизни.

## Содержание учебного предмета в соответствии с основной образовательной программой основного общего образования МБОУ «СОШ № 1» г. Сосногорска

Опасные и чрезвычайные ситуации становятся все более частым явлением в нашей повседневной жизни и требуют получения обучающимися знаний, умений, навыков и компетенций личной безопасности в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций социально сложного и технически насыщенного окружающего мира.

Учебный предмет «Основы безопасности жизнедеятельности» является обязательным для изучения на уровне основного общего образования и является одной из составляющих предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности».

Освоение и понимание учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» направлено на:

- воспитание у учащихся чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;
- развитие у учащихся качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни; необходимых для обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях;
- формирование у учащихся современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе понимания необходимости защиты личности, общества и государства посредством осознания значимости безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни, антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции, нетерпимости к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека.

Программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» учитывает возможность получения знаний через практическую деятельность и способствует формированию у обучающихся умения безопасно использовать учебное оборудование, проводить исследования, анализировать полученные результаты, представлять и научно аргументировать полученные выводы.

Межпредметная интеграция и связь учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» с такими предметами как «Биология», «История», «Информатика», «Обществознание», «Физика», «Химия», «Экология», «Экономическая и социальная география», «Физическая культура» способствует формированию целостного представления об изучаемом объекте, явлении, содействует лучшему усвоению содержания предмета, установлению более прочных связей учащегося с повседневной жизнью и окружающим миром, усилению развивающей и культурной составляющей программы, а также рационального использования учебного времени.

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

#### **Основы комплексной безопасности**

Человек и окружающая среда. Мероприятия по защите населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой, предельно допустимые концентрации вредных веществ в атмосфере, воде, почве. Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания. Основные правила пользования бытовыми приборами и инструментами, средствами бытовой химии, персональными компьютерами и др. Безопасность на дорогах. Правила безопасного поведения пешехода, пассажира и велосипедиста. *Средства индивидуальной защиты велосипедиста*. Пожар его причины и последствия. Правила поведения при пожаре при пожаре. Первичные средства пожаротушения. Средства индивидуальной защиты. Водоемы. Правила поведения у воды и оказания помощи на воде. Правила безопасности в туристических походах *и поездках*. Правила поведения в автономных условиях. Сигналы бедствия, способы их подачи и ответы на них. Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (квартира, улица, подъезд, лифт, карманная кража, мошенничество, *самозащита покупателя*). Элементарные способы самозащиты. *Информационная безопасность подростка*.

#### **Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций**

Чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от них (землетрясения, извержения вулканов, оползни, обвалы, лавины, ураганы, бури, смерчи, сильный дождь (ливень), крупный град, гроза, сильный снегопад, сильный гололед, метели, снежные заносы, наводнения,



половодье, сели, цунами, лесные, торфяные и степные пожары, эпидемии, эпизоотии и эпифитотии). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной защиты. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от них (аварии на радиационно-опасных, химически опасных, пожароопасных и взрывоопасных, объектах экономики, транспорте, гидротехнических сооружениях). Рекомендации по безопасному поведению. Средства индивидуальной и коллективной защиты. Правила пользования ими. Действия по сигналу «Внимание всем!». Эвакуация населения и правила поведения при эвакуации.

### **Основы противодействия терроризму, экстремизму и наркотизму в Российской Федерации**

Терроризм, экстремизм, наркотизм - сущность и угрозы безопасности личности и общества. *Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность. Ответственность несовершеннолетних за правонарушения.* Личная безопасность при террористических актах и при обнаружении неизвестного предмета, возможной угрозе взрыва (при взрыве). Личная безопасность при похищении или захвате в заложники (попытке похищения) и при проведении мероприятий по освобождению заложников. Личная безопасность при посещении массовых мероприятий.

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

#### **Основы здорового образа жизни**

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Составляющие и факторы здорового образа жизни (физическая активность, питание, режим дня, гигиена). Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания употребление алкоголя и наркотических веществ, курение табака и курительных смесей), их влияние на здоровье. Профилактика вредных привычек и их факторов. *Семья в современном обществе. Права и обязанности супругов. Защита прав ребенка.*

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

Основы оказания первой помощи. Первая помощь при наружном и внутреннем кровотечении. Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей. Первая помощь при ушибах и растяжениях, вывихах и переломах. Первая помощь при ожогах, отморожениях и общем переохлаждении. *Основные неинфекционные и инфекционные заболевания, их профилактика.* Первая помощь при отравлениях. Первая помощь при тепловом (солнечном) ударе. Первая помощь при укусе насекомых и змей. *Первая помощь при остановке сердечной деятельности. Первая помощь при коме. Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током.*

**Содержание учебного предмета в соответствии с программой  
«Основы безопасности жизнедеятельности» к предметной линии учебников  
В.Н. Латчука, В.В. Маркова, М.И. Кузнецова**

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.

**Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта).** Различные службы помощи: полиция, пожарная охрана, «Скорая помощь», служба спасения, коммунальные и другие службы. Правила вызова служб безопасности. Государственные, муниципальные (городские) и районные службы обеспечения безопасности.

**Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире).**

Характеристика городского и сельского жилища. Особенности жизнеобеспечения современного дома, квартиры (водоснабжение, отопление, электроснабжение, канализация).

Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные аварийные и опасные ситуации в жилище.

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

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

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

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

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

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

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

## **БЕЗОПАСНОСТЬ НА ДОРОГАХ И НА ТРАНСПОРТЕ**

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

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

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

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

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

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

#### ОПАСНЫЕ СИТУАЦИИ СОЦИАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА

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

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

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

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

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

#### 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.

## 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).

## 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.

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

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

## ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

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

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

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

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

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

## 6 КЛАСС

### 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.

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

**Психологические основы выживания в природных условиях.** Свойства человеческой психики, помогающие выживать. Как развивать в себе полезные способности и черты (внимание и

наблюдательность, ощущение и восприятие, память и мышление, установку на выживание). Как воспользоваться ими в условиях вынужденного автономного существования.

**Страх — главный психологический враг.** Страх и его негативное влияние на человека в опасной ситуации. Паника и оцепенение как опасные состояния. Способы побороть страх. Как работа над собой повышает шансы выжить в экстремальных ситуациях. Систематическое воспитание воли.

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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



## БЕЗОПАСНОСТЬ В ДАЛЬНОМ (ВНУТРЕННЕМ) И МЕЖДУНАРОДНОМ (ВЫЕЗДНОМ) ТУРИЗМЕ

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

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

## БЕЗОПАСНОСТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

**Коллективные и индивидуальные средства защиты.** Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Что запрещено при нахождении в убежище.

Как пользоваться поврежденным противогазом. Замена поврежденного противогаза на исправный в условиях зараженного воздуха.

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

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

**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.

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

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

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

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

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

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

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

Изготовление переносных приспособлений.

## ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

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

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

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

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

7

КЛАСС

### **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.

#### **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.

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

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

#### **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.

**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.

#### **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.

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

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

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

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

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

**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.

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

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

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

**НАВОДНЕНИЯ**

**ИЗ ИСТОРИИ НАВОДНЕНИЙ**

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

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

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

**ЦУНАМИ**

**ИЗ ИСТОРИИ ЦУНАМИ**

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

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

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

**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.

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

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

**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.

**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.

## 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.

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

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

## 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.

**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.

## 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.

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

8

КЛАСС

## 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.).

**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.

### 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.

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

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

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

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

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

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

## 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.

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

**Причины и последствия аварий на химически опасных объектах.** Причины химических аварий и их возможные последствия. Понятие об очаге химического поражения и зонах химического заражения. Характеристика зон химического поражения, их глубина и форма. Стойкость аварийно химически опасных веществ.

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

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

## 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.

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

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

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

#### ГИДРОДИНАМИЧЕСКИЕ АВАРИИ ИЗ ИСТОРИИ ГИДРОДИНАМИЧЕСКИХ АВАРИЙ

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

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

#### 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.

**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.

#### 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 чрезвычайных ситуациях экологического характера, их классификация. Источники загрязнения окружающей среды и их классификация. Понятие о токсичности. Экологические последствия хозяйственной деятельности человека.

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

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

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

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

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

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

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

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

**Основы здорового образа жизни**

**Физическая культура и закаливание.** Влияние физических упражнений на развитие растущего организма. Развитие необходимых физических качеств. Составляющие хорошей физической формы. Пути развития сердечно-дыхательной выносливости, мышечной силы, гибкости и скоростных качеств. Понятие о закаливании. Роль закаливания в профилактике простудных заболеваний. Принципы закаливания. Факторы окружающей среды, применяемые для закаливания организма: воздушные и солнечные ванны, закаливание водой.

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

9

КЛАСС

**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.

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

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

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

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

**ОРГАНИЗАЦИЯ ЕДИНОЙ ГОСУДАРСТВЕННОЙ СИСТЕМЫ ПРЕДУПРЕЖДЕНИЯ И ЛИКВИДАЦИИ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ (РСЧС)**

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

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

**МЕЖДУНАРОДНОЕ ГУМАНИТАРНОЕ ПРАВО**

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

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

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

**БЕЗОПАСНОЕ ПОВЕДЕНИЕ В КРИМИНОГЕННЫХ СИТУАЦИЯХ**

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

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

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

**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.

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

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



занятиях спортом. Безопасная одежда, обувь и защитное снаряжение.

## ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ

**Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика.** Понятие о ране. Виды ран.

Понятие об антисептике и ее виды. Основные антисептические средства и порядок их применения.

Понятие об асептике. Предупреждение инфицирования ран с помощью асептических средств.

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

**Экстренная реанимационная помощь.** Понятие о клинической смерти и ее признаки.

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

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

## 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.

**Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления.** Понятие о здоровом образе жизни. Основные компоненты здорового образа жизни: двигательная активность, рациональное питание, закаливание, режим труда и отдыха; их характеристика. Теории оздоровления.

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

### ЛИЧНАЯ ГИГИЕНА

**Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды.** Понятие о гигиене и личной гигиене.

Правила ухода за кожей. Основная функция одежды и гигиенические требования к ней.

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

Способы очистки воды.

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

## 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.

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

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

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

#### **ФАКТОРЫ, РАЗРУШАЮЩИЕ ЗДОРОВЬЕ ЧЕЛОВЕКА**

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

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

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

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

Тема	Краткое содержание темы	Характеристика основных видов учебной деятельности
<b>Основы безопасности личности, общества и государства</b> <b>Личная безопасность в повседневной жизни (11 ч)</b>		
Особенности города как среды обитания человека	Источники и зоны повышенной опасности в современном городе и их характеристика. Отличия горожан от сельских жителей с точки зрения безопасности жизни. Правила безопасного поведения в зонах повышенной опасности	Учатся определять источники и зоны повышенной опасности в современном городе. Изучают правила безопасного поведения в этих зонах
Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта)	Государственные, муниципальные (городские) и районные специальные службы обеспечения безопасности. Правила вызова служб безопасности. Понятие о специальном сигнале оповещения «Внимание всем!». Правила поведения населения при оповещении об опасной или чрезвычайной ситуации по специальному сигналу «Внимание всем!»	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)	Источники опасности в жилище и их характеристика. Возможные опасные ситуации в доме (квартире) и их причины	Учатся распознавать опасные и аварийные ситуации в доме (квартире). Изучают меры безопасности в быту
Пожар	Опасные факторы пожара, воздействующие на людей. Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях, их последствия. Меры пожарной безопасности в быту. Правила безопасного поведения при пожаре в доме (квартире). Правила безопасной эвакуации из задымленного помещения. Что делать, если при пожаре нельзя покинуть квартиру. Основные причины возгорания телевизора (электроприбора). Правила безопасного поведения при возгорании телевизора (электроприбора). Первичные средства пожаротушения и правила пользования ими	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	Водоснабжение дома (квартиры). Причины затопления и возможные последствия. Правила поведения при затоплении жилища и меры по его предотвращению. Изучают причины затопления дома (квартиры). Осваивают	Изучают и осваивают правила безопасности при обращении с электрическими и электронными приборами

	правила профилактики и порядок действий при затоплении Электричество. Опасность электрических и электронных приборов, используемых в быту. Последствия поражения электрическим током. Меры безопасности при обращении с электроприборами	
Опасные вещества и продукты питания	Понятие о средствах бытовой химии. Действие препаратов бытовой химии на организм человека. Правила пользования средствами бытовой химии. Опасность лекарственных средств и меры безопасности при их использовании. Бытовой газ и его опасность. Правила пользования бытовым газом. Правила безопасного поведения при обнаружении запаха газа в квартире. Опасность продуктов питания. Меры по предотвращению пищевых отравлений	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 взрывов и обрушений в жилых домах. Правила безопасного поведения при возникновении взрыва в доме (квартире) и обрушении дома	Приобретают знания о причинах взрывов и обрушений домов. Получают навыки безопасного поведения
Безопасность в нестандартных ситуациях	Захлопнулась дверь (сломался замок, потерялись ключи). Правила предотвращения таких ситуаций. Меры безопасности при потере ключей от дома (квартиры). Опасность толпы. Как уцелеть в толпе. Правила безопасного поведения при попадании в толпу в местах массового скопления людей (на дискотеке, стадионе и т. п.). Безопасное поведение с животными. Правила предосторожности при встречах с собаками. Правила поведения при нападении собаки	Осваивают правила безопасного поведения
<b>Безопасность на дорогах и на транспорте (6 ч)</b>		
Организация дорожного движения, причины и последствия дорожно-транспортных происшествий	Дорожное движение и его участники: пешеходы, пассажиры, водители. Основные причины дорожно-транспортных происшествий. Дорога и ее составные части. Дорожная разметка и дорожные знаки, их характеристика. Сигналы светофора и регулировщика.	Изучают основные положения Правил дорожного движения
Безопасное поведение пешеходов и пассажиров	Понятие о пешеходах и пассажирах. Правила безопасного движения пешеходов по дорогам. Правила перехода проезжей части пешеходами. Правила поведения пассажира автобуса (троллейбуса, трамвая).	Осваивают правила безопасного поведения пешеходов и пассажиров

	Правила поведения пассажира легкового автомобиля. Правила поведения пассажира мотоцикла	
Безопасность в общественном транспорте и автомобиле	Краткая характеристика современных видов транспорта (автомобиль, автобус, трамвай, троллейбус, метро). Правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на городском общественном транспорте. Правила безопасного поведения пассажира автомобиля: при неизбежном столкновении, при падении автомобиля в воду. Причины опасных и аварийных ситуаций в метрополитене. Зоны опасности в метро и их характеристики. Правила безопасного поведения пассажиров метрополитена при аварийных ситуациях	Осваивают правила безопасного поведения при аварийных ситуациях в автобусе, троллейбусе, автомобиле и метро
Железнодорожный транспорт	Источники опасности и опасные зоны на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения на авариях на железнодорожном транспорте. Правила безопасного поведения пассажиров: при крушении поезда, при пожаре в поезде	Осваивают правила безопасного поведения при авариях на железнодорожном транспорте
Авиационный транспорт	Характеристика авиационного транспорта. Правила поведения авиапассажиров в салоне самолета. Правила безопасного поведения авиапассажиров: при аварийной посадке, при разгерметизации салона, при пожаре в самолете, при аварийной посадке на воду	Осваивают правила безопасного поведения в салоне самолета и при аварийных ситуациях на авиационном транспорте
Морской и речной транспорт	Характеристика водного транспорта. Индивидуальные и групповые средства спасения на морском и речном транспорте. Правила пользования спасательным жилетом. Действия пассажиров при аварийных ситуациях и эвакуации с судна. Правила посадки на спасательное средство. Что делать, если человек упал за борт судна	Осваивают правила безопасного поведения при аварийных ситуациях на морском и речном транспорте
<b>Опасные ситуации социального характера (4 ч)</b>		
Психологические основы самозащиты	Язык жестов — важное оружие самозащиты. Основные психологические качества уверенного в себе человека. Психологические рекомендации по преодолению страха и способам самозащиты в опасных ситуациях криминогенного характера	Вырабатывают у себя психологические качества уверенного человека
Ситуации криминогенного характера	Меры по повышению безопасности дома (квартиры). Что не рекомендуется делать, находясь дома без взрослых.	Учатся правильно действовать при возникновении ситуаций

в доме (квартире) и подъезде	Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций в доме (квартире); звонок в дверь, дверь квартиры пытаются открыть, вы вернулись из школы, а дверь квартиры открыта. Правила безопасного поведения при возникновении криминогенных ситуаций: перед подъездом, в подъезде дома, в лифте, на лестничной площадке	криминогенного характера в доме, квартире и подъезде
Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства	Зоны криминогенной опасности в городе (населенном пункте). Правила безопасного поведения с незнакомым человеком. Правила обеспечения личной безопасности в повседневной жизни. Как предотвратить опасные домогательства	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. Меры личной безопасности по предотвращению захвата в заложники. Рекомендации по безопасному поведению при захвате в заложники с целью выкупа. Правила поведения при захвате в заложники в транспортном средстве или месте массового пребывания людей	Осваивают правила поведения при захвате в заложники и меры по предотвращению таких захватов
<b>Загрязнение среды обитания (3 ч)</b>		
Загрязнение воды. Загрязнение воздуха. Загрязнение почвы. Загрязнение воды	Роль воды в жизнедеятельности человека. Требования к питьевой воде. Способы очистки водопроводной воды в домашних условиях. Загрязнение воздуха. Общие сведения об атмосфере. Состав воздуха, которым мы дышим. Причины загрязнения воздуха. Рекомендации по предотвращению загрязнения воздуха в местах проживания. Загрязнение почвы. Роль почвы в жизнедеятельности человека. Причины загрязнения почвы и их последствия. Вредные вещества, накапливающиеся в почве в результате промышленных выбросов. Возбудители инфекционных заболеваний, обитающие в почве	Учатся оценивать состояние окружающей среды, планировать и выполнять мероприятия по защите здоровья в местах с неблагоприятной экологической обстановкой
<b>Средства индивидуальной защиты органов дыхания (2 ч)</b>		
Фильтрующие противогазы. Пользование противогазом	Фильтрующие противогазы. Предназначение и принцип защитного действия фильтрующих противогазов. Гражданские противогазы ГП-7 и ГП-7В, устройство и правила пользования. Детский противогаз ПДФ-2Ш, устройство и правила пользования. Правила подбора противогаза, определение размера (роста) шлеммаски, подготовка противогаза	Изучают назначение и устройство гражданских и детских противогазов. Получают практические навыки пользования

к Переноска противогаза. Положения противогаза: походное, наготове, боевое. Перевод противогаза в боевое положение. Практическая отработка упражнения по надеванию противогаза	работе. Пользование противогазом.	
<b>Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</b>		
<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (3 ч)</b>		
Виды ранений, их причины и первая помощь	Понятие о ране. Общие признаки ранений. Общие правила оказания первой помощи при незначительных открытых ранах	Приобретают знания об основных видах ранений, их причинах и правилах оказания первой помощи
Общая характеристика кровоотечений	Наружное и внутреннее кровоотечения. Венозное кровоотечение и его характеристика. Артериальное кровоотечение и его характеристика. Смешанные кровоотечения и их характеристика. Капиллярное кровоотечение и его особенности	Получают знания о видах кровоотечений
Первая помощь при кровоотечении	Способы временной остановки кровоотечения. Остановка кровоотечения путем пальцевого прижатия артерий. Особенности и правила остановки кровоотечения путем наложения жгута. Остановка кровоотечения путем наложения давящей повязки. Остановка кровоотечения путем максимального сгибания конечности. Остановка кровоотечения путем придания поврежденной конечности приподнятого положения. Первая помощь при кровоотечении из носа	Учатся останавливать кровоотечения, применяя различные способы в зависимости от вида кровоотечения и места травмы
<b>Основы здорового образа жизни (6ч)</b>		
Движение и здоровье	Роль двигательной активности для укрепления здоровья. Понятие об опорно-двигательном аппарате и его развитии. Опорно-двигательный аппарат как генератор двигательной активности. Избыток и недостаток движения (гиподинамия) — причина некоторых заболеваний человека	Объясняют значение двигательной активности для укрепления здоровья
Нарушения осанки и причины их возникновения	Понятие об осанке. Различные виды нарушения осанки и причины их возникновения. Профилактика нарушений осанки. Получают представление о видах, причинах и последствиях нарушения осанки.	Учатся предупреждать нарушения осанки
Телевизор и компьютер— друзья или враги?	Воздействие излучений телевизора и компьютера на организм человека. Правила просмотра телепередач. Правила безопасности при работе на персональном компьютере	Учатся соблюдать правила безопасности при просмотре телепередач и при использовании компьютером
Развитие и	Понятие о детском и подростковом	Получают представление о

изменение организма в вашем возрасте	возрасте. Развитие организма в детском возрасте. Характеристика факторов, влияющих на развитие и изменение организма в подростковом возрасте. Активность сальных и потовых желез в подростковом возрасте. Гигиенические мероприятия по уходу за сальными и потовыми железами	закономерностях развития организма в подростковом возрасте. Учатся правильно выполнять гигиенические мероприятия по уходу за своим телом
Физическое и нравственное взросление человека	Появление новой жизни. Ответственность за сохранение своего здоровья в подростковом возрасте. Физическое взросление мальчиков и девочек, особенности их взаимоотношений	Формируют у себя потребность в соблюдении норм здорового образа жизни как способа укрепления и сохранения здоровья

## 6 КЛАСС

Тема	Краткое содержание темы	Характеристика основных видов учебной деятельности
<b>Основы безопасности личности, общества и государства</b>		
<b>Экстремальные ситуации в природных условиях (18 ч)</b>		
Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях	Понятие о стихийном бедствии и экстремальной ситуации. Основные виды экстремальных ситуаций в природе и их причины. Смена климатогеографических условий. Резкое изменение природных условий. Заболевания или повреждения организма, требующие оказания экстренной помощи. Понятие о вынужденном автономном существовании. Причины вынужденного автономного существования (потеря ориентировки на местности, потеря группы, авария транспортных средств)	Получают представление о стихийных бедствиях, экстремальных ситуациях в природных условиях и их причинах
Факторы и стрессоры выживания в природных условиях	Понятие о факторах выживания в природных условиях (личностные, природные, материальные, постприродные) и их характеристика. Стрессоры выживания в природных условиях и их влияние на организм человека. Элементы выживания в условиях вынужденного автономного существования. Способы преодоления стрессоров выживания. Преодоление страха и стрессового состояния	Получают представление о факторах и стрессорах выживания. Учатся преодолевать стрессоры выживания
Психологические основы выживания в природных условиях	Психическое состояние человека при выживании в природных условиях. Понятие о психических познавательных процессах (внимание, ощущения и	Получают представление о психических познавательных процессах. Учатся управлять психическими



	восприятие, память и мышление, воображение), их характеристика. Управление психическими познавательными процессами в экстремальных ситуациях. Психологическая установка на выживание в условиях природной среды и ее элементы	познавательными процессами в экстремальных условиях и вырабатывать у себя психологическую установку на выживание
Страх— главный психологический враг	Понятие о страхе и паническом поведении, их характеристика. Основные причины страха. Развитие черт характера, позволяющих преодолеть страх и выживать в сложных условиях. Роль волевых качеств человека в преодолении страха. Рекомендации по формированию волевых качеств	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	Подготовка к походу (путешествию) — важный этап обеспечения безопасности. Формирование туристской группы. Выбор руководителя туристской группы и его обязанности. Определение целей и задач похода. Сбор сведений и изучение местности. Разработка маршрута. Приобретение продуктов питания. Подбор личного и группового туристского снаряжения, общие требования к нему. Правила безопасного поведения в природных условиях	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. Выбор и подготовка одежды и обуви. Правила ухода за одеждой и обувью в условиях природной среды. Способы проветривания и просушивания одежды и обуви. Особенности пользования одеждой и обувью в зимнее время	Учатся подбирать одежду и обувь для похода и правильно ухаживать за ними в походных условиях
Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях	Правила поведения в экстремальных ситуациях в условиях природной среды. Первоочередные действия потерпевших бедствие при аварии транспортных средств и попавших в экстремальные условия на природе. Варианты выбора решения. Правила оборудования аварийного лагеря и действия членов группы при ожидании помощи на месте происшествия	Изучают правила поведения в экстремальных ситуациях в природной среде
Действия при потере ориентировки	Потеря ориентировки как наиболее распространенная экстремальная ситуация в природе. Правила определения направления выхода. Определение примерного расстояния до источников звука и света. Определение направления выхода в	Учатся правильно действовать при потере ориентировки и отставании от группы

	ситуации, когда человек заблудился и не может найти свои следы. Правила поведения в случае отставания от группы. Особенности определения направления выхода в зимнее время	
Способы ориентирования и определение направления движения	Понятие об ориентировании. Определение направления на север: по собственной тени, по тени от шеста, с помощью часов, по Полярной звезде. Способы определения сторон света на местности. Правила ориентирования по компасу, по местным предметам и приметам. Движение по азимуту. Коррекция курса движения замыкающим. Правила передвижения по выбранным ориентирам	Обучаются определять стороны света различными способами и двигаться по азимуту
Техника движения в природных условиях	Техника передвижения в лесной местности. Техника передвижения в горной местности. Правила и техника переправы через водоемы и преодоления болот. Особенности передвижения в лесу зимой без лыж. Правила безопасного передвижения по руслу замерзших рек	Знакомятся с техникой передвижения по различной местности, переправы через водоемы и преодоления болот
Сооружение временного жилища, добытие огня и использование	Основные требования, предъявляемые к месту сооружения временного жилища. Виды и способы сооружения временных жилищ в летнее время (шалаш, навес и др.). Виды и способы сооружения временных жилищ в горах. Виды и способы сооружения временных жилищ зимой (снежный домик иглу, траншея в снегу, снежная пещера и др.). Выбор места и правила разведения костра. Особенности разведения костра в ненастную погоду и в зимнее время. Соблюдение мер пожарной безопасности. Виды костров, их назначение. Способы добытия огня в условиях вынужденного автономного существования. Способы сохранения огня	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	Правила обеспечения водой и питанием. Способы сохранения работоспособности при отсутствии пищи и воды в условиях вынужденного автономного существования. Обеспечение питанием из резервов природы при отсутствии продуктов питания. Съедобные растения, насекомые, животные. Правила поиска и сбора растительной пищи. Меры безопасности при употреблении растительной пищи.	Получают представление и навыки добытия воды и пищи в условиях автономного существования

	Обеспечение водой из водоемов, а также добытой из снега, льда. Способы добывания воды, ее очистка и обеззараживание в условиях вынужденного автономного существования	
Поиск и приготовление пищи	Правила использования съедобных растений в пищу. Способы кипячения воды и приготовления растительной пищи при отсутствии посуды. Способы и средства для приготовления пищи в полевых условиях. Охота и рыбалка. Изготовление средств для рыбалки из подручных материалов. Основные правила рыбалки. Особенности приготовления на костре рыбы и мелких животных	Приобретают знания и навыки приготовления пищи в полевых условиях
Особенности лыжных, водных и велосипедных походов	Опасные факторы природной среды, воздействующие на участника лыжного похода. Подготовка к лыжному походу. Требования к одежде, обуви и снаряжению. Основные правила передвижения в лыжном походе. Средства передвижения, используемые в водных походах. Основные правила безопасности при организации и проведении водных походов. Подготовка к лыжному походу. Состав туристской группы. Средства обеспечения безопасности. Выбор велосипеда для похода. Требования к одежде, обуви и снаряжению. Основные правила передвижения в велосипедном походе	Знакомятся с правилами организации, проведения и безопасности лыжных, водных и велосипедных походов
Безопасность на водоемах	Правила безопасного поведения и купания на водоемах в летнее время. Правила безопасного поведения на водоемах зимой. Правила безопасного поведения при передвижении по льду водоемов. Действия человека, провалившегося под лед	Изучают правила безопасного поведения на водоемах летом и зимой
Сигналы бедствия	Сигналы бедствия в условиях вынужденного автономного существования. Способы подачи сигналов бедствия. Сигнальные костры. Специальные знаки международной кодовой таблицы сигналов. Использование подручных средств для подачи сигналов бедствия. Устройство и изготовление простейших сигнальных средств (одинарного и двойного сигнальных зеркал)	Изучают правила передачи сигналов бедствия. Получают практические навыки в изготовлении и применении простейших сигнальных средств

<b>Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме (2 ч)</b>		
Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме	Понятие о дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме. Понятие о безопасности в туризме. Факторы, влияющие на безопасность внутреннего и выездного туризма. Правила поведения туриста в зарубежных поездках. Уважение к религии, обычаям и традициям местного населения. Получают представление о факторах, влияющих на безопасность туризма.	Изучают правила безопасного поведения туристов в зарубежных и внутренних поездках
Акклиматизация в различных природно-климатических условиях	Смена климатогеографических условий. Факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатогеографических условий. Основные принципы адаптации при смене климатогеографических условий. Акклиматизация, общие понятия и определения. Смена часовых поясов. Рекомендации по адаптиванию к местному времени. Смена климата. Рекомендации по адаптиванию к смене климата. Акклиматизация к условиям жаркого климата, условиям горной местности, условиям Севера. Требования к здоровью человека, которые необходимо учитывать при планировании смены климатогеографических условий	Изучают влияние смены различных климатогеографических условий на состояние человека и основные правила адаптации к этим условиям
<b>Безопасность в чрезвычайных ситуациях (3 ч)</b>		
Коллективные и индивидуальные средства защиты	Понятие о убежище (защитном сооружении). Отдельно стоящие и встроенные убежища. Устройство убежища, порядок его заполнения и правила поведения в нем. Правила пользования поврежденным противогазом в непригодной для дыхания среде: при незначительном разрыве шлем-маски, при значительных повреждениях лицевой части противогаза, при замене поврежденного противогаза на исправный.	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	Общие сведения об имевших место террористических акциях на транспортных средствах. Правила безопасного поведения пассажиров в момент захвата преступниками транспортного средства. Правила безопасного поведения человека, оказавшегося заложником в захваченном транспортном средстве. Правила безопасного поведения заложников во время операции по	Изучают правила безопасного поведения людей, захваченных в качестве заложников в различных транспортных средствах.

	освобождению	
Взрывы в местах массового скопления людей	Понятие о местах массового скопления людей. Признаки, указывающие на возможную установку взрывных устройств. Правила поведения при обнаружении признаков взрывного устройства. Правила безопасного поведения: при непосредственной угрозе взрыва, после взрыва	Изучают признаки, указывающие на возможную установку взрывного устройства, правила поведения при обнаружении этих признаков, при непосредственной угрозе взрыва и после взрыва
<b>Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</b> <b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи (8 ч)</b>		
Средства оказания первой помощи	Комплектование походной аптечки лекарственными средствами и другими средствами оказания помощи. Использование лекарственных растений для оказания первой помощи в условиях вынужденного автономного существования	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	Признаки укуса насекомых. Оказание первой помощи при укусах насекомых. Клещевой энцефалит. Признаки укуса клещом. Оказание первой помощи при укусе клещами. Как уберечься от энцефалита. Признаки укуса змеи. Оказание первой помощи пострадавшему, укушенному змеей	Учатся оказывать первую помощь при укусах насекомых и змей
Первая помощь при ожогах	Понятие о термических ожогах, их причины. Степени термических ожогов и их признаки. Оказание первой помощи при ожогах. Солнечный ожог. Воздействие солнечных лучей на организм человека. Рекомендации по предотвращению солнечных ожогов. Признаки солнечного ожога. Оказание первой помощи при солнечном ожоге	Изучают термические и солнечные ожоги, их воздействие на организм человека. 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. Профилактика теплового и солнечного удара	Получают представление о тепловом и солнечном ударе. Изучают правила профилактики и оказания первой помощи
Обморожение и общее охлаждение организма	Общие сведения об обморожении и общем охлаждении организма. Причины обморожения и общего охлаждения организма. Степени обморожения и их признаки. Оказание первой помощи при общем охлаждении и обморожении	Приобретают знания о причинах и признаках обморожения и общем охлаждении организма. Учатся правильно оказывать первую помощь
Беда на воде	Основные причины бедствий на	Учатся оказывать первую

	водоемах. Первоочередные действия человека, заметившего утопающего. Признаки утопления. Последовательность оказания первой помощи в таких случаях	помощь при утоплении
Закрытые травмы	Виды закрытых травм. Признаки закрытых травм и повреждений (ушибов, растяжений, разрывов связок и мышц, вывихов). Оказание первой помощи при закрытых травмах: ушибах, растяжениях, разрывах связок и мышц. Понятие о переломах. Понятие о сдавлении. Оказание первой помощи при сдавлении	Получают представление о видах и признаках закрытых травм. Учатся оказывать первую помощь при закрытых травмах
Способы переноски пострадавших	Приемы и правила переноски пострадавших при отсутствии штатных (медицинских) средств транспортировки. Приемы и правила транспортировки пострадавших: на шесте, на носилках из шестов, на носилках-волокушах из длинных жердей, в рюкзаке	Обучают различным способам переноски пострадавших с использованием подручных средств
<b>Основы здорового образа жизни (4 ч)</b>		
Правильное питание—основа здорового образа жизни	Обмен веществ и энергии как основная функция организма человека. Регулирование потребления и расхода энергии. Рациональное, сбалансированное и калорийное питание. Суточный рацион питания	Получают представление об основах правильного питания
Значение белков, жиров и углеводов в питании человека	Функции белка и их источники для организма человека. Функции жиров. Жиры растительного и животного происхождения. Источники жиров для организма человека. Функции углеводов и его источники для организма человека. Роль витаминов в организме человека. Основные источники витаминов. Роль минеральных веществ в организме человека. Основные источники минеральных веществ. Роль воды в организме человека	Приобретают знания о значении белков, жиров, углеводов, витаминов, минеральных веществ для организма человека
Гигиена и культура питания	Основные гигиенические требования к питанию. Режим питания. Распределение калорийности порций приемам питания и продолжительность приемов пищи. Понятие о культуре и этикете питания. Правила питания и соблюдения культуры питания	Узнают о гигиенических требованиях к питанию и режиме питания. Учатся соблюдать правила этикета при приеме пищи

Особенности подросткового возраста	Особенности развития организма в подростковом возрасте. Изменение поведения в подростковом возрасте. Отношения с родителями	Получают представление об особенностях своего развития и поведения. Учатся учитывать эти особенности при общении с окружающими людьми
------------------------------------	---	---

7 КЛАСС

Тема	Краткое содержание темы	Характеристика основных видов учебной деятельности
<b>Основы безопасности личности, общества и государства (1ч)</b>		
Понятие об чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация	Понятия об опасном природном явлении, стихийном бедствии, чрезвычайной ситуации природного характера. Характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций природного характера. Общие сведения об опасных природных явлениях и чрезвычайных ситуациях природного характера на территории Российской Федерации	Получают представление об опасных природных явлениях, стихийных бедствиях, чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификации
<b>Землетрясения (3 ч)</b>		
Происхождение и классификация землетрясений	Понятие о землетрясениях, их происхождение и характеристика. Понятие о сейсмических поясах и сейсмически активных районах. Сейсмически активные районы в России. Причины возникновения землетрясений. Классификация землетрясений по происхождению	Приобретают знания о происхождении, причинах и классификации землетрясений
Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь	Оценка землетрясений. Понятие о магнитуде и интенсивности землетрясения. Примерное соотношение между магнитудой землетрясения по шкале Рихтера и интенсивностью землетрясения по шкале Меркалли. Последствия землетрясений. Меры по снижению ущерба от землетрясений	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. Признаки приближающегося землетрясения. Наиболее безопасные места для укрытия в здании при землетрясении. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время и после землетрясений. Правила безопасного поведения	Учатся определять признаки приближающегося землетрясения и правильно действовать при заблаговременном оповещении о землетрясении, во время землетрясения и после него

	человека, оказавшегося после землетрясения в завале	
<b>Вулканы (2 ч)</b>		
Общее понятие о вулканах	Понятие о вулканах и их характеристика. Территории в России, подверженные вулканическим извержениям. Причины извержения вулканов	Получают представление о вулканах и причинах их извержения
Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов	Последствия извержения вулканов. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении извержении вулкана, во время и после извержения. Узнают о последствиях вулканических извержений.	Учатся правильно действовать при заблаговременном оповещении об извержении вулкана, во время и после извержения
<b>Оползни, сели, обвалы и снежные лавины (6ч)</b>		
Оползни	Понятие об оползнях и их происхождение. Природные и антропогенные факторы, влияющие на образование оползней. Оползнеопасные районы в России. Классификация оползней	Получают представление о происхождении, причинах и классификации оползней
Сели (селевые потоки)	Понятие о селях и их происхождение. Причины образования селей. Селеопасные зоны в России. Классификация селей	Получают представление о происхождении, причинах и классификации селей
Обвалы	Понятие об обвалах, их происхождение. Причины образования обвалов. Разновидности обвалов (камнепады, обвалы грунта, обрушение ледников) и их характеристика	Получают представление о происхождении, причинах и классификации обвалов
Снежные лавины	Понятие о лавинах и их происхождение. Причины образования лавин. Лавиноопасные районы в России	Получают представление о происхождении, причинах и классификации лавин
Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин	Основные поражающие факторы и последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин. Меры по снижению потерь от оползней, селей, обвалов и лавин. Рекомендации населению, проживающему в оползне-, селе-, обвало- и лавиноопасных зонах	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 угрозе схода селя, оползня, обвала, снежной лавины. Правила безопасного поведения во время и после схода селя, оползня, обвала, снежной лавины, а также безопасного выхода из зоны стихийного бедствия	Изучают правила безопасного поведения при угрозе, во время и после схода селя, оползня, обвала и снежной лавины
<b>Ураганы, бури, смерчи (4 ч)</b>		
Происхождение ураганов, бурь и смерчей	Понятие об ураганах, бурях, смерчах и причины их возникновения. Понятие о циклонах и зоны их зарождения. Шкала Бофорта	Получают представление об ураганах, бурях, смерчах, циклонах и причинах их возникновения



	и показатели, определяющие разрушающее действие воздушных масс	Классификация ураганов, бурь и смерчей
Классификация ураганов в зависимости от скорости ветра	Классификация бурь в зависимости от скорости и состава частиц, а также в зависимости от скорости ветра. Классификация смерчей в зависимости от происхождения, строения, времени действия и охвата пространства	Получают представление о классификации ураганов, бурь и смерчей
Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них	Последствия ураганов и их особенности. Последствия пыльных и снежных бурь и их особенности. Последствия смерчей и их особенности. Меры по снижению потерь от ураганов, бурь, смерчей	Узнают о последствиях ураганов, бурь и смерчей и мерах по снижению ущерба от них
Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей	Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении урагана, бури, смерча. Правила безопасного поведения во время и после урагана, бури, смерча	Изучают правила безопасного поведения при приближении, во время и после урагана, бури и смерчи
<b>Наводнения (3 ч)</b>		
Виды наводнений	Понятие о наводнении и его характеристика. Происхождение наводнений и причины возникновения. Классификация наводнений в зависимости от масштаба, повторяемости и наносимого ущерба. Классификация наводнений в зависимости от причин возникновения и их характеристика	Получают представление о происхождении, причинах и классификации наводнений
Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них	Понятие о затоплении. Последствия затопления для населенных пунктов, сельскохозяйственных угодий и природных комплексов. Вторичные последствия наводнений. Меры по снижению потерь от наводнений	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. Правила безопасного поведения при внезапном наводнении: до прибытия помощи, при вынужденной самоэвакуации. Правила безопасного поведения после наводнений	Изучают правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о наводнении, при внезапном наводнении и после наводнения.
<b>Цунами (3 ч)</b>		
Причины и классификация цунами	Понятие о цунами и их характеристика. Происхождение цунами и причины их возникновения. Классификация цунами в зависимости от причин возникновения и интенсивности	Получают представление о происхождении, причинах и классификации цунами
Последствия цунами и меры по уменьшению	Зависимость разрушительной силы цунами от скорости волн и направления ее движения. Основные	Узнают о поражающих факторах цунами и мерах по снижению ущерба от

ущерба от них	поражающие факторы цунами. Вторичные последствия разрушительного воздействия цунами. Меры по снижению потерь от цунами	цунами
Правила безопасного поведения при цунами	Признаки приближающегося цунами. Правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о приближении цунами. Правила безопасного поведения при внезапном приходе цунами: при эвакуации из здания; оставшись в здании. Правила безопасного поведения человека, оказавшегося в волне цунами. Правила безопасного поведения после прохождения волны цунами	Узнают о признаках, свидетельствующих о приближении цунами. Изучают правила безопасного поведения при заблаговременном оповещении о цунами, при внезапном приходе цунами и после прохождения волны
<b>Природные пожары (4 ч)</b>		
Причины природных пожаров и их классификация	Понятие о лесных и торфяных пожарах. Основные причины возгорания лесов. Классы лесных пожаров. Классификация лесных и торфяных пожаров в зависимости от характера распространения и их характеристика	Получают представление о классификации природных пожаров, узнают о причинах возгорания лесов и торфяников
Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение	Основные и вторичные поражающие факторы лесных и торфяных пожаров. Основные способы тушения лесных пожаров. Предупреждение лесных пожаров. Понятие о пожароопасном сезоне в лесах. Меры по предупреждению пожаров в пожароопасный сезон в лесах.	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 возникновении лесных пожаров: в зоне лесного пожара; в лесу, где возник пожар. Правила безопасного тушения небольшого пожара в лесу. Правила безопасного поведения при возникновении торфяного пожара	Изучают правила безопасного поведения во время природных пожаров и фактические действия при тушении небольшого лесного пожара
<b>Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений (2 ч)</b>		
Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии	Понятие об эпидемии, эпизоотии, эпифитотии и их характеристика. Происхождение и последствия инфекционных заболеваний людей, животных и сельскохозяйственных культур	Получают представление о массовых инфекционных заболеваниях людей, животных и растений
Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений	Меры предупреждения инфекционных заболеваний людей и животных. Структура и общие правила личной гигиены. Основные мероприятия по защите сельскохозяйственных растений от инфекционных заболеваний	Изучают мероприятия по предупреждению инфекционных заболеваний людей, животных, по защите сельскохозяйственных растений. В повседневной жизни соблюдают правила

личной гигиены		
<b>Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера (3 ч)</b>		
Человек и стихия	Особенности психологических процессов и свойств мышления человека при оценке ситуации, угрожающей здоровью и жизни. Влияние и способы повышения психологической подготовленности человека на поведение в опасных и экстремальных ситуациях	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 человека и его характеристики. Влияние темперамента на характер человека. Понятие о характере. Влияние характера на поведение в опасных и экстремальных ситуациях	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	Возникновение страха и паники при стихийном бедствии, их признаки и влияние на психику человека. Рекомендации по психологической подготовке к безопасному поведению в чрезвычайных ситуациях природного характера	Узнают о негативном влиянии внезапного стихийного бедствия на психику человека. Выполняют рекомендации по психологической подготовке к действиям в чрезвычайных ситуациях
<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b>		
<b>Наложение повязок и помощь при переломах (2 ч)</b>		
Правила наложения повязок	Понятие о повязке и перевязке. Классификация повязок. Средства перевязки (марлевые, эластичные и грубчатые бинты) и их характеристика. Общие правила наложения повязок. Техника наложения повязок на руку и на ногу	Изучают средства перевязки и правила наложения повязок. Тренируются в практическом наложении повязок на верхние и нижние конечности
Первая помощь при переломах, переноска пострадавших	Характеристика открытых и закрытых переломов, их особенности. Общие правила оказания первой помощи при переломе костей и способы наложения шин. Способы переноски пострадавших. Переноска пострадавших: при помощи лямок, на руках. Порядок применения различных способов транспортировки пострадавших в зависимости от места перелома	Изучают особенности открытых и закрытых переломов, способы наложения шин и переноски пострадавших. Практически тренируются в наложении шин и переноске пострадавших
<b>Основы здорового образа жизни</b>		
<b>Режим учебы и отдыха подростка (2 ч)</b>		
Режим—необходимое условие здорового образа жизни	Понятие о режиме. Составляющие режима дня и их характеристика. Влияние труда и отдыха на здоровье человека. Элементы режима труда и отдыха. Трудовая деятельность	Учатся правильно сочетать труд и отдых в режиме дня

	школьников	
Профилактика переутомления и содержание режима дня	Основные принципы и содержание режима дня подростков. Примерный режим дня учащихся. Утомление и переутомление, их причины и признаки. Профилактика утомления и переутомления	Учатся составлять и соблюдать режим дня таким образом, чтобы не допустить утомления и переутомления

## 8 КЛАСС

Тема	Краткое содержание темы	Характеристика основных видов учебной деятельности
<b>Основы безопасности личности, общества и государства</b>		
<b>Производственные аварии и катастрофы (2 ч)</b>		
Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация	Промышленные аварии и катастрофы. Понятие об аварии, производственной или транспортной катастрофе. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера в зависимости от масштаба распространения и тяжести последствий. Основные типы чрезвычайных ситуаций техногенного характера и их характеристика	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 техногенных аварий и катастроф. Обеспечение личной безопасности и безопасности окружающих при техногенных авариях	Изучают и анализируют причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера. Приобретают знания о мерах по предупреждению и защите от таких чрезвычайных ситуаций
<b>Взрывы и пожары (7 ч)</b>		
Аварии на пожаро- и взрывоопасных объектах	Понятие о пожаро- и взрывоопасных объектах. Классификация аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах	Получают представление о причинах и видах аварий на пожаро- и взрывоопасных объектах
Общие сведения о взрыве и пожаре	Понятие о взрыве. Характерные особенности взрывов. Зоны действия взрыва и их характеристика. Образование воздушной ударной волны. Действие взрыва на здания, сооружения, оборудование. Понятие о пожаре и процессе горения. Условия процесса горения. Группы возгораемости веществ и материалов	Получают представление о взрыве, пожаре, процессе горения
Классификация пожаров	Классификация и характеристика пожаров в зависимости: от внешних признаков горения, места возникновения, масштаба и интенсивности, времени прибытия первых пожарных подразделений. Условия, способствующие	Узнают о классификации пожаров, условиях и видах их распространения

	распространению пожаров. Линейное и объемное распространение пожаров	
Причины пожаров и взрывов, их последствия	Причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Причины возникновения пожаров на промышленных предприятиях. Причины возникновения взрывов на взрывоопасных предприятиях. Основные причины взрывов в жилых и общественных зданиях	Изучают и анализируют причины взрывов и пожаров в жилых и общественных зданиях, на промышленных предприятиях
Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов	Основные опасные факторы пожара и их воздействие на людей. Вторичные опасные факторы пожаров. Основные и вторичные поражающие факторы взрыва. Действие взрыва на человека. Характеристика поражения людей при взрывах	Изучают и анализируют воздействие на людей опасных факторов и поражающих факторов взрыва
Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах	Использование первичных средств пожаротушения в начальной стадии развития пожара. Общие правила безопасного поведения: при возникновении пожара в здании, эвакуации через задымленный коридор, если надвигается огненный вал. Правила безопасного поведения при опасной концентрации дыма и повышении температуры. Первоочередные действия по тушению горячей на человеке одежды. Правила безопасного поведения человека, оказавшегося после взрыва в завале	Изучают правила безопасного поведения при пожарах и взрывах, применения первичных средств пожаротушения
Пожары и паника	Понятие о панике. Опасность паники во время пожара. Признаки паники, причины и возможные последствия. Механизм панического бегства людей при пожаре. Особенности эвакуации людей при пожаре. Правила безопасного поведения при возникновении паники во время пожара в общественном месте	Изучают и тренируются правильно действовать при возникновении паники во время пожара
<b>Аварии с выбросом аварийно - химически опасных веществ (6 ч)</b>		
Виды аварий на химически опасных объектах	История химических аварий. Понятие об опасном химическом веществе, химически опасном объекте, химической аварии. Классификация аварий на химически опасных объектах. Классификация промышленных объектов по степени химической опасности. Классификация городов, городских и сельских районов, областей, краев и республик по степени химической опасности	Получают представление об аварийно химически опасных веществах, химически опасных объектах и химических авариях
Аварийно химически	Классификация опасности вредных веществ по степени воздействия на	Изучают классификацию АХОВ

<p>опасные вещества и их поражающее действие на организм человека</p>	<p>организм человека. Понятие об аварийно химически опасном веществе (АХОВ). Классификация АХОВ по характеру воздействия на человека. Характеристика наиболее распространенных АХОВ и их поражающее действие на организм человека с выбросом АХОВ при отсутствии индивидуальных средств защиты, убежища, а также возможности выхода из зоны аварии. Первоочередные действия при подозрении на поражение АХОВ. Правила безопасного поведения при авариях на железнодорожных и автомобильных магистралях при перевозке опасных грузов</p>	<p>в зависимости от воздействия на организм человека и характеристики распространенных АХОВ</p>
<p><b>Аварии с выбросом радиоактивных веществ (5 ч)</b></p>		
<p>Радиация вокруг нас</p>	<p>Радиоактивное (ионизирующее) излучение и его воздействие на людей и животных. Свойства радиоактивных веществ. Естественные и искусственные источники ионизирующих излучений. Дозы облучения людей от различных естественных и техногенных источников излучения. Внешнее и внутреннее облучение человека. Пути попадания радиоактивных веществ внутрь организма</p>	<p>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</p>
<p>Аварии на радиационно-опасных объектах</p>	<p>Понятие о радиационно-опасном объекте. Классификация аварий на радиационно-опасных объектах. Причины и фазы аварий на объектах с ядерными компонентами. Зоны радиоактивного заражения (загрязнения) местности при авариях на АЭС</p>	<p>Получают представление о радиационно-опасных объектах, классификации и причинах аварий на этих объектах, зонах радиоактивного заражения местности при таких авариях</p>
<p>Последствия радиационных аварий</p>	<p>Последствия выбросов радиоактивных продуктов в окружающую среду при авариях на радиационно-опасных объектах. Специфические свойства радиоактивных веществ. Особенности радиоактивного загрязнения при авариях на радиационно-опасных объектах. Виды радиационного воздействия на людей и животных. Классификация возможных последствий облучения людей. Воздействие ионизирующих излучений на отдельные ткани и органы человека. Последствия однократного и многократного облучения организма человека. Последствия попадания</p>	<p>Изучают виды радиационного воздействия на людей и животных и их последствия</p>

	радиоактивных веществ внутрь организма с пищей и водой	
Защита от радиационных аварий	Правила безопасного поведения при оповещении об аварии на радиационно-опасном объекте. Правила безопасного поведения при аварии на радиационно-опасном объекте при отсутствии убежища и средств защиты. Правила безопасного поведения при движении по зараженной местности. Первоочередные действия по прибытии в район размещения эвакуируемых. Правила безопасного поведения при проживании на загрязненной местности. Понятие о режиме радиационной защиты и его содержание. Меры по защите населения при радиационной аварии. Особенности проведения йодной профилактики и ее защитный эффект. Радиометрический контроль за содержанием радионуклидов в продуктах питания	Учатся правильно действовать при авариях на радиационно-опасных объектах. Изучают правила безопасного поведения при проживании на загрязненной местности.
<b>Гидродинамические аварии (3 ч)</b>		
Аварии на гидродинамически-опасных объектах, их причины и последствия	Понятие о гидродинамической аварии. Причины гидродинамических аварий и их классификация. Понятие о зонах затопления, зоне катастрофического затопления и их характеристика. Гидродинамически-опасные объекты и их классификация. Основные поражающие факторы гидродинамических аварий. Последствия гидродинамических аварий	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. Правила безопасного поведения при авариях на гидродинамически опасных объектах во время внезапного затопления: до прибытия помощи при вынужденной самоэвакуации из зоны затопления. Правила безопасного поведения после аварии и схода воды	Изучают меры по уменьшению потерь от гидродинамических аварий. Учатся правильно действовать при внезапном затоплении после схода воды
<b>Чрезвычайные ситуации на транспорте (2 ч)</b>		
Автомобильные аварии и катастрофы	Понятие об автомобильной аварии и автомобильной катастрофе. Основные причины автомобильных аварий и катастроф. Автомобиль как источник повышенной опасности	Получают представление об автомобильных авариях и катастрофах, их главных причинах.
Безопасное поведение	Назначение велосипеда и мопеда, их краткая характеристика. Возраст, с	Изучают правила безопасного поведения на

на дорогах велосипедистов и водителей мопедов	которого разрешается выезжать на дороги на велосипеде и мопеде. Требования Правил дорожного движения к передвижению на велосипедах и мопедах по улицам и дорогам. Правила подачи водителем велосипеда (мопеда) сигналов поворота, разворота и торможения	дорогах велосипедистов и водителей мопедов
<b>Чрезвычайные ситуации экологического характера (5 ч)</b>		
Состояние природной среды и жизнедеятельность человека	Антропогенные изменения в природе. Влияние деятельности человека на окружающую среду. Формы негативного воздействия человека на биосферу. Понятие о чрезвычайной ситуации экологического характера. Классификация чрезвычайных ситуаций экологического характера. Источники загрязнения окружающей среды и их классификация. Экологические последствия хозяйственной деятельности человека. Виды загрязнения биосферы	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)	Понятие об атмосфере. Функции атмосферы. Источники загрязнения атмосферы. Изменение климата и прозрачности атмосферы. Парниковый эффект. Разрушение озонового экрана. Кислотные осадки. Выбросы вредных веществ	Узнают об источниках и причинах загрязнения атмосферы
Изменение состояния гидросферы (водной среды)	Вода — важнейшая часть всего живого на Земле. Физико-химические качества питьевой воды. Значение пресной воды для жизнедеятельности человека. Причины ухудшения качества пресных вод. Понятие о сточных водах. Классификация сточных вод: бытовые, атмосферные, производственные. Их характеристика и влияние на здоровье населения	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. Дегградация почвы и ее причины. Эрозия почвенного покрова и опустынивание земель. Причины опасного влияния почвы на здоровье человека. Промышленные и бытовые отходы как негативный фактор загрязнения почвы. Твердые и жидкие отходы. Влияние отходов на загрязнение почвы	Узнают о причинах дегградации земель. Получают представление о промышленных, бытовых, твердых и жидких отходах
Нормативы предельно	Понятие о предельно допустимых концентрациях вредных веществ в	Получают представление о предельно допустимых



допустимых воздействий на природу	атмосфере, воде и почве. Нормы качества атмосферы, воды и почвы. Меры безопасности при пребывании человека на территории с неблагоприятными экологическими факторами	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
<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи (3 ч)</b>		
Первая помощь при массовых поражениях	Опасные факторы массовых поражений людей при чрезвычайных ситуациях и их характеристика. Основная цель и задача первой помощи пострадавшим при массовых поражениях. Мероприятия первой помощи при массовых поражениях в чрезвычайных ситуациях	Получают представление о целях, задачах и мероприятиях первой помощи пострадавшим при массовых поражениях
Первая помощь при поражении аварийно химически опасными веществами	Пути попадания ядовитых веществ в организм человека. Наиболее характерные и общие признаки химического отравления. Общие принципы и правила оказания первой помощи пострадавшим: при поступлении АХОВ через дыхательные пути, при попадании АХОВ на кожу, при поступлении АХОВ через рот. Оказание первой помощи при ожоге кислотой. Оказание первой медицинской помощи при ожоге щелочью	Изучают правила оказания первой помощи при отравлении АХОВ. Учатся оказывать первую помощь при ожогах кислотой и щелочью
Первая помощь при бытовых отравлениях	Первая помощь при отравлении минеральными удобрениями. Причины, последствия и признаки отравления минеральными удобрениями и другими химикатами. Оказание первой помощи: при первых признаках отравления минеральными удобрениями, при отравлении минеральными удобрениями через дыхательные пути, при попадании химикатов в глаза	Учатся оказывать первую помощь при отравлении минеральными удобрениями и другими химикатами
<b>Основы здорового образа жизни (2 ч)</b>		
Физическая культура и закаливание	Воспитание необходимых физических качеств. Составляющие хорошей физической формы. Развитие сердечно-дыхательной выносливости, мышечной силы, гибкости и скоростных качеств. Средства развития физических качеств. Принципы закаливания. Роль закаливания в профилактике простудных заболеваний. Факторы окружающей среды для закаливания организма. Закаливание воздухом. Солнечные ванны. Закаливание водой.	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

	Правила использования факторов окружающей среды для закаливания организма	
Семья в современном обществе	Роль и значение семьи в современном обществе. Семейный кодекс Российской Федерации. Понятие о браке. Права и обязанности супругов	Получают представление о браке и семье, правах и обязанностях супругов

9 КЛАСС

Тема	Краткое содержание темы	Характеристика основных видов учебной деятельности
<b>Основы безопасности личности, общества и государства</b> <b>Современный комплекс проблем безопасности (5 ч)</b>		
Правовые основы обеспечения безопасности личности, общества и государства	Конституция Российской Федерации как гарант безопасности и защиты человека. Федеральные законы «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «Об обороне», «О гражданской обороне», «О пожарной безопасности», «О безопасности дорожного движения», «О противодействии терроризму», «О наркотических средствах и психотропных веществах», назначение и краткая характеристика. Наиболее важные подзаконные акты Российской Федерации в области обеспечения безопасности личности, общества и государства	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 Российской Федерации. Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года. Основные направления обеспечения национальной безопасности Российской Федерации. Угрозы в сфере военной безопасности, в сфере государственной и общественной безопасности, защита от этих угроз	Получают представление об угрозах национальной безопасности РФ, основных направлениях и стратегии ее обеспечения
Международный терроризм как угроза национальной безопасности	Понятие о терроризме. Современный международный терроризм и его характеристика. Классификация современного терроризма. Направления международной государственной деятельности по противодействию терроризму. Федеральный закон «О противодействии терроризму»	Получают представление о современном терроризме, его классификации, основных направлениях деятельности по противодействию терроризму
Наркотизм и национальная	Понятия о наркотизме, наркомании и токсикомании, их характеристика.	Получают представление о наркотизме, наркомании и

безопасность	Социальная опасность наркотизма. Основы государственной политики в отношении оборота наркотических средств и психотропных веществ. Федеральный закон «О наркотических средствах и психотропных веществах»	токсикомании. Изучают основы государственной политики в отношении оборота наркотических средств и психотропных веществ
Гражданская оборона как составная часть системы национальной безопасности	Понятие о гражданской обороне. Основные задачи гражданской обороны. Силы и средства гражданской обороны. Управление, организация и ведение гражданской обороны в Российской Федерации. Федеральный закон «О гражданской обороне»	Получают представление об основных задачах, силах и средствах гражданской обороны
<b>Организация единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС) (3 ч)</b>		
Цели, задачи и структура РСЧС	История создания единой государственной системы предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Функции, задачи и структура РСЧС. Функциональные подсистемы РСЧС и их функции. Территориальные подсистемы РСЧС и их функции. Координационные органы РСЧС и их задачи. Постоянно действующие органы управления РСЧС и их функции. Органы повседневного управления РСЧС	Получают представление о функциях и структуре РСЧС
Режимы функционирования, силы и средства РСЧС	Режимы функционирования РСЧС. Основные мероприятия, проводимые органами управления и силами РСЧС: в режиме повседневной деятельности, режиме повышенной готовности, режиме чрезвычайной ситуации. Силы и средства РСЧС. Силы и средства наблюдения и контроля. Силы ликвидации чрезвычайных ситуаций	Получают представление о режимах функционирования, силах и средствах РСЧС
<b>Международное гуманитарное право (3 ч)</b>		
Международное гуманитарное право. Сфера применения и ответственность за нарушение норм	Понятие о международном гуманитарном праве. Области международного гуманитарного права. Лица, находящиеся под защитой международного гуманитарного права. Основные документы международного гуманитарного права	Изучают основные документы Международного права
Защита раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и духовного персонала	Основные требования международного гуманитарного права по защите раненых и больных из состава действующей армии. Основные требования международного гуманитарного права по защите раненых, больных и потерпевших кораблекрушение из	Получают представление об основных требованиях международного гуманитарного права по защите раненых, больных, потерпевших кораблекрушение, медицинского и

	состава вооруженных сил на море. Правовая защита медицинского и духовного персонала, выполняющего свои функции во время военных действий. Международное движение Красного Креста и Красного Полумесяца, его организации эмблемы	духовного персонала
Защита военнопленных и гражданского населения	Понятие о комбатантах в международном Гуманитарном праве. Категории лиц, относящиеся к комбатантам. Основные требования международного гуманитарного права по защите военнопленных. Основные требования международного гуманитарного права по защите лиц из числа гражданского населения, находящегося во власти противника. Особая защита международным гуманитарным правом женщин и детей	Получают представление об основных требованиях международного гуманитарного права по защите военнопленных и гражданского населения
<b>Безопасное поведение в криминогенных ситуациях (3 ч)</b>		
Защита от мошенников	Понятие о мошенничестве. Основные черты мошенника. Виды мошенничества: хищение путем обмана, хищение путем злоупотребления доверием. Уголовная ответственность за мошенничество. Основные приемы мошенничества. Правила защиты от мошенников	Получают представление об основных видах и приемах мошенничества. Осваивают правила защиты от мошенников
Безопасное поведение девушек	Понятие о преступлениях на сексуальной почве. Уголовная ответственность за насильственные действия сексуального характера. Лица, представляющие угрозу насильственным действиям, их психологический портрет. Правила безопасного поведения и психологической защиты по предотвращению насильственных действий сексуального характера	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	Психология преступника в выборе жертвы. Признаки потенциальной жертвы и признаки неуязвимости уверенного в себе человека. Развитие качеств личности уверенного человека. Правила поведения, уменьшающие риск встречи с насильниками и хулиганами. Правила профилактики и самозащиты от нападения насильников и хулиганов	Развивают у себя качества личности уверенного человека. Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие защититься от насильников и хулиганов
<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b>		
<b>Профилактика травм в старшем школьном возрасте (3 ч)</b>		
Причины	Причины травматизма в старшем	Изучают причины

травматизма и пути их предотвращения	школьном возрасте. Наиболее характерные причины травм и повреждений у подростков и рекомендации по их предотвращению	травматизма школьников и правила безопасного поведения по его предотвращению
Безопасное поведение дома и на улице	Понятие о бытовом травматизме. Рекомендации по предотвращению травм в домашних условиях. Предотвращение травм при пожаре в доме (квартире). Предотвращение травм при обращении с электрическими приборами и электрооборудованием. Предотвращение травм на улице и на водоемах. Предотвращение травм в дорожно-транспортных происшествиях. Предотвращение травм в доме (на кухне, в ванной комнате, при проведении ремонта)	Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травматизм дома и на улице
Безопасное поведение в школе, на занятиях физкультурой и спортом	Понятие о школьном травматизме. Предотвращение травм на уроках физики при работе с электроприборами и электрооборудованием. Предотвращение травм на уроках химии. Предотвращение травм на уроках физкультуры и при занятиях спортом. Предотвращение травм на переменах	Учатся соблюдать правила безопасного поведения, помогающие предотвратить травмы
<b>Основы медицинских знаний (4 ч)</b>		
Профилактика осложнений ран. Асептика и антисептика	Понятие об асептике. Виды ранений, при которых необходимо выполнение мероприятий по предотвращению инфицирования и ускорению заживления. Значение асептической повязки. Система асептических мероприятий. Понятие об антисептике. Виды антисептики	Получают представление об асептике и антисептике
Травмы головы, позвоночника и спины	Причины и признаки травм головы и позвоночника. Оказание первой помощи при травмах головы и позвоночника. Сотрясение головного мозга, признаки и симптомы. Основные правила оказания первой помощи при сотрясении головного мозга. Боли в спине. Признаки и симптомы повреждения спины. Предотвращение появления болей в спине. Первая помощь при болях в спине	Учатся определять признаки и оказывать первую помощь при травмах головы и позвоночника
Экстренная реанимационная помощь	Понятие о клинической смерти. Признаки клинической смерти. Основные правила определения признаков клинической смерти. Последовательность проведения реанимационных мероприятий	Учатся определять признаки клинической смерти и практически осваивают технику и последовательность выполнения

	Подготовка пострадавшего к реанимации. Понятие о прекардиальном ударе. Техника и последовательность действий при нанесении прекардиального удара. Понятие о непрямом массаже сердца. Техника и последовательность действий при проведении непрямого массажа сердца. Понятие об искусственной вентиляции легких. Техника и последовательность действий при проведении искусственной вентиляции легких. Отработка метода искусственного дыхания «рот в рот»	креанимационных мероприятий
Основные неинфекционные заболевания	Общие сведения о неинфекционных заболеваниях. Характеристика наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваний и факторы, влияющие на их возникновение. Основные причины роста неинфекционных заболеваний	Получают представление о наиболее распространенных и опасных неинфекционных заболеваниях
<b>Основы здорового образа жизни</b> <b>Здоровье и здоровый образ жизни (3 ч)</b>		
Здоровье человека	Понятие о здоровье. Составляющие здоровья. Духовное и физическое здоровье, их характеристика. Взаимосвязь духовного здоровья с социальным. Критерии оценки здоровья детей и подростков. Характеристика групп здоровья детей и подростков. Общественное и индивидуальное здоровье. Факторы, влияющие на здоровье человека	Получают представление о составляющих здоровья человека, критериях оценки, группах здоровья детей и подростков
Здоровый образ жизни как путь к достижению высокого уровня здоровья и современные методы оздоровления	Влияние здорового образа жизни на формирование личности. Элементы здорового образа жизни их характеристика. Факторы риска. Теории оздоровления человеческого организма. Оздоровительные системы и их составляющие. Индивидуальный подход к выбору оздоровительной системы	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	Внешняя среда и ее воздействие на человека. Физические, химические, биологические и социальные факторы риска внешней среды и их характеристика. Факторы риска психического характера. Внутренняя среда организма. Способность организма поддерживать в заданных пределах состояние внутренней среды	Получают представление о влиянии факторов риска, риска внешней среды на внутреннюю среду организма человека

<b>Личная гигиена (3 ч)</b>		
Понятие личной гигиены. Гигиена кожи и одежды	Общие сведения о гигиене. Задачи гигиены. Понятие о личной гигиене и ее составляющие. Общие сведения о коже человека и ее функциях. Гигиена кожи. Главная функция одежды человека. Гигиенические требования к одежде, обуви и головным уборам	Получают представление о гигиене и ее составляющих, гигиенических требованиях к одежде, обуви и головным уборам
Гигиена питания и воды	Зависимость жизнедеятельности организма человека от питания и воды. Общие сведения о продуктах животного и растительного происхождения. Гигиенические требования к питанию. Совместимость пищевых продуктов. Соотношение продуктов животного и растительного происхождения в рационе питания человека. Рекомендуемое количество белков, жиров и углеводов для детей и подростков. Режим питания. Распределения рациона питания в течение дня. Общие сведения о воде. Гигиенические требования к воде	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	Зависимость состояния здоровья человека от условий жизни. Гигиенические требования, предъявляемые к современному жилищу. Гигиенические требования к микроклимату жилого помещения: комнатной температуре, относительной влажности воздуха, скорости движения комнатного воздуха, естественному и искусственному освещению. Гигиенические требования, предъявляемые к индивидуальному строительству загородных домов. Гигиенические требования при планировке территории. Гигиенические требования к водоснабжению и канализации. Гигиенические требования к сбору, обезвреживанию и удалению отходов (отходов)	Получают представление о гигиенических требованиях к современному жилищу и индивидуальному строительству загородных домов
<b>Физиологические и психологические особенности организма подростка (4 ч)</b>		
Физиологическое и психологическое развитие подростков	Особенности физического развития в подростковом и юношеском возрасте. Внешние изменения организма. Развитие нервной системы и двигательных функций. Активизация работы желез внутренней секреции. Развитие сердечно-сосудистой системы и системы кровообращения. Неустойчивость организма к	Получают представление о физическом и психологическом развитии в подростковом и юношеском возрасте. Учатся учитывать эти особенности при общении с окружающими

	<p>температурным воздействиям.</p> <p>Особенности психологического развития в подростковом и юношеском возрасте: повышенная эмоциональность и неустойчивость нервной системы.</p> <p>Рекомендации по предупреждению повышенной нервной возбудимости</p>	
Роль взаимоотношений в формировании репродуктивной функции	<p>Понятие о состоянии влюбленности.</p> <p>Психологические особенности взаимоотношений подростков (юношей и девушек) в этом состоянии. Первые чувства и проявления любви. Вопросы нравственности во взаимоотношениях полов</p>	<p>Получают представление об особенностях отношений юношей и девушек</p>
Виды конфликтов. Правила поведения в конфликтных ситуациях	<p>Понятие о конфликте. Виды конфликтов и методы преодоления разногласий. Правила поведения в конфликтной ситуации.</p> <p>Управление чувствами и эмоциями в конфликтной ситуации. Приемы управления чувствами и эмоциями.</p> <p>Общение с возбужденным собеседником. Приемы снятия эмоционального возбуждения</p>	<p>Учатся правильно вести себя в конфликтных ситуациях</p>
Суицидальное поведение в подростковом возрасте	<p>Общие сведения о суицидах. Опасные ситуации, связанные с суицидами (самоубийствами). Причины и факторы, повышающие вероятность суицидов.</p> <p>Зависимость числа суицидов от возраста и пола. Суициды среди подростков, молодежи и студентов.</p> <p>Понятие об угнетенном психическом состоянии и депрессии, пути их преодоления. Профилактика суицидов</p>	<p>Получают представление о причинах и профилактике суицидов. Учатся преодолевать угнетенное психическое состояние и депрессию</p>
<b>Факторы, разрушающие здоровье человека (4 ч)</b>		
Употребление табака	<p>Понятие о табакокурении. Состав табачного дыма. Никотин и признаки его отравления.</p> <p>Опасное воздействие угарного газа и радиоактивных веществ, содержащихся в табаке.</p> <p>Стадии никотиновой зависимости и их характеристика. Негативное воздействие табачного дыма на организм человека. Профилактика и отказ от табакокурения</p>	<p>Формируют у себя негативное отношение к табакокурению</p>
Употребление алкоголя	<p>Алкоголь и его влияние на здоровье.</p> <p>Разрушающее воздействие алкоголя на все системы и органы человека.</p> <p>Последствия воздействия алкоголя на головной мозг, пищеварительную функцию, печень, железы внутренней секреции, поджелудочную железу,</p>	<p>Формируют у себя негативное отношение к употреблению алкоголя.</p>



	половую функцию и т. д. Развитие алкоголизма. Понятие о пьянстве и алкоголизме. Похмельный синдром и его признаки. Первая помощь при алкогольном отравлении. Профилактика разрушающего влияния алкоголя на здоровье	
Наркомания и токсикомания	Понятие о наркомании и токсикомании. Действие наркотических веществ на организм человека. Признаки наркомании и токсикомании. Развитие психической зависимости от наркотика. Развитие физической зависимости от наркотика. Признаки наркотического отравления и отравления лекарственными препаратами. Первая помощь при наркотическом отравлении. Первая помощь при отравлении лекарственными препаратами	Формируют у себя негативное отношение к употреблению психотропных веществ. Учатся оказывать первую помощь при отравлениях наркотиками и лекарственными препаратами
Заболевания, передающиеся половым путем	Понятие о заболеваниях, передаваемых половым путем, и их опасность для здоровья человека. Характеристика наиболее распространенных заболеваний, передаваемых половым путем, и их профилактика. Понятие о синдроме приобретенного иммунодефицита (СПИД) и ВИЧ-инфекции, их профилактика	Получают представление о заболеваниях, передающихся половым путем и путях их профилактики

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Практическая часть, виды контроля
<b>Основы безопасности личности, общества, и государства.</b>			
<b>Личная безопасность в повседневной жизни</b>		11 часов	
1.	Особенности города как среды обитания человека.		
2.	Системы обеспечения безопасности города (населенного пункта)		
3.	Опасные и аварийные ситуации в доме (квартире)		
4.	Пожар		
5.	Затопление квартиры		
6.	Электричество		
7.	Опасные вещества и продукты питания		
8.	Взрыв и обрушение дома		
9.	Безопасность в нестандартных ситуациях		
10.	Опасность толпы		
11.	Правила предосторожности при встрече с собаками		к/р №1
<b>Безопасность на дороге и на транспорте</b>		6 часов	
1.(12)	Организация дорожного движения, причины и последствия ДТП		
2.(13)	Безопасное поведение пешеходов и пассажиров		
3.(14)	Безопасность в общественном транспорте и автомобиле		
4.(15)	Железнодорожный транспорт		
5.(16)	Авиационный транспорт		
6.(17)	Морской и речной транспорт		к/р №2
<b>Опасные ситуации социального характера</b>		4 часа	
1.(18)	Психологические основы самозащиты		
2.(19)	Ситуации криминогенного характера в доме (квартире) и подъезде		
3.(20)	Криминогенные ситуации на улице, опасные домогательства		
4.(21)	Правила поведения при захвате в заложники		
<b>Загрязнение среды обитания</b>		3 часа	
1.(22)	Загрязнение воды		
2.(23)	Загрязнение воздуха		
3.(24)	Загрязнение почвы		
<b>Средства индивидуальной защиты органов дыхания</b>		2 часа	
1.(25)	Фильтрующие противогазы		
2.(26)	Пользование противогазом		к/р №3
<b>Оказание первой помощи и здоровый образ жизни</b>			
<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>		3 часа	
1.(27)	Виды ранений, их причины и первая помощь		
2.(28)	Общая характеристика кровотечений		
3.(29)	Первая помощь при кровотечении		
<b>Основы здорового образа жизни</b>		6 часов	
1.(30)	Движение и здоровье		
2.(31)	Нарушение осанки и причины их возникновения		
3.(32)	Телевизор и компьютер – друзья или враги?		
4.(33)	Развитие и изменение организма в вашем возрасте. Физическое и нравственное взросление человека		
34.	Промежуточная аттестация за курс 5 класса		к/р №4
35.	Обобщение изученного за год		

**6 класс**

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Практическая часть, виды контроля
<b>Экстремальные ситуации в природных условиях</b>		17 часов	
1	Основные виды экстремальных ситуаций в природных условиях.		
2	Факторы и стрессоры выживания в природных условиях. Контрольная работа на сохранность знаний		к/р №1
3	Психологические основы выживания в природных условиях		
4	Страх — главный психологический враг		
5	Подготовка к походу и поведение в природных условиях		
6	Надежные одежда и обувь — важное условие безопасности		
7	Поведение в экстремальной ситуации в природных условиях		
8	Действия при потере ориентировки		
9	Способы ориентирования и определение направления движения		
10	Техника движения в природных условиях		
11	Сооружение временного жилища, добывание и использование огня		
12	Обеспечение питанием и водой		
13	Поиск и приготовление пищи		
14	Особенности лыжных, водных и велосипедных походов.		
15	Безопасность на водоемах		
16	Сигналы бедствия		
17	Контрольная работа по теме «Экстремальные ситуации в природных условиях»		к/р №2
<b>Безопасность в дальнем (внутреннем) и международном (выездном) туризме</b>		2 часа	
18	Факторы, влияющие на безопасность во внутреннем и выездном туризме		
19	Акклиматизация в различных природно-климатических условиях		
<b>Безопасность в чрезвычайных ситуациях</b>		3 часа	
20	Коллективные и индивидуальные средства защиты		
21	Захват террористами воздушных и морских судов, других транспортных средств		
22	Взрывы в местах массового скопления людей.		к/р №3
<b>Основы медицинских знаний и оказание первой помощи</b>		8 часов	
23	Средства оказания первой помощи		
24	Опасные животные, первая помощь при укусах насекомых и змей		
25	Первая помощь при ожогах		
26	Тепловой и солнечный удар		
27	Обморожение и общее охлаждение организма		
28	Беда на воде		
29	Закрытые травмы		
30	Способы переноски пострадавших		
<b>Основы здорового образа жизни</b>		5 часов	
31	Правильное питание — основа здорового образа жизни		
32	Значение белков, жиров и углеводов в питании человека		
33	Гигиена и культура питания.		
34	Промежуточная аттестация за курс 6 класса		к/р №4
35	Особенности подросткового возраста. Обобщение изученного за год		

## 7 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Практическая часть, виды контроля
<b>Основы безопасности личности, общества и государства</b>		1 час	
1	Понятие о чрезвычайных ситуациях природного характера и их классификация.		
<b>Землетрясения</b>		3 часа	
2	Происхождение и классификация землетрясений.		
3	Оценка землетрясений, их последствия и меры по уменьшению потерь. Контрольная работа на сохранность знаний.		к/р №1
4	Правила безопасного поведения при землетрясениях.		
<b>Вулканы</b>		2 часа	
5	Общее понятие о вулканах.		
6	Меры по уменьшению потерь от извержений вулканов.		
<b>Оползни, сели, обвалы, и снежные лавины</b>		6 часов	
7	Оползни, Сели (селевые потоки)		
8	Обвалы.		
9	Снежные лавины.		
10	Последствия оползней, селей, обвалов и снежных лавин.		
11	Правила безопасного поведения при угрозе и сходе оползней, селей, обвалов и лавин.		
12	Контрольная работа №2 по темам «Землетрясения», «Вулканы», «Сели, оползни, обвалы, снежные лавины»		к/р №2
<b>Ураганы, бури, смерчи</b>		4 часа	
13	Происхождение ураганов, бурь и смерчей.		
14	Классификация ураганов, бурь и смерчей.		
15	Последствия ураганов, бурь и смерчей и меры по уменьшению ущерба от них.		
16	Правила безопасного поведения при угрозе и во время ураганов, бурь и смерчей.		
<b>Наводнения</b>		3 часа	
17	Виды наводнений.		
18	Последствия наводнений и меры по уменьшению ущерба от них.		
19	Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений.		
<b>Цунами</b>		3 часа	
20	Причины и классификация цунами.		
21	Последствия цунами и меры по уменьшению ущерба от них.		
22	Правила безопасного поведения при цунами.		
<b>Природные пожары</b>		4 часа	
23	Причины природных пожаров и их классификация.		
24	Последствия природных пожаров, их тушение и предупреждение.		
25	Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении.		
26	Контрольная работа №3 по темам «Ураганы, бури, смерчи», «Наводнения», «Цунами», «Природные пожары»		к/р №3
<b>Массовые инфекционные заболевания людей, животных и растений</b>		2 часа	
27	Эпидемии, эпизоотии и эпифитотии.		
28	Защита от инфекционных заболеваний людей, животных и растений.		
<b>Психологические основы выживания в чрезвычайных ситуациях природного характера</b>		3 часа	

29	Человек и стихия.		
30	Характер и темперамент.		
31	Психологические особенности поведения человека при стихийном бедствии		
<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b>		2 часа	
32	Правила наложения повязок		
33	Первая помощь при переломах, переноска пострадавших.		
<b>Основы здорового образа жизни</b>		2	
34	Промежуточная аттестация за курс 7 класса.		к/р №4
35	Режим — необходимое условие здорового образа жизни Профилактика переутомления и содержание режима дня.		

### 8 класс

№ урока	Тема урока	Кол-во часов	Практическая часть, виды контроля
<b>Основы безопасности личности, общества и государства. Производственные аварии и катастрофы</b>		2 часа	
1.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их классификация.		
2.	Причины чрезвычайных ситуаций техногенного характера и защита от них. Контрольная работа на сохранность знаний		к/р №1
<b>Взрывы и пожары</b>		7 часов	
3.	Аварии на пожаро - и взрывоопасных объектах.		
4.	Общие сведения о взрыве и пожаре.		
5.	Классификация пожаров.		
6.	Причины пожаров и взрывов, их последствия.		
7.	Опасные факторы пожаров и поражающие факторы взрывов.		
8.	Правила безопасного поведения при пожарах и взрывах.		
9.	Пожары и паника.		
<b>Аварии с выбросом аварийно - химически опасных веществ</b>		6 часов	
10.	Химически опасные объекты. Из истории химических аварий.		
11-12.	Виды аварий на химически опасных объектах.	2	
13.	Аварийно – химически опасные вещества и их поражающее действие на организм человека.		
14.	Характеристика наиболее распространенных АХОВ и их поражающее действие на организм человека.		
15.	Первоочередные действия при подозрении на поражение АХОВ. Полугодовая контрольная работа.	к/р №2	
<b>Аварии с выбросом радиоактивных веществ</b>		5 часов	
16.	Радиация вокруг нас.		
17.	Дозы облучения людей от различных естественных и техногенных источников излучения. Пути попадания радиоактивных веществ внутрь организма		
18.	Аварии на радиационно-опасных объектах.		
19.	Последствия радиационных аварий.		
20.	Защита от радиационных аварий.		
<b>Гидродинамические аварии</b>		3 часа	
21-22.	Аварии на гидродинамически - опасных объектах, их причины и последствия.	2	
23.	Защита от гидродинамических аварий.		
<b>Чрезвычайные ситуации на транспорте</b>		2 часа	
24.	Автомобильные аварии и катастрофы.		

25.	Безопасное поведение на дорогах велосипедистов и водителей мопедов		
<b>Чрезвычайные ситуации экологического характера</b>		<b>5 часов</b>	
26.	Состояние природной среды и жизнедеятельность человека.		
27.	Изменение состава атмосферы (воздушной среды)		
28.	Изменение состава гидросферы (водной среды)		
29.	Изменение состояния суши (почвы)		
30.	Нормативы предельно допустимых воздействий на природу		
<b>Основы медицинских знаний и правила оказания первой помощи</b>		<b>3 часа</b>	
31.	Первая помощь при массовых поражениях		
32.	Первая помощь при поражении аварийно химически опасными веществами		
33.	Первая помощь при бытовых отравлениях		
<b>Основы здорового образа жизни</b>		<b>2 часа</b>	
34.	<b>Промежуточная аттестация за курс 8 класса</b>		к/р № 3
35.	Физическая культура и закаливание. Семья в современном обществе		

**Корректировка рабочей программы учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности» в соответствии с ООП ООО МБОУ «СОШ № 1» г. Сосногорска**

Дидактические единицы содержания учебного предмета в соответствии с ООП ООО МБОУ «СОШ № 1» г. Сосногорска	Класс, раздел, тема и номер урока для рассмотрения дидактической единицы
Бытовые приборы контроля качества окружающей среды и продуктов питания	5 класс, Загрязнение среды обитания, Загрязнение почвы (урок № 24)
Правила безопасного поведения велосипедиста. Средства индивидуальной защиты велосипедиста	5 класс, Безопасность на дороге и на транспорте, Безопасное поведение пешеходов и пассажиров (урок № 13)
Правила безопасности в ситуациях криминогенного характера (карманная кража, самозащита покупателя)	9 класс Безопасное поведение в криминогенных ситуациях. Защита от мошенников
Информационная безопасность подростка	9 класс Безопасное поведение в криминогенных ситуациях. Защита от мошенников
Чрезвычайные ситуации природного населения от них характера и защита (сильный дождь (ливень), гроза)	7 класс Наводнения, Виды наводнений (урок №17)
Чрезвычайные ситуации природного населения от них характера и защита (крупный град, сильный снегопад, сильный гололёд, метели, снежные заносы)	7 класс Оползни, сели, обвалы, снежные лавины Снежные лавины (урок №9)
Чрезвычайные ситуации природного населения от них характера и защита (половодье)	7 класс, Наводнения, Правила безопасного поведения при угрозе и во время наводнений, (урок № 19)
Чрезвычайные ситуации природного населения от них характера и защита (степные пожары)	7 класс, Природные пожары, Правила безопасного поведения в зоне лесного или торфяного пожара и при его тушении (урок № 25)
Экстремизм	9 класс Современный комплекс проблем безопасности, Международный терроризм, как угроза национальной безопасности
Пути и средства вовлечения подростка в террористическую, экстремистскую и наркотическую деятельность	9 класс Современный комплекс проблем безопасности, Международный терроризм, как угроза национальной безопасности
Вредные привычки и их факторы (навязчивые действия, игромания, курение курительных смесей)	9 класс Факторы разрушающие здоровье человека, Наркомания и токсикомания
Защита прав ребёнка	8 класс, Основы здорового образа жизни, Семья в современном обществе
Извлечение инородного тела из верхних дыхательных путей	9 класс Основы медицинских знаний, Экстренная реанимационная помощь
Первая помощь при коме	9 класс, Основы медицинских знаний, Экстренная реанимационная помощь
Особенности оказания первой помощи при поражении электрическим током	5 класс, Личная безопасность в повседневной жизни, Электричество (урок №6)