

**Муниципальное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 29 имени П.И. Забродина»**

«Согласовано»

зам. директора по УВР
МОУ СОШ № 29

Швец А.В.


«30» 08 2021г.

«Согласовано»

Руководитель ШМО
учителей технологии, ОБЖ,
физической культуры
Савельева М.В.


«30» 08 2021г.

Принято

Решением
Педагогического совета
МОУ СОШ № 29

Протокол

№ 1 от 30.08.2021г.

«Утверждаю»

директор
МОУ СОШ № 29

Акимова Е.В.


«01» 09 2021г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по основам безопасности жизнедеятельности**

5-9 класс
(1 час в неделю)

Составитель:
высшей квалификационной
категории
Акимова Елена Викторовна

Г. о. Подольск
2021-2022 учебный год

Планируемые результаты освоения учебного предмета

Личностными результатами обучения ОБЖ являются:

- развитие духовных и физических качеств, обеспечивающих защищенность личных интересов в повседневной жизни подростка, обеспечивающих защищенность личных и общественных интересов от внешних природных и социальных угроз;
- понимание важности сохранения своего здоровья и начало формирования потребности соблюдения норм здорового образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности в конкретной ситуации;
- формирование основ культуры безопасности жизнедеятельности;
- воспитание ответственного отношения к сохранению окружающей среды и к жизни человека, а также к своей жизни, воспитание понимания необходимости обеспечения личной и общественной безопасности.

Метапредметными результатами обучения ОБЖ являются:

- моделировать личные подходы к собственной безопасности в нестандартной ситуации;
- приобретение личного опыта в поиске необходимой информации, умении анализировать ее и делать выводы;
- освоение алгоритмов действия в опасной и чрезвычайной ситуации в повседневной жизни: дома, на улице, в транспорте, в школе и других общественных местах, в повседневной жизни и на отдыхе;
 - овладевать навыками безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; оценивать свои поступки; уметь находить пути решения поставленных задач;
 - развитие умения формулировать свои мысли, умения принимать точку зрения собеседника, понимать право существования иного мнения; умение работать в коллективе;
 - овладение умениями формулировать понятия, что такое опасность и безопасность; понимать причины возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций; анализировать причины возникновения опасности: обобщать и сравнивать, видеть причины опасности и понимать их влияние на человека и окружающую среду;
 - овладевать навыками безопасного поведения в различных опасных и чрезвычайных ситуациях; оценивать свои поступки; уметь находить пути решения поставленных задач;
 - освоение алгоритмов действия в опасной или чрезвычайной ситуации природного, техногенного и социального характера.
 - освоение алгоритмов действия в опасной или чрезвычайной ситуации любого характера и формирование умений выполнять необходимые социальные роли в предупреждении, во время и при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций различного происхождения.

Предметные результаты обучения. В результате обучения по представленной программе большинство учащихся будут:

Представлять: общие правила поведения в любой опасной ситуации; роль окружающей среды в жизнеобеспечении человека; важность сохранения своего здоровья; роль продуктов питания в сохранении своего здоровья; элементарные правила здорового образа жизни и умение применять их в повседневной жизни;

влияние климатических факторов на состояние и здоровье человека. Будут иметь представление об элементарных медицинских средствах и перевязочном материале при оказании первой помощи. О лекарственных свойствах дикорастущих растений. Иметь представление о принципах оказания первой доврачебной помощи, в том числе при закрытых переломах, при отравлениях, при укусах животных; что такое опасность, опасная, экстремальная и чрезвычайная ситуации; понимать необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимать ценность жизни человека. Существующую систему защиты населения от наводнений, от опасных метеорологических явлений; систему защиты от землетрясений. Профилактические мероприятия по предупреждению обвалов, оползней, селей. Иметь представление о факторах, обеспечивающих сохранение личного здоровья.

Понимать: что такое опасность; необходимость обеспечения личной и общественной безопасности, понимать ценность жизни человека; свою ответственность за свои поступки и действия; влияние потенциально опасных источников загрязнения окружающей среды; важность обеспечения безопасности жилища, личной и общественной безопасности; опасность и разрушительную деятельность наводнений; цунами; землетрясений, опасных метеорологических явлений. Опасность и разрушительную деятельность природных пожаров. Опасность любого вида раны, перелома кости. Роль факторов, обеспечивающих сохранение личного здоровья.

Знать: что такое опасность, опасная, экстремальная и чрезвычайная ситуации; о службах защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций; признаки опасных ситуаций в быту, на улице; возможные источники опасности в населенных пунктах; возможные источники опасности в жилище; возможные причины возгораний и пожаров; принципы работы средств тушения возгорания; подручные средства тушения возгорания; об опасности газов, используемых в быту; порядок действий в случае затопления жилища по разным причинам; порядок действий в случае проявления первых признаков землетрясения; о возможных опасных ситуациях на дорогах; правила движения пешехода; о возможных опасных ситуациях на общественном транспорте; правила поведения на льду замерзшего водоема; основные правила соблюдения санитарно-гигиенических норм в повседневной жизни; о правилах работы с персональным компьютером; правила обеспечения безопасности жилища и личной и общественной безопасности. Принципы подготовки к кратковременному и длительному путешествию; что такое топографическая карта и ее информационная нагрузка, представлять, что такое план местности и абрис; стороны света, принципиальное устройство компаса и принцип его работы. Основные правила личной гигиены. Опасных животных. Элементарные санитарно-гигиенические правила. Причины возникновения наводнений, цунами, опасных метеорологических явлений; возникновения землетрясений. Причины возникновения лесных и торфяных пожаров. Профилактические мероприятия по предупреждению пожаров. Правила поведения при проявлении опасных природных явлений: снежная буря, гроза, гололед и гололедица и т.д. Существующую закономерность проявления наводнений, опасных метеорологических явлений, землетрясений и опасных геологических явлений в разных природных зонах России. Знать, что такое рана, перелом кости. Знать элементарные гигиенические правила;

правила поведения, позволяющие избежать перегрева и обморожения организма. Знать факторы, разрушающие здоровье. Потенциально опасные техногенные ситуации, приводящие к ЧС, и их классификацию. Знать роль гражданской обороны в случае ЧС. Причины возникновения техногенных аварий. Правила поведения при обнаружении подозрительного предмета. Причины возникновения пожаров, представлять их разрушительную силу; роль человеческого фактора в возникновении пожаров, элементарные правила техники безопасности и меры по предупреждению пожара. Знать группу химически опасных веществ и их характеристику; их поражающие факторы; характер воздействия химически опасных веществ на человека и окружающую среду. Элементарные правила пользования химическими веществами в повседневной жизни. Элементарную технику безопасности при обращении с химически опасными веществами. Главные проблемы ядерной энергетики. Знать экологические аспекты вопросов захоронения ядерных отходов. Правила поведения и действия населения при радиационных авариях и радиоактивном загрязнении местности; меры защиты при радиационной аварии. Первичные и вторичные поражающие факторы техногенных аварий. Знать прикладную роль экологии; современные проблемы экологической безопасности. Источники загрязнения атмосферы, пресных вод, почвы. Методы борьбы с загрязнением окружающей среды. Правила дорожного движения; правила поведения на транспорте. Возможные экстремальные ситуации аварийного характера в повседневной жизни.

Уметь: сравнивать разные понятия и делать выводы. Объяснять сущность и необходимость правил безопасного поведения. Приводить примеры, анализировать ситуацию и делать соответствующие выводы (индивидуальная работа и работа в группе со сверстниками и учителем). Аргументировать и отстаивать свое мнение. Анализировать ситуацию, делать соответствующие выводы и принимать правильные решения. Оценивать различные возможные реальные ситуации; работать в группе; принимать решения; оценивать особенности своего физического состояния и здоровья. Уметь находить необходимую информацию. Планировать свою деятельность и корректировать ее со своими сверстниками и старшими. Ориентироваться с помощью карты и компаса. Определять стороны света по Солнцу и часам со стрелками. Применить знания, полученные на уроках географии. Применять теоретические знания на практике. Развивать навыки, необходимые в повседневной жизни. Уметь принимать решение. Уметь определять пульс, накладывать шину из подручных средств, накладывать жгут при венозном кровотечении. Накладывать простейшие повязки при потертостях, ссадинах, порезах. анализировать и сопоставлять, делать выводы; выявлять причинно-следственные связи; принимать решения; применять знания, полученные на уроках географии. Уметь объяснять свои действия. Уметь накладывать элементарные бинтовые повязки, шину. Выявлять причинно-следственные связи; решать поставленные задачи, работать с различными источниками информации, анализировать и сопоставлять, делать выводы. Объяснять свои поступки и действия. Использовать полученные знания в повседневной жизни. Оказывать первую помощь при ожогах кислотой и щёлочью.

Предметные результаты обучения. В результате обучения по представленной программе для 9 класса большинство учащихся будут:

Представлять: Критерии оценки состояния здоровья. Пути формирования здорового образа жизни. Иметь представление о технике искусственного дыхания и непрямого массажа сердца.

Понимать: влияние общей культуры на формирование человека как личности. Важность формирования культуры безопасности жизнедеятельности. Ценность жизни человека. Необходимость обеспечения личной и общественной безопасности. Понимать сущность определения понятия «здоровье». Необходимость сохранения здоровья. Зависимость физической культуры и состояния здоровья человека.

Знать: О вреде и последствиях курения, алкоголизма и наркомании. Правила поведения при угрозе и проявлении опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера. Правила оказания первой помощи при ранах, кровотечениях, переломах, ожогах.

Уметь: работать с различными источниками информации. Анализировать и сопоставлять, делать выводы; принимать решения. Уметь моделировать процессы. Применять полученные знания и навыки на практике. Использовать знания, полученные на уроках биологии, географии, химии, физики. Иметь элементарные навыки в составлении и соблюдении оптимального рациона питания с учетом нагрузок и климатических условий. Составлять индивидуальную программу оздоровления. Оказывать первую помощь при ранах, кровотечениях, переломах, ожогах.

Обучающийся научится:

- самостоятельно ставить цели и определять пути их достижения;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций при использовании бытовых приборов
- адекватно оценивать ситуацию дорожного движения;
- предвидеть причины возникновения возможных опасных ситуаций в местах проживания;
- действовать при возникновении пожара в жилище;
- безопасно применять первичные средства пожаротушения;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты при пожаре;
- оповещать (вызывать) экстренные службы при чрезвычайной ситуации;
- безопасно использовать бытовые приборы;
- безопасно использовать средства бытовой химии;
- безопасно использовать средства коммуникации;
- соблюдать правила поведения на воде, оказывать помощь утопающему;
- 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;
- действовать согласно установленному порядку по сигналу «Внимание всем!», комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;

- соблюдать правила безопасности дорожного движения пешехода;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения велосипедиста;
- соблюдать правила безопасности дорожного движения пассажира транспортного средства, правила поведения на транспорте (наземном, в том числе железнодорожном, воздушном и водном);
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций на воде;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести у воды и 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;
- 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;
- 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;
- оказывать первую помощь при различных видах травм;
- комплектовать минимально необходимый набор документов, вещей и продуктов питания в случае эвакуации населения;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты;
- характеризовать безопасный и здоровый образ жизни, его составляющие и значение для личности, общества и государства;
- классифицировать мероприятия и факторы, укрепляющие и разрушающие здоровье;
- 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 использовать средства индивидуальной и коллективной защиты;
- 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.

Обучающийся получит возможность научиться:

- использовать приобретённые знания в реальной жизни;
- безопасно использовать средства индивидуальной защиты велосипедиста;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций в местах большого скопления людей;
- анализировать последствия возможных опасных ситуаций криминогенного характера;
- 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;
- классифицировать и характеризовать причины и последствия опасных ситуаций в туристических поездках;
- готовиться к туристическим поездкам;
- адекватно оценивать ситуацию и безопасно вести в туристических поездках;
- классифицировать основные правовые аспекты оказания первой помощи;
- использовать для решения коммуникативных задач в области безопасности жизнедеятельности различные источники информации, включая Интернет-ресурсы и другие базы данных;
- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность;
- грамотно действовать при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации и во время чрезвычайной ситуации.
- предвидеть возникновение наиболее часто встречающихся опасных ситуаций по их характерным признакам, принимать решение и действовать, обеспечивая личную безопасность
- оказывать первую медицинскую помощь при неотложных состояниях;
- выдвигать предположения и проводить несложные эксперименты для доказательства предположений обеспечения личной безопасности.

Содержание учебного предмета для 5 класса

(34 ч., 1 ч. в неделю)

Основы безопасности личности, общества и государства. Основы комплексной безопасности

Личная безопасность в повседневной жизни.

Введение. Значение и задачи курса «Основы безопасности жизнедеятельности».

1. Безопасность, опасная и экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация, виды чрезвычайных ситуаций. Понимание необходимости и важности обеспечения личной и общественной безопасности.

2. Понятие «правило безопасного поведения». Понимание важности соблюдения правил безопасности в повседневной жизни. Понимание последствий невыполнения правил безопасности жизнедеятельности в повседневной жизни. Возможность прогноза возникновения опасных и чрезвычайных ситуаций. Способы выявления признаков опасностей.

Службы защиты населения. Сигналы оповещения об опасности.

Службы, защищающие население: полиция, пожарная охрана, скорая медицинская помощь, аварийная газовая служба, спасатели (МЧС), поисково-спасательная служба (ПСС). Телефоны специальных служб защиты населения: Оповещение населения, виды сигналов оповещения.

Опасные ситуации в повседневной жизни. Особенности жизни в городе и других населенных пунктах. Опасные и аварийные ситуации в жилище. Необходимые меры безопасности в повседневной жизни. Правила безопасного поведения в быту.

1. Безопасность в быту. Зависимость существования человека от городской инфраструктуры — социальных структур, обеспечивающих условия жизни в городе. — Технические аварии в системах жизнеобеспечения. Причины возникновения аварий и опасных ситуаций в повседневной жизни, пути их устранения и предотвращения. — Возгорание. Источники возгорания. Горение. Самовоспламенение. Пожар и его опасные спутники. Причины возгорания и пожара, человеческий фактор. Последствия пожара. Правила поведения при возгорании и пожаре. «План эвакуации» в общественных местах. Способы эвакуации. Тушение и средства тушения пожаров. Способы борьбы с небольшим загоранием с использованием имеющихся средств. Правила пожарной безопасности в жилище и общественных местах. Важность соблюдения правил пожарной безопасности. Предотвращение пожароопасной ситуации.

— Опасные вещества в быту. Ядовитые газы и их источники. Основные свойства и признаки ядовитых газов. Опасные вещества в быту. Классификация бытовой химии. Основные правила соблюдения санитарно-гигиенических норм в повседневной жизни. Признаки отравления и первая доврачебная помощь

Безопасное поведение в населенном пункте, городе.

— Массовые мероприятия в городе, толпа, паника. Поведение человека в толпе.

— Природные опасные явления в городе: гололед и гололедица, штормовой и ураганный ветер.

— Безопасность на водоемах. Правила поведения на льду замерзшего водоема.

Оказание помощи человеку, попавшему в холодную воду. Правила безопасности при купании в водоемах. Безопасный отдых на берегу водоема.

Опасные ситуации социального характера.

Криминогенные ситуации в населенных пунктах. Рекомендации, как уменьшить вероятность возникновения криминальной ситуации. Террористический акт. Правила поведения при обнаружении подозрительного предмета, при взрыве и при захвате заложников.

Опасные ситуации на дорогах. Правила дорожного движения.

— Дорога и ее элементы. Дорожные знаки. Одностороннее и двустороннее движение. Тротуар. Проезжая часть. Перекресток. Участники дорожного движения. Правила пешеходов. Транспорт и его виды. Тормозной путь.

— Безопасность в общественном и личном транспорте. Правила поведения в общественном транспорте. Особенности железнодорожного транспорта и правила поведения на железной дороге. Опасные и чрезвычайные ситуации на железной дороге. Правила поведения на водном транспорте. Опасные и чрезвычайные ситуации на водном транспорте. Правила поведения на воздушном транспорте.

Безопасность окружающей среды. Экологическое равновесие.

Экология. Предмет изучения экологии. Влияние человека на природную среду. Загрязнение окружающей среды. Источники загрязнения. Роль промышленных предприятий и транспорта в загрязнении окружающей среды. Сохранение водных и почвенных ресурсов. Вещества, загрязняющие воздушную среду. Мероприятия, проводимые по защите водной, почвенной и воздушной среды. Окружающая среда и здоровье человека. Безопасность пищевых продуктов.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

— Понятие первой доврачебной помощи. Важность первой доврачебной (медицинской) помощи для спасения человека. Знакомство с правилами первой доврачебной помощи. Понятия рана, кровотечение, виды кровотечений (капиллярное, венозное и артериальное). Правила остановки кровотечения. Правила обработки раны. Ожоги: термические, химические. Первая помощь при ожогах.

— Понятие здоровья. Значение здоровья для человека. Главные правила здорового образа жизни. Режим дня. Влияние внешней среды на здоровье человека: шумовое загрязнение, техника безопасности при пользовании персональным компьютером и телевизором.

Проектная деятельность. Проектные задания.

1. Разработайте программу защиты растений в вашем районе.
2. Предложите программу по сохранению чистой воды в водоемах вашего района.
3. Составьте план противопожарных мероприятий в школе и дома.
4. Проведите анализ возможных опасных ситуаций на улице. Разработайте комплекс мер по их предотвращению.

Тематическое планирование в 5 классе

с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

№	Название темы	Кол-вочасов
1	Обеспечение личной безопасности в повседневной жизни	3
2	Службы защиты населения. Сигналы оповещения об опасности.	1
3	Опасные ситуации в повседневной жизни.	8
4	Опасные ситуации на дорогах. Правила дорожного движения.	1

5	Безопасное поведение в населенном пункте.	6
6	Опасные ситуации социального характера.	3
7	Безопасность окружающей среды. Экологическое равновесие.	6
8	Основы медицинских знаний и здорового образа жизни	4
9	Повторение и закрепление знаний	2
	<i>итого</i>	34

Содержание программы учебного предмета для 6 класса (34 ч., 1 ч. в неделю)

Основы безопасности личности, общества и безопасности. Основы комплексной безопасности

Безопасность человека в опасных и экстремальных природных условиях. Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее.

— Понятия «опасные ситуации» и «экстремальные ситуации». Причины возникновения опасных и экстремальных ситуаций на отдыхе, в туристском походе. Подготовленность человека при автономном существовании в природе: психологическая, физическая, материальная.

— Природа и человек. Подготовка к активному отдыху на природе. Потенциально опасные факторы: природные, техногенные, социальные. Факторы, мешающие справиться с экстремальной ситуацией и действия по их преодолению. Алгоритм первых действий в экстремальной ситуации.

— Необходимое снаряжение для краткосрочного и продолжительного многодневного отдыха. НАЗ (носимый аварийный запас).

— Акклиматизация. Реакклиматизация. Особенности акклиматизации в различных природных условиях. Правила успешной акклиматизации.

Выживание человека в условиях автономного существования в природной среде.

Правила поведения в условиях автономного существования в природной среде.

— Ориентирование на местности. Ориентирование с помощью механических часов и гномона. Ориентирование по местным признакам. Компас и ориентирование с помощью компаса. Стороны Света. Азимут. Способы подачи сигналов бедствия.

— Правила поведения при аварии транспортного средства.

— Устройство временных укрытий. Летние и зимние виды убежищ. Выбор места. Виды временных укрытий. Виды зимних укрытий.

— Место для костра. Типы костров и очаги. Виды топлива. Разжигание костра. Теория разведения огня без спичек. Спички и НАЗ. Сохранение огня.

— Обеспечение бытовых потребностей. Природные средства, используемые для личной гигиены. Уход и бережение одежды и обуви. Добывание пищи. Растительная и животная пища. Добывание питьевой воды.

— Безопасность при прохождении по местности. Правила переправы через реки.

Правила передвижения в горах, в лавиноопасных и камнепадных районах, по заболоченной местности.

Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи в экстремальных ситуациях.

— Общие принципы оказания самопомощи. Общие принципы оказания первой помощи пострадавшему. Правила оказания первой доврачебной помощи.

— Аптечка. Природные лекарственные средства.

— Травмы. Потертости и мозоли. Ссадины и порезы. Ожоги. Помощь при потертостях, мозолях, ссадинах, порезах и ожогах. Ушибы, растяжения и разрывы связок, переломы, вывихи. Наложение шин. Укусы насекомых, паукообразных. Укусы змей, бешеных животных. Отравления. Оказание первой помощи при укусах и отравлениях. Первая помощь при утоплении. Основные приемы реанимации: искусственное дыхание и непрямой массаж сердца. Тепловые и солнечные удары. Обморожения. Поражения молнией. Правила поведения, позволяющие избежать теплового, солнечного ударов, обморожения, поражения молнией, и оказание помощи.

Проектная деятельность. Проектные задания.

1. Смоделируйте опасную (чрезвычайную) ситуацию в дикой природе и пути её преодоления.
2. Разработайте туристический маршрут.
3. Разработайте модели временных укрытий для разных климатических условий.
4. Составьте атлас съедобных и лекарственных растений вашего родного края с рекомендациями по их применению.
5. Подготовьте командные соревнования по ориентированию на местности.
6. Подготовьте командные соревнования по оказанию первой помощи в экстремальных ситуациях.

Тематическое планирование в 6 классе

с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

№	Название темы	Кол-во часов
1	Экстремальная ситуация в природе и первоочередные действия человека, попавшего в нее	3
2	Выживание человека в условиях автономного существования в природной среде	16
3	Основы медицинских знаний. Оказание первой помощи в экстремальной ситуации	13
4	Повторение и закрепление знаний	2
	<i>итого</i>	<i>34</i>

Содержание программы учебного предмета для 7 класса

(34 ч., 1 ч. в неделю)

Опасные и чрезвычайные ситуации и безопасность человека.

Введение. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий.

Введение. Опасные ситуации и единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций. Закон Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера».

Чрезвычайная ситуация. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Задачи РСЧС. Система мер защиты населения от различных чрезвычайных ситуаций (ЧС).

— **Чрезвычайная ситуация природного характера.** Классификация опасных природных явлений

Наводнения и причины их возникновения. Историческая справка о наводнениях различного масштаба на территории России. Анализ территорий и площадей, оказывающихся в зоне затопления или подтопления. Понятия «наводнение», «половодье», «паводок», «затор», «зажор», «ветровой нагон». Классификация наводнений. Оценка наводнений по максимальному уровню подъёма воды. Анализ характера наводнений в конкретном районе нашей страны (место проживания учащихся).

— **Поражающие факторы наводнений и их последствия.** Понятия «затопление», «подтопление», «первичные поражающие факторы», «вторичные поражающие факторы». Размеры последствий наводнений.

— **Мероприятия** по защите от наводнений. Действия населения при угрозе и во время наводнений. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы наводнений. Правила поведения при поступлении сообщения о наводнении и начале эвакуации. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при наводнении, первая необходимая помощь.

Ураганы, бури, смерчи и причины их возникновения. Основные понятия и классификация этих метеорологических явлений. Понятия «ветер», «направление ветра», «скорость ветра», «сила ветра», «шкала Бофорта», «ураган», «смерч», «торнадо», «буря». Причины возникновения ураганов, бурь, смерчей. Погода и климат. Циклон и антициклон. Районы России и мира, где наиболее часты опасные метеорологические явления. Названия ураганов.

— **Поражающие факторы опасных метеорологических явлений и их последствия.** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при ураганах, смерчах и бурях, первая необходимая помощь.

— **Мероприятия** по защите от опасных метеорологических явлений. Действия населения при угрозе и во время урагана, бури, смерча, пыльной бури, метели. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы опасных метеорологических явлений. Правила поведения при поступлении сообщения о приближении опасного метеорологического явления.

Землетрясения и причины их возникновения.

Понятия «землетрясение», «очаг землетрясения», «гипоцентр», «эпицентр». Типы землетрясений. Сейсмограф. Основные характеристики землетрясений. Магнитуда. Шкала землетрясений (Рихтера, Меркалли). Характеристика проявлений землетрясения. Сейсмические области мира и территории Российской Федерации.

— **Поражающие факторы землетрясений и их последствия.** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при землетрясениях, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству.

— **Мероприятия** по защите от землетрясений. Действия населения при угрозе и во время землетрясения. Заблаговременные предупредительные мероприятия;

оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы землетрясений. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном землетрясении.

Цунами и причины их возникновения. Понятия «цунами», «подводные землетрясения», «вулканические извержения». Оценка силы цунами. Наиболее крупные цунами в XX—XXI вв.

— **Поражающие факторы цунами и их последствия.** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при цунами, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека.

— **Мероприятия по защите от цунами.** Действия населения при угрозе и во время цунами. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы цунами. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном цунами.

Обвалы, оползни и сели и причины их возникновения. Понятия «обвал», «оползень», «сель», «грязевой сель», «водокаменный сель», «грязекаменный сель», «сейсмосели», «лахары», «селевой бассейн». Характеристики обвалов по мощности, по масштабу. Условия возникновения опасных геологических явлений.

— **Поражающие факторы опасных геологических явлений и их последствия.** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при проявлении опасных геологических явлений, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека.

— **Мероприятия по защите от опасных геологических явлений.** Действия населения при угрозе и во время оползней, обвалов и селей. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Прогнозы оползней, обвалов и селей. Правила поведения при поступлении сообщения о возможном проявлении геологических явлений.

Лесные и торфяные пожары и причины их возникновения. Понятия «природный пожар», «лесной пожар», «низовой пожар», «верховой пожар», «торфяной подземный пожар», «огненный шторм». Характеристики пожаров. Классификация лесных и торфяных пожаров. Причины возникновения лесных и торфяных пожаров. Пожароопасный сезон.

— **Поражающие факторы лесных и торфяных пожаров и их последствия.** Первичные и вторичные поражающие факторы. Разбор и анализ реальных событий. Возможные травмы людей при лесных и торфяных пожарах, первая необходимая помощь. Возможный ущерб хозяйству человека.

— **Мероприятия по защите от лесных и торфяных пожаров.** Действия населения при угрозе и во время пожаров. Заблаговременные предупредительные мероприятия; оперативные предупредительные мероприятия. Правила поведения при обнаружении очагов возгорания в лесу и на территории распространения торфяников. Правила поведения при лесном и торфяном пожарах. Методы борьбы с пожарами. Косвенные методы тушения пожара. Противопожарная профилактика.

Оказание первой помощи.

Понятие «рана». Типы ран. Причины, вызывающие появление раны.

Первоначальная обработка раны. Правила наложения бинтовых повязок. Первая помощь при переломах конечностей. Шина. Правила наложения шины. Тепловые и солнечные удары. Первая помощь. Правила поведения, позволяющие избежать теплового и солнечного удара. Обморожение. Правила поведения, позволяющие избежать обморожения.

Основы здорового образа жизни.

Человек и его здоровье. Понятие «здоровье». Здоровый образ жизни. Рациональное и нерациональное питание. Витамины и их роль в организме человека. Режим дня. Физическая нагрузка. Понятие «усталость». Факторы, разрушающие здоровье. Понятие «привычка». Вредные привычки.

Практическая работа.

Используя значения энергетической и пищевой ценности продуктов кафе быстрого питания, составьте оптимальное по калорийности и соотношению углеводов меню для подростка, занимающегося каким-либо видом спорта, и подростка, ведущего малоактивный образ жизни.

Проектная деятельность. Проектные задания.

Исследуйте опасные природные явления, имеющие место в вашем родном крае.

Разработайте модель организации защиты населения от чрезвычайных природных ситуаций в вашем районе.

Разработайте ваш план поведения в чрезвычайной ситуации природного характера.

Подготовьте текст оповещения населения о чрезвычайной ситуации от имени штаба ГО.

Разработайте методику оценки возможного ущерба на примере одного жизненно важного объекта (возможно, вашего жилища).

Разработайте комплекс мер по восстановлению экосистемы после ЧС природного характера.

Подготовьте проект статьи о последствиях ЧС в вашем районе для размещения в средствах массовой информации.

Тематическое планирование в 7 классе

с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

№	Название темы	Кол-во часов
1	Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера и защита населения от их последствий	2
2	Наводнения	4
3	Ураганы, бури, смерчи	5
4	Землетрясения	4
5	Цунами	4
6	Обвалы, оползни, сели	4
7	Природные пожары	5
8	Основы медицинских знаний	3
9	Основы здорового образа жизни	3
	<i>итого</i>	<i>34</i>

Содержание программы учебного предмета для 8 класса

(34 ч., 1 ч. в неделю)

Опасные и чрезвычайные ситуации техногенного характера. Безопасность и защита человека

Опасные и чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита населения от их последствий.

Введение. Техносфера. Противоречия между человеком и природой. Проблема увеличения техногенных аварий и катастроф. Факторы, увеличивающие вероятность возникновения техногенных аварий и катастроф. Законы Российской Федерации «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «Об охране окружающей среды», «О радиационной безопасности» и др.

— **Основные виды и причины опасных ситуаций техногенного характера.**

Понятия «производственная авария», «происшествие», «крупная авария», «чрезвычайная ситуация техногенного характера». Виды аварий и катастроф. Местные, территориальные, региональные и федеральные чрезвычайные ситуации. Глобальная, или трансграничная чрезвычайная ситуация.

— **Источники чрезвычайных ситуаций техногенного характера и их последствия.** Общие представления о причинах, приводящих к чрезвычайным ситуациям техногенного характера.

— **Основные причины и стадии развития техногенных происшествий.** Роль человека в формировании опасной техногенной ситуации.

Пожары и взрывы. Понятия «возгорание», «горение», «окислитель», «горючее вещество», «источник воспламенения», «пожар», «огненный шторм». Отдельные пожары. Массовые пожары. Средства оповещения о возгорании. Понятие «взрыв», «взрывоопасный объект». Признаки наличия взрывных устройств.

Условия и причины возникновения пожаров и взрывов. Последствия пожаров и взрывов. Поражающие факторы пожара и взрыва. Вторичные последствия пожара и взрыва. Разбор и анализ реальных событий.

Правила безопасного поведения при пожаре и угрозе взрыва. Противопожарная безопасность.

Аварии с выбросом опасных химических веществ.

Химически опасный объект (ХОО). Аварийно - химически опасные вещества. (АХОВ). Потребители аварийно - химически опасных веществ. Характеристика АХОВ и их поражающих факторов. Химические вещества, используемые в повседневной жизни. Причины и последствия аварий на химически опасных объектах. Зона химического заражения. Классификация последствий аварии на ХОО. Разбор и анализ реальных событий.

Правила поведения и защитные меры при авариях на ХОО. Средства индивидуальной защиты. Средства коллективной защиты. История создания противогаза. Противогаз гражданский фильтрующий ГП—7. Первая помощь пострадавшим от АХОВ. Ожоги кислотой и щелочью.

Аварии с выбросом радиоактивных веществ. Понятия «радиоактивность», «естественная радиоактивность», «ионизирующее излучение», «радиоактивные изотопы», «период полураспада». История открытия явления радиоактивности Пьером и Марией Кюри. Ядерное оружие. История создания и использования. Атомные электростанции в России и мире. Радиационно опасный объект.

Радиационные аварии и их классификация. Последствия облучения человека и других живых организмов. Характеристика очагов поражения. Разбор и анализ реальных событий. Аварии на Чернобыльской АЭС и на АЭС «Фукусима—1». Средства индивидуальной защиты. Первая помощь пострадавшим от радиоактивного излучения.

Гидродинамические аварии.

Гидродинамические аварии и гидротехнические сооружения. Искусственные и естественные плотины. Водохранилища. Причины и виды гидродинамических аварий. Разбор и анализ реальных событий. Саяно-Шушенская ГЭС. Первичные и вторичные поражающие факторы. Меры по защите населения от последствий гидродинамических аварий. Правила поведения при угрозе и во время проявления аварии.

Нарушение экологического равновесия.

Экология. Экологическая обстановка. История взаимодействия человека с окружающей средой. Факторы, влияющие на экологическое состояние окружающей среды человека. Экологическая безопасность. Экологическая система.

Экологический кризис. Экологическая катастрофа. Хронология экологических катастроф в XIX—XX вв. Разбор и анализ реальных событий.

Биосфера и человек. Загрязнение атмосферы. Атмосфера и озоновый слой.

Источники загрязнения. Загрязнение почв. Почвенные ресурсы. Загрязнение природных вод. Запасы пресной воды. Характеристика экологической обстановки в России. Предельно допустимые концентрации загрязняющих веществ (ПДК).

Возобновимые и невозобновимые природные ресурсы.

Опасные ситуации, возникающие в повседневной жизни. Правила безопасного поведения.

Безопасное поведение на улицах и дорогах. Правила для велосипедистов. Уход за велосипедом.

Правила дорожного движения для велосипедистов. Мотовелосипед и мопед (скутер). Мотоцикл. Правила пользования и движения.

Водитель — главный участник движения. «Правила дорожного движения Российской Федерации». Правила проезда регулируемых и нерегулируемых перекрестков.

Дорожно-транспортные происшествия. Безопасность на транспорте.

Проектная деятельность. Проектные задания.

1. Изучите вопрос о вероятности возникновения техногенной аварии в вашем административном районе (город, район, область, республика). Разработайте модель организации защиты населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера в вашем районе.
2. Разработайте собственный план поведения в чрезвычайной ситуации техногенного характера.
3. Подготовьте текст оповещения населения о чрезвычайной ситуации от имени штаба ГО.
4. Разработайте методику оценки возможного ущерба на примере одного жизненно важного объекта (возможно вашего жилища).
5. Разработайте комплекс мер по восстановлению экосистемы после ЧС техногенного характера.
6. Подготовьте проект статьи о последствиях ЧС в вашем районе для размещения в средствах массовой информации.

Тематическое планирование в 8 классе

с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

№	Название темы	Кол-во часов
1	Опасные и чрезвычайные ситуации техногенного	3

	характера	
2	Пожары и взрывы	5
3	Аварии с выбросом опасных химических веществ	5
4	Аварии с выбросом радиоактивных веществ	5
5	Гидродинамические аварии	5
6	Нарушение экологического равновесия	6
7	Безопасное поведение на улицах и дорогах	5
	<i>итого</i>	34

Содержание программы учебного предмета для 9 класса
(34 ч., 1 ч. в неделю)

Основы безопасности личности, общества и государства

Введение. Культура безопасности жизнедеятельности. Наиболее часто встречающиеся угрозы и опасности для жизни человека и окружающей среды. Влияние человека на окружающую природную среду. Влияние человеческого фактора на безопасность жизнедеятельности населения. Культура безопасности жизнедеятельности. Законы Российской Федерации и повышение культуры безопасности жизнедеятельности в нашем обществе. Законы Российской Федерации: «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера», «О безопасности», «Об охране окружающей среды», «О радиационной безопасности», «О гражданской обороне», «О пожарной безопасности» и др.

Основы формирования здорового образа жизни. Понятие о здоровье. Физическое здоровье человека.

Факторы, разрушающие здоровье человека. Табакокурение и его вред. Заболевания, связанные с табакокурением. Вред от пассивного курения. Закон Российской Федерации «Об ограничении курения табака». Первая помощь при отравлении табаком.

Алкоголь и его вред. Заболевания, связанные с алкоголем. Алкоголь не помощник в решении проблем. Деграция человека. Алкоголизм. Социальные проблемы, вызванные алкоголизмом. Первая помощь при отравлении алкоголем.

Наркотики и их вред. Заболевания, связанные с наркотиками. Деграция человека. Социальные проблемы, вызванные наркоманией.

Факторы, формирующие здоровье человека. Рациональное питание. Сбалансированное и полноценное питание. Основы подбора продуктов питания (белки, жиры, углеводы, витамины и минеральные вещества). Безопасные продукты. Маркировка продуктов. Спреды. Консерванты. Эмульгаторы. Нитраты. Занятия физической культурой. Физические упражнения и комфортное состояние здоровья. Контроль дыхания и частоты сокращения сердечной мышцы. Правила безопасного выполнения физических упражнений.

Основы медицинских знаний. Первая помощь при различных видах травм. Правила оказания первой помощи при разных видах травм. Искусственное дыхание. Непрямой массаж сердца. Виды кровотечений и возможная первая помощь.

Проектная деятельность.

Проектные задания.

1. Как проявляются глобальные проблемы человечества в вашем регионе (городе). Например, характеристика экологической обстановки вашего района, населенного пункта.
2. История создания, содержание и направленность, а также эффективность природозащитных нормативно-правовых актов вашего административного центра.
3. Составьте месячный оптимальный рацион питания школьника на основе традиционной местной кухни и норм здорового питания.
4. Предложите систему снижения утомляемости учащегося, а также распорядок жизни школьника на месяц с учетом его индивидуальных физических и психологических особенностей.
5. Проведите расчет недельных физических нагрузок учащегося с учетом его индивидуальных физических и психологических особенностей.
6. Разработайте систему оптимального использования учебной информации в процессе обучения.
7. Проведите мониторинг изменений климата вашего района (региона) с последующим прогнозированием и аналитической справкой.
8. Сделайте обзор съедобных, лекарственных и ядовитых растений и грибов вашего района.
9. Разработайте алгоритм безопасного поведения подростка в условиях повседневной жизни в вашей местности.

Тематическое планирование в 9 классе

с указанием количества часов, отводимых на освоение каждой темы.

№	Название темы	Кол-во часов
1	Опасные ситуации и условия жизнедеятельности человека	16
2	<i>Правила безопасного поведения в повседневной жизни</i>	2
3	Основы медицинских знаний	6
4	Основы формирования здорового образа жизни	8
5	Повторение и закрепление знаний	2
	<i>итого</i>	34

Рабочая программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена на основе:

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования;
- Основной образовательной программы основного общего образования МОУ СОШ № 29 Г. о. Подольск Московской области (НОО, ООО);
- Примерной (авторской) образовательной программы основного общего образования по «Основам безопасности жизнедеятельности» для образовательных учреждений среднего (полного) общего образования, под редакцией Ю.Л. Воробьева, издательство «Астрель», 2014

Преподавание ведется по учебнику «Основы безопасности жизнедеятельности», , учебник для общеобразовательных учреждений, авторы: М.П.Фролов и др., под редакцией Ю.Л.Воробьева; «Астрель», 2013; 174 с, ил.