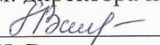
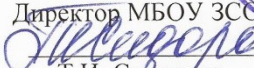


Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
Заларинская средняя общеобразовательная школа №2



Согласовано:
Зам. директора по УВР

Л.И. Верещагина
«31» августа 2020 г.

Утверждаю:
Директор МБОУ ЗСОШ №2

Т.И. Сидорова
«31» августа 2020 г.

Адаптированная рабочая программа
По основам безопасности жизнедеятельности
для учащихся с ЗПР 5-9 класса

Срок действия – 2020-2025 учебный год

Количество часов в неделю - 1 час
Итого: 170 часов

Разработали:
Учитель ОБЖ
Т.П. Иванова
Учитель ОБЖ и технологии
Н.А. Андроненко

Залари, 2020 г.

1. Пояснительная записка

Данная адаптированная программа для учащихся с ЗПР разработана на основе:

1. АООП для учащихся с ЗПР МБОУ ЗСОШ №2.
2. Программы основного общего образования «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-9 классов для общеобразовательной школы под редакцией А.Т. Смирнова;
3. Учебного плана для учащихся с ЗПР МБОУ ЗСОШ №2.

Программа адаптирована для обучения лиц с задержкой психического развития с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и при необходимости обеспечивающая коррекцию нарушений развития и социальную адаптацию указанных лиц. Программа построена с учетом специфики усвоения учебного материала детьми с задержкой психического развития. Представленная программа, сохраняя основное содержание образования, принятое для массовой школы, отличается тем, что предусматривает коррекционную направленность обучения.

Цели обучения основам безопасности жизнедеятельности:

1. Воспитание ответственного отношения к окружающей природной среде; к личному здоровью как индивидуальной, так и общественной ценности; к безопасности личности, общества и государства.
2. Развитие личных духовных и физических качеств, обеспечивающих адекватное поведение в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера; потребность соблюдать нормы здорового образа жизни; подготовку к выполнению требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности.
3. Освоение знаний: об опасных и чрезвычайных ситуациях, о влиянии их последствий на безопасность личности, общества и государства; о государственной системе обеспечения защиты населения от чрезвычайных ситуаций; об организации подготовки населения к действиям в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций; о здоровом образе жизни; об оказании первой медицинской помощи при неотложных состояниях; о правах и обязанностях граждан в области безопасности жизнедеятельности.
4. Овладение умениями: предвидеть возникновение опасных и чрезвычайных ситуаций по характерным признакам их появления, а также из анализа специальной информации, получаемой из различных источников, принимать обоснованные решения и план своих действий в конкретной опасной ситуации, с учетом реальной обстановки и своих возможностей.

Реализация указанных целей программы достигается в результате освоения тематики программы.

Задачи организации учебной деятельности:

1. Формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
2. Формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;
3. Выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению;
4. Формирование общей культуры, духовно-нравственное, гражданское, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, развитие творческих способностей, сохранение и укрепление здоровья обучающихся с ЗПР;
5. Становление и развитие личности обучающегося с ЗПР в ее индивидуальности, самобытности, уникальности и неповторимости с обеспечением преодоления возможных трудностей познавательного, коммуникативного, двигательного, личностного развития;
6. Создание благоприятных условий для удовлетворения особых образовательных

потребностей обучающихся с ЗПР;

7. Использование в образовательной деятельности современных образовательных технологий деятельностного типа; предоставление обучающимся возможности для эффективной самостоятельной работы;

8. Участие педагогических работников, обучающихся, их родителей (законных представителей) и общественности в проектировании и развитии внутришкольной социальной среды;

9. Включение обучающихся в процессы познания и преобразования внешкольной социальной среды.

Программа составлена с учетом принципов системности, научности и доступности, а также преемственности и перспективности между разделами курса. Материал расположен с учетом возрастных возможностей учащихся.

2. Общая характеристика учебного предмета

Содержание курса включает теорию здорового образа жизни, защиты человека в различных ситуациях, первой медицинской помощи, а также практические занятия по оказанию первой медицинской помощи, правилам поведения в экстремальных ситуациях (через решение ситуационных задач, практических навыков эвакуации, занятий в игровой форме, изучение в реальной обстановке возможных в повседневной жизни опасных ситуаций).

Курс «Основы безопасности жизнедеятельности и культура здоровья» направлен на формирование у обучающихся активных и сознательных действий в настоящем и будущем, ориентированных на:

- улучшение собственного физического и психического здоровья;
- отказ в образе жизни от поведения, наносящего вред своему здоровью и здоровью окружающих;
- нетерпимое отношение к неправильному гигиеническому поведению других людей и к ухудшению условий окружающей среды, наносящих ущерб здоровью;
- сознательное участие в охране здоровья и формировании среды, способствующей здоровью, особенно условий труда и быта;
- адекватное поведение в случае болезни, особенно хронической, направленной на выздоровление.

Обучаясь по образовательной программе «Основы безопасности жизнедеятельности», обучающиеся с задержкой психического развития получают образование, сопоставимое по итоговым достижениям к моменту завершения школьного обучения с образованием здоровых сверстников, но в более пролонгированные календарные сроки.

Сроки получения среднего общего образования обучающимися с задержкой психического развития пролонгируются с учетом психофизиологических возможностей и индивидуальных особенностей развития данной категории обучающихся и определяются Стандартом. Нормативный срок освоения образовательной программы «Основы безопасности жизнедеятельности» обучающихся с задержкой психического развития составляет 5 лет.

Обязательной является организация специальных условий обучения и воспитания для реализации как общих, так и особых образовательных потребностей.

Программа «Основы безопасности жизнедеятельности» создается на основе Стандарта и при необходимости индивидуализируется.

Определение варианта образовательной программы для обучающегося с задержкой психического развития осуществляется на основе рекомендаций ПМПК, сформулированных по результатам его комплексного обследования, в порядке,

установленном законодательством Российской Федерации.

Программа учитывает особенности познавательной деятельности детей с ограниченными возможностями здоровья. Она направлена на разностороннее развитие личности учащихся. Содержание обучения по программе носит практическую направленность и способствует социальной адаптации учащихся. Школа готовит своих воспитанников к непосредственному включению в жизнь, трудовую деятельность в условиях современного производства.

В программе **принцип коррекционной направленности** обучения является ведущим. Особое внимание обращено на коррекцию имеющихся у отдельных учащихся специфических нарушений, на коррекцию всей личности в целом.

Обучение учащихся с ограниченными возможностями здоровья носит воспитывающий характер. При отборе программного учебного материала учтена необходимость формирования таких черт характера и всей личности в целом, которые помогут выпускникам стать полезными членами общества.

3. Место учебного предмета в учебном плане

Рабочая программа рассчитана на 170 часов на пять лет обучения (по 1 часу в неделю во всех классах с 5 по 9). Рабочая программа адресована учащимся 11-17 лет с ограниченными возможностями здоровья, усвоившим общеобразовательную программу начального общего образования. Продолжительность освоения программы – 5 лет.

4. Личностные и предметные результаты освоения учебного предмета ОБЖ

Личностные результаты:

Личностные результаты освоения образовательной программы по основам безопасности жизнедеятельности включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки, необходимые для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с ЗПР в культуру, овладение ими социокультурным опытом.

Личностные результаты освоения программы должны отражать:

- 1) формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности, безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- 2) формирование убеждения в необходимости безопасного и здорового образа жизни;
- 3) 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;
- 4) понимание необходимости подготовки граждан к защите Отечества;
- 5) формирование установки на здоровый образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, курение и нанесение иного вреда здоровью;
- 6) формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;
- 7) понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- 8) знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, и их последствий для личности, общества и государства;
- 9) знание и умение применять меры безопасности и правила поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций;
- 10) умение оказать первую помощь пострадавшим;
- 11) умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по характерным

признакам их проявления на основе информации, получаемой из различных источников, готовность проявлять предосторожность в ситуациях неопределенности;

12) умение принимать адекватные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей.

Предметные результаты:

Предметные результаты освоения образовательной программы по основам безопасности жизнедеятельности с учетом специфики содержания, должны отражать:

1) сформированность уважительного отношения к России, родному краю, своей семье, природе нашей страны, её современной жизни;

2) расширение, углубление и систематизация знаний о предметах и явлениях окружающего мира, осознание целостности окружающего мира, освоение основ экологической грамотности, элементарных правил нравственного поведения в мире природы и людей, норм здоровьесберегающего поведения в природной и социальной среде;

3) усвоение простейших взаимосвязей и взаимозависимостей между миром живой и неживой природы, между деятельностью человека и происходящими изменениями в окружающей среде;

4) овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.);

5) ценность здоровья и здорового образа жизни;

6) режим дня школьника, чередование труда и отдыха в режиме дня; личная гигиена;

7) физическая культура, закаливание, игры на воздухе как условие сохранения и укрепления здоровья. Личная ответственность каждого человека за сохранение и укрепление своего физического и нравственного здоровья. Номера телефонов экстренной помощи. Первая помощь при лёгких травмах (*ушиб, порез, ожог*), *обмороживании, перегреве*;

8) дорога от дома до школы, правила безопасного поведения на дорогах, в лесу, на водоёме в разное время года;

9) правила пожарной безопасности, основные правила обращения с газом, электричеством, водой;

10) правила безопасного поведения в природе;

11) правило безопасного поведения в общественных местах. Правила взаимодействия с незнакомыми людьми;

12) забота о здоровье и безопасности окружающих людей — нравственный долг каждого человека;

13) развитие навыков устанавливать и выявлять причинно-следственные связи в окружающем мире, умение прогнозировать простые последствия собственных действий и действий, совершаемых другими людьми

5. Содержание учебного предмета «ОБЖ»

5 КЛАСС - 34 часа

Модуль I. Безопасность человека в опасных ситуациях

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека (5ч)

- Безопасность в быту

Особенности города (населенного пункта) как среды обитания человека. Характеристика городского и сельского жилища, особенности его жизнеобеспечения. Возможные опасные и аварийные ситуации в жилище. Соблюдение мер безопасности в быту.

Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера (8ч)

- Безопасность на дорогах

Причины дорожно-транспортных происшествий и их возможные последствия. Организация дорожного движения. Правила Безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста. Пожарная безопасность. Безопасное поведение в бытовых ситуациях..

Тема 3. Опасные ситуации природного характера (2ч)

- Безопасность на водоёмах

Особенности состояния водоёмов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Правила безопасного поведения на воде. Опасность водоёмов зимой. Меры предосторожности при движении по льду. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

Тема 4. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера (2ч)

- Чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясение, наводнение, буря, ураган, сели, оползни, обвалы). Чрезвычайные ситуации техногенного характера (радиационно-опасные объекты, взрывопожароопасный объект, химически опасный объект)

Раздел 3. Основы противодействия экстремизму и терроризму в Российской Федерации

Тема 5. Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение (3ч)

- Опасные ситуации социального характера

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности на улице, дома, в общественном месте. Профилактика нападений и самозащита при нападении насильников и хулиганов. Самооценка поведения. Психологические приёмы самозащиты. Правила безопасного поведения с незнакомым человеком на улице, в подъезде дома, лифте. Правила обеспечения сохранности личных вещей. Правила защиты от мошенников..

Тема 6 . Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства (4ч)

Экстремизм и терроризм: основные понятия и причины их возникновения. Меры предосторожности при обнаружении взрывного устройства. Поведение человека при захвате его террористами в качестве заложника. Меры безопасности при освобождении заложников сотрудниками спецслужб. Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение и участие в террористической деятельности.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел II. Основы здорового образа жизни

Тема 7. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни

- Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни (3ч)

Здоровый образ жизни – индивидуальная система поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств.

Двигательная активность и закаливание организма – необходимые условия сохранения и укрепления здоровья. Рациональное питание. Роль питания в сохранении здоровья человека

- Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье

Тема 8. Факторы, разрушающие здоровье (2ч)

Вредные привычки и их негативное влияние на здоровье. Табакокурение и его последствия для организма курящего и окружающих людей. Алкоголь и его влияние на здоровье подростка. Наркомания, токсикомания и другие вредные привычки.

Раздел III. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Тема 9. Первая медицинская помощь и правила её оказания (5ч)

- Оказание первой медицинской помощи

Медицинская (домашняя) аптечка. Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и ушибах. Перевязочные и лекарственные средства. Первая медицинская помощь при отравлениях газами, пищевыми продуктами, средствами бытовой химии, лекарствами

6 КЛАСС - 34 часа

Модуль I. Основы безопасности личности, общества и государства

Раздел I. Основы комплексной безопасности

Тема 1. Подготовка к активному отдыху на природе (6ч)

Ориентирование на местности. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Определение необходимого снаряжения для похода. Определение места для бивака и организация бивачных работ.

Тема 2. Активный отдых на природе и безопасность (5ч)

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Подготовка и обеспечение безопасности в пешеходных и горных походах, при проведении лыжных, велосипедных и водных походов.

Тема 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности (6ч)

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных природных условиях. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха различными видами транспорта.

Тема 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде (4ч)

Автономное существование человека в природных условиях. Добровольная и вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.

Тема 5. Опасные ситуации в природных условиях (4ч)

Опасные погодные условия. Дикие животные и обеспечение безопасности при встрече с ними. Укусы насекомых и защита от них. Клебчатый энцефалит и его профилактика.

Модуль II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел II. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи

Тема 6. Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи. (4ч)

Личная гигиена и оказание помощи в природных условиях. Первая медицинская помощь при травмах. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах, при отморожении и ожоге. Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых.

Раздел III. Основы здорового образа жизни

Тема 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие (6ч)

Здоровый образ жизни и профилактика утомления. Компьютер и его влияние на здоровье. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека.

Наркомания и её отрицательные последствия для здоровья человека. Профилактика вредных привычек.

7 КЛАСС - 34 часа

МОДУЛЬ I

Основы безопасности личности, общества и государства

РАЗДЕЛ I.

Основы комплексной безопасности

Тема 1. Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера (3ч)

Различные природные явления. Общая характеристика природных явлений. Опасные и чрезвычайные ситуации природного характера.

Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения(6ч)

Землетрясение. Причины возникновения и возможные последствия. Правила безопасного поведения населения при землетрясении. Расположение вулканов на земле, извержения вулканов.

Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения.(3ч)

Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Смерчи.

Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.(8ч)

Наводнения. Виды наводнений и их причины. Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнения. Сели и их характеристика. Цунами и их характеристика. Снежные лавины.

Тема 5. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.(4ч)

Лесные и торфяные пожары и их характеристика. Инфекционная заболеваемость людей и защита населения. Эпизоотии и эпифитотии.

РАЗДЕЛ II.

Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Тема 2. Защита населения от чрезвычайных ситуаций геологического происхождения

Защита населения от последствий землетрясений. Последствия извержения вулканов. Защита населения. Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения.

Тема 3. Защита населения от чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения

Защита населения от последствий ураганов и бурь

Тема 4. Защита населения от чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения.

Защита населения от последствий наводнений. Защита населения от последствий селевых потоков

Защита населения от цунами

Тема 5. Защита населения от природных пожаров и защита населения

Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения

РАЗДЕЛ III.

Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации

Тема 6. Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму(2ч)

Терроризм и факторы риска вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность. Роль нравственных позиций и личных качеств подростков в формировании антитеррористического поведения.

МОДУЛЬ II

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

РАЗДЕЛ IV

Основы здорового образа жизни

Тема 7. Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека(3ч)

Психологическая уравновешенность. Стресс и его влияние на человека. Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.

Взаимоотношения подростка и общества. Ответственность несовершеннолетних

РАЗДЕЛ V

Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Тема 8. Первая медицинская помощь при неотложных состояниях(5ч)

Общие правила оказания первой медицинской помощи

Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении

Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах

Общие правила транспортировки пострадавшего

8 КЛАСС - 34 часа

МОДУЛЬ 1.

Основы безопасности личности, общества, государства

РАЗДЕЛ I. Основы комплексной безопасности

Тема 1. Пожарная безопасность(3ч)

Пожары в жилых и общественных зданиях, их возможные последствия. Основные причины возникновения пожаров в жилых и общественных зданиях. Влияние человеческого фактора на причины возникновения пожаров. Соблюдение мер пожарной безопасности в быту. Права и обязанности граждан в области пожарной безопасности. Правила безопасного поведения при пожаре в жилом или общественном здании.

Тема 2. Безопасность на дорогах (3ч)

Причины дорожно-транспортного травматизма. Организация дорожного движения. Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Общие обязанности водителя. Правила безопасного поведения на дороге велосипедиста и водителя мопеда.

Тема 3. Безопасность на водоемах (3ч)

Водоемы. Особенности состояния водоемов в различное время года. Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Безопасный отдых у воды. Оказание само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.

Тема 4. Экология и безопасность (2ч)

Загрязнение окружающей природной среды. Понятие о предельно допустимых концентрациях загрязняющих веществ. Мероприятия, проводимые по защите здоровья населения в местах с неблагоприятной экологической обстановкой.

Тема 5. Чрезвычайные ситуации техногенного характера и их последствия (9ч)

Общие понятия о чрезвычайной ситуации техногенного характера. Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера по типам и видам их возникновения.

Потенциально опасные объекты экономики. Аварии на радиационно-опасных, химически опасных и взрывопожароопасных объектах. Причины их возникновения и возможные последствия. Аварии на гидродинамических объектах. Рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в различных чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Раздел II. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций

Тема 6. Обеспечение безопасности населения от чрезвычайных ситуаций (3ч)

Защита населения от чрезвычайных ситуаций природного характера, рекомендации населению по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций.

Защита населения от чрезвычайных ситуаций техногенного характера, рекомендации населению по безопасному поведению во время чрезвычайных ситуаций.

МОДУЛЬ 2.

Основы медицинских знаний и здорового образа жизни

Раздел III. Основы здорового образа жизни

Тема 7. Здоровый образ жизни и его составляющие(8ч)

Основные понятия о здоровье и здоровом образе жизни. Индивидуальное здоровье человека, его физическая и духовная сущность. Репродуктивное здоровье как общая составляющая здоровья человека и общества. Здоровый образ жизни и безопасность – основные составляющие здорового образа жизни. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества и обеспечения их безопасности. Влияние окружающей природной среды на здоровье человека. Вредные привычки и их профилактика.

Раздел IV. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи

Тема 8. Первая помощь при неотложных состояниях(3ч)

Общая характеристика различных повреждений и их последствия для здоровья человека. Средства оказания первой медицинской помощи при травмах и утоплении. Правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях угарным газом, хлором и аммиаком.

9 КЛАСС - 34 часа

Модуль 1. Основы безопасности личности, общества и государства.

Раздел 1. Основы комплексной безопасности(8ч).

Глава 1. Национальная безопасность России в современном мире.

Глава 2 . Чрезвычайные ситуации мирного и военного времени и национальная безопасность России.

Раздел 2.Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций (7ч).

Глава 3. Организационные основы по защите населения страны от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Глава 4. Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени.

Раздел 3. Противодействие терроризму и экстремизму в Российской Федерации (9ч).

Глава 5. Общие понятия о терроризме и экстремизме.

Глава 6. Нормативно-правовая база противодействия терроризму и экстремизму Российской Федерации.

Глава 7. Организационные основы противодействия терроризму и наркотизму в Российской Федерации.

Глава 8. Обеспечение личной безопасности при угрозе теракта и профилактика наркозависимости.

Модуль 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.

Раздел 4. Основы здорового образа жизни(8ч).

Глава 9. Здоровье – условие благополучия человека.

Глава 10. Факторы, разрушающие репродуктивное здоровье.

Глава 11. Правовые основы сохранения и укрепления репродуктивного здоровья.

Раздел 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.(2ч)

Глава 12. Оказание первой помощи.

**Тематическое планирование
5 класс**

№п/п	Наименование тем	Кол-во часов	Знания и виды деятельности
Тема 1	Человек, среда обитания, безопасность человека	5	
1.	Город как среда обитания.	1	<p>Понятия: зона, опасность. Определить зоны опасности. Соблюдать алгоритм поведения. Причины возникновения опасных ситуаций в жилище. Называть причины и последствия названных причин. Природные и антропогенные факторы. Умение работать с учебником, выделять главное. Зоны повышенной криминогенной опасности. Правила безопасного общения с окружающими людьми в городе. ЧС, основные службы города, основные службы. И их задачи 01,02,03,04. Использование служб безопасности по мере необходимости.</p>
2.	Жилище человека, особенности жизнеобеспечения жилища.	1	
3.	Особенности природных условий в городе	1	
4.	Взаимоотношения людей, проживающих в городе, и безопасность.	1	
5.	Безопасность в повседневной жизни.	1	
Тема 2	Опасные ситуации техногенного характера	8	
6.	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	1	<p>Дорожные знаки и их деление на группы. Применять дорожные знаки на практике. Пешеход. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге. Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Особенности перевозки пассажира грузовым транспортом. Правила пользования транспортом. Посадка в общественный транспорт, пожар в общественном транспорте. Использовать умения для обеспечения личной безопасности на улицах и дорогах. Водитель. Требования, предъявляемые к техническому состоянию велосипеда, обязанности велосипедиста, правила его поведения на дороге. Правила поведения велосипедиста на дороге. Умение работать с учебником, выделять главное. Причины возгорания в жилище. Владеть основными правилами поведения при пожаре. Угарный газ, оксид азота, бытовой газ, оксид углерода, 04 Причины затопления жилища, разрушения зданий, Химикаты по степени опасности для человека. Правила поведения при затоплении жилища. Действия при разрушении зданий. Правильно пользоваться препаратами бытовой химии.</p>
7.	Дорожное движение, безопасность участников дорожного движения	1	
8.	Пешеход.	1	
9.	Пассажир.	1	
10.	Водитель.	1	
11.	Безопасность велосипедиста.	1	
12.	Пожарная безопасность	1	
13.	Безопасное поведение в бытовых ситуациях	1	
Тема 3	Опасные ситуации природного характера	2	
14.	Погодные условия и безопасность человека	1	<p>Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления и правила безопасного поведения до и во время опасных природных явлений. Водоемы в черте города. Состояние водоемов в различное время года. Меры безопасного поведения на водоемах в различное время года. Причины опасных происшествий и</p>
15.	Безопасность на водоемах	1	

			несчастных случаев на воде. Правила перехода по льду, игра на льду. Правильно действовать в случае опасной ситуации на водном транспорте. Правила безопасного поведения на льду водоема
Тема 4	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера	2	
16.	Чрезвычайные ситуации природного характера	1	Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясение, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика ЧС природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях ЧС природного характера. ЧС техногенного характера: аварии на радиационно-опасных объектах, аварии на пожаро - взрывоопасных объектах, аварии на химических объектах.
17.	Чрезвычайные ситуации техногенного характера	1	
Тема 5	Опасные ситуации социального характера, антиобщественное поведение	3	
18.	Антиобщественное поведение и его опасность.	1	Криминогенные ситуации в городе. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации. Соблюдать правила поведения в криминальных ситуациях. Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома. Правила поведения, если ты один в квартире, пользование телефоном, если дверь квартиры кто-то пытается открыть. Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасные ситуации. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знание расположения безопасных зон в городе. Взрывное устройство на улице. Снижение риска самому стать жертвой преступления.
19.	Обеспечение личной безопасности дома	1	
20.	Обеспечение личной безопасности на улице	1	
Тема 6	Экстремизм и терроризм – чрезвычайные опасности для общества и государства	4	
21.	Экстремизм и терроризм.	1	Общие понятия об экстремизме и терроризме и причины их возникновения. Характеристика основных видов террористической деятельности. Правила поведения при угрозе возникновения теракта и при теракте. Характеристика ответственности несовершеннолетних за антиобщественное поведение.
22.	Виды экстремистской и террористической деятельности.	1	
23.	Виды террористических актов и их последствия.	1	
24.	Ответственность несовершеннолетних за антиобщественное поведение.	1	
Тема 7	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни	3	

25.	О здоровом образе жизни	1	Знать: ЗОЖ как система повседневного поведения человека.
26.	Двигательная активность и закаливание организма.	1	
27.	Рациональное питание. Гигиена питания.	1	
Тема 8	Факторы, разрушающие здоровье	2	
28.	Вредные привычки	1	Знать: Вредные привычки (курение, употребление алкоголя), их отрицательное влияние на развитие способностей человека и его здоровье. Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия постоянного курения для здоровья человека. Как уберечь себя от курения. Алкоголь - наркотический яд. Алкоголь и преступность. Уметь: называть возможные последствия употребления алкоголя.
29.	Здоровый образ жизни и профилактика вредных привычек	1	
Тема 9	Первая медицинская помощь и правила ее оказания	5	
30.	Первая помощь при различных видах повреждений	1	Знать: ПМП, общее положение по оказанию ПМП. Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома. Ушиб и признаки его проявления. Вывих, признаки вывиха, его проявления. Носовое кровотечение. ПМП при носовом кровотечении. Оказание ПМП при отравлениях медикаментами, препаратами бытовой химии, кислотами, щелочами, никотином угарным газом. Опасные последствия курения. Уметь: правила вызова «скорой помощи», ПМП при ушибах, ПМП при вывихе, ПМП при ссадинах, Правила оказания ПМП при отравлении угарным газом.
31.	Первая помощь при различных видах повреждений	1	
32.	Оказания первой помощи при ушибах, ссадинах	1	
33.	Оказания первой помощи при ушибах, ссадинах	1	
34.	Первая помощь при отравлениях.	1	

Тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов	Знания и виды деятельности
Тема 1	Подготовка к активному отдыху на природе	6	
1.	Природа и человек.	1	Знать: Необходимость сохранения окружающей природной среды. Общение с живой природой - естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Различные способы ориентирования на местности. Подготовка к выходу на природу. Определение места для бивака и организация бивачных работ. Разведения костра. Заготовка топлива, приготовление пищи на костре.
2.	Ориентирование на местности.	1	
3.	Определение своего местонахождения и направление движения на местности.	1	
4.	Подготовка к выходу на природу.	1	
5.	Определение места для бивака и организация бивачных работ.	1	
6.	Определение необходимого снаряжения для похода	1	Уметь: работать с учебником, выделять главное. Уметь определять стороны горизонта разными способами. Порядок движения по

			маршруту. Организовывать привалы, ночлеги, свертывать лагерь, соблюдение безопасности в походе. Определять необходимое снаряжение для похода.
Тема 2	Активный отдых на природе и безопасность	5	
7.	Общие правила безопасности во время активного отдыха на природе.	1	<p>Знать: Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Порядок движения походной группы. Выбор линии движения в пешем путешествии. Снаряжение туриста лыжника. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Возможные аварийные ситуации в велосипедном походе.</p> <p>Уметь: Соблюдать правила безопасного отдыха на природе. Характеризовать основные особенности подготовки к водному лыжному велосипедному туризму. Умение работать с учебником, выделять главное.</p>
8.	Подготовка и проведение пеших походов на равнине и в горах	1	
9.	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.	1	
10.	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.	1	
11.	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.	1	
Тема 3	Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности	6	
12.	Основные факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме.	1	<p>Знать: Факторы, мешающие успешно справиться с экстремальной ситуацией. Основные правила поведения при смене климатических условий, факторы, влияющие на здоровье человека при смене климатических условий, акклиматизация. Основные правила поведения в условиях горной местности. Горная болезнь, кислородное голодание. Как действовать при аварии транспортного средства в безлюдном месте. Способы подачи сигналов бедствия. Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха воздушным транспортом.</p> <p>Уметь: Умение работать с учебником, выделять главное. Развивать умение приспособливать свой режим работы и отдыха к местным условиям, воспитывать чувство умеренности и важности сохранения своего здоровья. Правила успешной акклиматизации. Алгоритм действий при аварии на водном воздушном транспорте.</p>
13.	Акклиматизация человека в различных климатических условиях.	1	
14.	Акклиматизация человека в горах.	1	
15.	Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземными видами транспорта.	1	
16.	Обеспечение личной безопасности на водном транспорте.	1	
17.	Обеспечение личной безопасности на воздушном транспорте.	1	
Тема 4	Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде	4	
18.	Автономное существование человека в природе.	1	<p>Знать: виды автономного существования человека в природной среде обстоятельства, при которых человек может попасть в условия вынужденной автономии в природной среде, правила и методы по формированию навыков для безопасного существования в природной среде. Действия, которые необходимы, если кто-то</p>
19.	Добровольная автономия человека в природной среде.	1	
20.	Вынужденная автономия человека в природной среде.	1	

21.	Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании.	1	заблудился в лесу. Уметь: Умение работать с учебником, выделять главное. Действовать, если вы отстали от группы в туристическом походе. Уметь подавать сигнал бедствия. Сооружать временные укрытия из подручных средств, добывать огонь, воду и пищу.
Тема 5	Опасные ситуации в природных условиях	4	
22.	Опасные погодные условия.	1	Знать: Опасные погодные явления. Правила организации перехода группы в экстремальных условиях. Защита от укусов насекомых. Опасность клещевого энцефалита. Уметь: Умение работать с учебником, выделять главное. Преодолевать опасные ситуации в пути. Безопасное поведение при встрече с дикими животными. Уметь читать следы животных.
23.	Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природе	1	
24.	Укусы насекомых и защита от них	1	
25.	Клещевой энцефалит и его профилактика	1	
Тема 6	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	4	
26.	Личная гигиена и оказание первой помощи в природе	1	Знать: Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Состав походной аптечки, лекарственные растения. Ушиб, вывих, растяжение. Классификация травм. Солнечный удар, степени ожога, обморожения. Уметь: Оказывать первую помощь в экстремальной ситуации. Оказывать ПМП при травмах. Оказывать ПМП при тепловом и солнечном ударе, отморожении и ожоге. Оказывать ПМП при укусе змей и насекомых.
27.	Оказание первой помощи при травмах	1	
28.	Оказание первой помощи при тепловом и солнечном ударе, обморожении и ожоге	1	
29.	Оказание первой помощи при укусах змей и насекомых	1	
Тема 7	Здоровье человека и факторы, на него влияющие	6ч	
30.	Здоровый образ жизни	1	Знать: ЗОЖ и профилактика утомления. Влияние компьютера на здоровье человека. Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье человека. Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека. Наркотики и психоактивные вещества – вред. Уметь: Умение работать с учебником, выделять главное. Правила пользования компьютером. Приводить примеры. Отвечать на вопросы, выделять главное. Вырабатывать отрицательное отношение к приёму наркотиков.
31.	Компьютер и его влияние	1	
32.	Влияние неблагоприятной окружающей среды на здоровье	1	
33.	Влияние социальной среды на развитие и здоровье человека	1	
34.	Влияние наркотиков и других веществ на здоровье человека.	1	

7 класс (34 часа)

№ п/п	Наименование темы	Ко-во часов	Знания и виды деятельности
Тема 1	Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях природного характера	3	

1	Различные природные явления и причины их возникновения.	1	Знать: основные природные явления геологического, метеорологического, гидрологического и биологического происхождения, понятия опасной и чрезвычайной ситуаций. Уметь: работать с учебником, выделять главное. Анализируют, в чём сходство и различия опасной и ЧС.
2	Общая характеристика природных явлений.	1	
3	Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения.	1	
Тема2 Чрезвычайные ситуации геологического происхождения		6	
4	Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия.	1	Знать: Как характеризуют чрезвычайные ситуации геологического происхождения (землетрясения, извержения вулканов, оползни и обвалы). Уметь: Умение работать с учебником, выделять главное. Объяснять причины возникновения чрезвычайных ситуаций геологического происхождения. Выполнять правила безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях геологического происхождения, характерных для региона проживания учащихся.
5	Защита населения от последствий землетрясений.	1	
6	Правила безопасного поведения населения при землетрясении	1	
7	Расположение вулканов на Земле, извержение вулканов.	1	
8	Последствия извержения вулканов. Защита населения	1	
9	Оползни и обвалы, их последствия. Защита населения	1	
Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения		3	
10	Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия.	1	Знать: Как характеризуют чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения (ураганы, бури, смерчи). Уметь: Умение работать с учебником, выделять главное. Объяснять причины возникновения чрезвычайных ситуаций метеорологического происхождения
11	Защита населения от последствий ураганов и бурь.	1	
12	Смерчи.	1	
Тема 4 Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения.		8	
13	Наводнения. Виды наводнений и их причины.	1	Знать: Причины возникновения чрезвычайных ситуаций гидрологического происхождения (наводнения, сели, цунами, снежные лавины). Правила безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях гидрологического происхождения, характерных для региона проживания учащихся Уметь: Объяснять и характеризовать причины возникновения ЧС гидрологического происхождения. Применять на практике правила безопасного поведения при чрезвычайных ситуациях гидрологического происхождения.
14	Защита населения от последствий наводнений.	1	
15	Рекомендации населению по действиям при угрозе и во время наводнений.	1	
16	Сели и их характеристика.	1	
17	Защита населения от последствий селевых потоков.	1	
18	Цунами и их характеристика.	1	
19	Защита населения от цунами.	1	
20	Снежные лавины.	1	
Тема 5. Природные пожары и чрезвычайные ситуации биолого-социального происхождения.		4	
21	Лесные и торфяные пожары и их	1	

	характеристика		природных пожарах и чрезвычайных ситуациях биолого-социального происхождения, характерных для региона проживания учащихся, причины возникновения природных пожаров и чрезвычайных ситуаций биолого-социального происхождения.
22	Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения	1	Уметь: выполнять правила безопасного поведения при природных пожарах и чрезвычайных ситуациях биолого-социального происхождения.
23	Инфекционная заболеваемость людей и защита населения. Эпидемии.	1	
24	Эпизоотии и эпифитотии.	1	
Тема 6	Духовно-нравственные основы противодействия терроризму и экстремизму	2	
25	Терроризм и опасность вовлечения подростка в террористическую и экстремистскую деятельность.	1	Знать: терроризм как преступление, не имеющее оправдания и представляющее одну из самых серьёзных угроз национальной безопасности России. Вырабатывают отрицательное отношение к любым видам террористической деятельности. Вырабатывают привычки, способствующие профилактике вовлечения в террористическую деятельность
26	Роль нравственных позиций и личных качеств подростка в формировании антитеррористического поведения.	1	
Тема 7.	Здоровый образ жизни и его значение для гармоничного развития человека	3	
27	Психологическая уравновешенность.	1	Знать: общие понятия о стрессе и психологической уравновешенности в системе здоровья, состояние своего здоровья. Описывают особенности физического, психического и социального развития человека. Уметь: Вырабатывать индивидуальную систему здорового образа жизни
28	Стресс и его влияние на человека.	1	
29	Анатомо-физиологические особенности человека в подростковом возрасте.	1	
Тема 8.	Первая медицинская помощь при неотложных состояниях	5	
30	Общие правила оказания первой медицинской помощи.	1	Знать: общие правила оказания первой помощи, приёмы оказания первой помощи при наружном кровотечении, при ушибах и переломах, правила транспортировки пострадавшего. Уметь: оказывать ПМП, транспортировать пострадавшего различными способами. Практическое занятие Контрольная работа
31	Оказание первой медицинской помощи при наружном кровотечении	1	
32-33	Оказание первой медицинской помощи при ушибах и переломах	2	
34	Общие правила транспортировки пострадавшего	1	

8 класс (34 часа)

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов	Знания и виды деятельности
Тема 1	Пожарная безопасность	3	
1	Пожары в жилых и общественных зданиях, их причины и последствия.	1	Знать: Пожар, горение, причины, классификация, условия возникновения пожара. Запоминают права и обязанности граждан в области пожарной
2	Профилактика пожаров в	1	

	повседневной жизни и организация защиты населения		безопасности в быту. Выбирают правильный алгоритм безопасного поведения при пожаре, в том числе наиболее эффективные способы предотвращения возгорания, оказания помощи младшим, престарелым и т. д. Основные мероприятия, проводимые МЧС России, по совершенствованию пожарной безопасности в стране. Уметь: Составлять планы своего поведения на случай возникновения пожара в школе, дома, общественном месте (стадион, кинотеатр). Тест
3	Права. Обязанности и ответственность граждан в области пожарной безопасности. Обеспечение личной безопасности при пожаре.	1	
Тема 2 Безопасность на дорогах		3	
4	Причины дорожно-транспортных происшествий и травматизм людей.	1	Знать: причины дорожно-транспортных происшествий. Повторяют правила дорожного движения, запоминают дорожные знаки. Запоминают правильные алгоритмы безопасного поведения на дорогах пешехода, пассажира, водителя велосипеда
5	Организация дорожного движения. Обязанности пешеходов и пассажиров.	1	Уметь: Правила безопасного поведения на дорогах пешеходов и пассажиров. Правила поведения на дорогах.
6	Велосипедист-водитель транспортного средства	1	Умение работать с учебником, выделять главное
Тема 3 Безопасность на водоемах		3	
7	Безопасное поведение на водоемах в различных условиях.	1	Знать: состояние водоёмов в различное время года. Объясняют правила безопасного поведения на водоёмах. Сравнивают способы обеззараживания воды. Объясняют правила безопасного поведения на воде.
8	Безопасный отдых на водоемах	1	Отрабатывают в паре правила само- и взаимопомощи терпящим бедствие на воде.
9	Оказание помощи терпящим бедствие на воде.	1	Уметь: Соблюдение правил безопасности при купании в оборудованных и необорудованных местах. Уметь оказывать ПМП терпящим бедствие на воде.
Тема 4 Экология и безопасность		2	
10	Загрязнение окружающей природной среды и здоровье человека.	1	Знать: Экология и экологическая система, экологический кризис. Значение взаимоотношений человека и биосферы. Основные объекты, влияющие на загрязнение биосферы, атмосфера, литосфера
11	Правила безопасного поведения при неблагоприятной экологической обстановке.	1	Сведения об уровнях загрязнения регионов России. Уметь: Приводить примеры ЧС экологического характера. Умение работать с учебником, выделять главное. Приводить примеры основных источников загрязнения сфер.
Тема 5 Чрезвычайные ситуации техногенного характера и безопасность населения		9	
12	Классификация чрезвычайных ситуаций техногенного характера	1	Знать: Общие понятия о ЧС техногенного характера по типам и видам их возникновения.

13	Аварии на радиационно-опасных объектах и их возможные последствия.	1	<p>Потенциально опасные объекты экономики. Различают чрезвычайные ситуации техногенного характера в соответствии с их классификацией, алгоритм своего поведения во время характерной чрезвычайной ситуации техногенного характера, возможной в регионе своего проживания. Основные способы оповещения, мероприятия для подготовки к эвакуации, рекомендации при проживании в загрязненной зоне. Радиоактивность, радиационно-опасные объекты, ионизирующее излучение, РОО. Понятия: аварийно- химически опасные вещества и ХОО (химически –опасные объекты).</p> <p>Основные правила поведения при авариях на ХОО. Основные правила поведения при авариях на ХОО. Гидродинамическая аварии, классификация гидродинамических сооружений. Меры предосторожности, которые необходимо соблюдать при возвращении в затопленное жилище.</p> <p>Уметь: Приводить примеры крупных радиационных аварий. Основные способы защиты населения. Действия при радиоактивных авариях. Называть крупнейших потребителей АХОВ. Составить таблицу: «Классификация АХОВ по характеру воздействия на человека». Применение ИСЗ, КСЗ, противогазы, респираторы. Называть последствия взрывов, приводить примеры предприятий, относящихся к взрывоопасным объектам. Называть причины перерастания возгорания в пожар. Основные правила поведения по сигналу об угрозе затопления и в случае катастрофического затопления. Правила безопасного поведения при угрозе и во время гидродинамических аварий.</p>
14	Обеспечение радиационной безопасности населения	1	
15	Аварии на химически опасных объектах и их возможное последствия	1	
16	Обеспечение химической защиты населения	1	
17	Пожары на взрывопожароопасных объектах экономики и их возможные последствия.	1	
18	Обеспечение защиты населения от последствий взрывопожароопасных объектах.	1	
19	Аварии на гидротехнических сооружениях и их последствия.	1	
20	Обеспечение защиты населения от аварий на гидротехнических сооружениях	1	<p>Знать: основные мероприятия, по обеспечению радиационной безопасности населения, его химической защите и защите от последствий аварий на взрывопожароопасных объектах и гидротехнических сооружениях, рекомендации специалистов по правилам безопасного поведения в ЧС техногенного характера.</p> <p>Схема действия в ЧС, вызванных крупными производственными авариями на работах предприятий. Эвакуация, план эвакуации учреждения, средства индивидуальной защиты. Организация защиты населения при авариях на радиационно-опасных объектах.</p>
Тема 6 Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций		3	
21	Оповещение о ЧС техногенного характера.	1	
22	Эвакуация населения	1	<p>Уметь: применять правила безопасного поведения в условиях различных чрезвычайных ситуаций</p>
23	Мероприятия по инженерной защите населения от ЧС техногенного	1	

	характера.		техногенного характера. Схема действия школы в ЧС, называть действия школ при решении «эвакуация». Правила эвакуации, использование различных укрытий и защитных сооружений. Умение анализировать и делать выводы.
Тема 7 Основы здорового образа жизни		8	
24	Общие понятия о здоровье как основной ценности человека.	1	<p>Знать: Общие понятия о здоровье как основной ценности человека. Особенности индивидуального здоровья, его духовную, физическую и социальную составляющие, общие понятия о репродуктивном здоровье как общей составляющей здоровья человека и общества, значение здорового образа жизни для сохранения и укрепления здоровья человека и общества. Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.</p> <p>Анализируют собственные поступки и их влияние на личное благополучие. Формулируют правила соблюдения норм здорового образа жизни для профилактики неинфекционных заболеваний и вредных привычек, записывают правила в дневник безопасности. Формулируют кратко своё понимание здоровья человека и указывают критерии, по которым можно оценить его уровень.</p> <p>Уметь: Умение работать с учебником, выделять главное. Умение противостоять вредным привычкам.</p>
25	Индивидуальное здоровье, его физическая, духовная и социальная сущность.	1	
26	Репродуктивное здоровье – составная часть здоровья человека и общества.	1	
27	Здоровый образ жизни как необходимое условие сохранения и укрепления здоровья человека и общества.	1	
28	Здоровый образ жизни и профилактика основных неинфекционных заболеваний	1	
29	Вредные привычки и их влияние на здоровье	1	
30	Профилактика вредных привычек	1	
31	Здоровый образ жизни и безопасность жизнедеятельности	1	
Тема 8 Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи		3	
32	Первая медицинская помощь пострадавшим и ее значение	1	<p>Знать: Основные правила оказания ПМП, признаки жизни, признаки смерти. Обморожение, обморок, ожог. Степени ожога, симптомы обморочного состояния. Эпидермиса. Признаки появления отека легких, признаки синего утопления. Причины смерти в первые минуты после спасения утопающего.</p> <p>Возможные последствия неотложных состояний и значение своевременного оказания первой помощи. Приёмы оказания первой помощи при отравлениях АХОВ, при травмах, при утоплении.</p> <p>Уметь: оказать ПМП, навыки медицинской помощи, делать искусственную вентиляцию легких, непрямой массаж сердца, навыки медицинской помощи при травмах, умение работать с учебником, выделять главное.</p>
33	Первая медицинская помощь при отравлении АХОВ	1	
34	Первая медицинская помощь при травмах	1	

9 класс (34 часа)

№ п/п	Наименование темы	Кол-во часов	Знания и виды деятельности
Тема 1 Основы комплексной безопасности		8	
1	Современный мир и Россия.	1	Знать: значение молодого поколения граждан Российской Федерации для развития нашей

2	Национальные интересы России в современном мире.	1	страны. Основные виды национальных интересов России в современном мире. Степень влияния личности на обеспечение национальной безопасности России. Страны и организации в современном мире, с которыми Россия успешно сотрудничает.
3	Основные угрозы национальным интересам и безопасности России.	1	
4	Влияние культуры безопасности жизнедеятельности населения на национальную безопасность	1	Уметь: Определять значение культуры безопасности жизнедеятельности населения в обеспечении национальной безопасности России. Умение анализировать и делать выводы.
5	Чрезвычайные ситуации и их классификация.	1	Знать: чрезвычайные ситуации по масштабу их распространения и тяжести последствий.
6	Ч.С. природного характера, и их последствия.	1	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера, причины их возникновения и возможные последствия.
7	Ч.С. техногенного характера и их причины	1	Отрицательное влияние чрезвычайных ситуаций на национальную безопасность России.
8	Угроза военной безопасности России	1	Влияние человеческого фактора на безопасность личности, общества и государства. Существующие (внешние и внутренние) угрозы национальной безопасности России. Уметь: Умение анализировать и делать выводы.
Тема 2 Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций		7	
9	Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС)	1	Знать: права и обязанности граждан Российской Федерации в области безопасности в условиях чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Основные силы и средства РСЧС для защиты населения страны от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
10	Гражданская оборона как составная часть национальной безопасности и обороноспособности страны.	1	Задачи, решаемые образовательным учреждением, по защите учащихся и персонала в условиях чрезвычайных ситуаций. Роль МЧС России по защите населения от чрезвычайных ситуаций в современных условиях
11	МЧС России – федеральный орган управления в области защиты населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	1	Уметь: Умение анализировать и делать выводы
12	Мониторинг и прогнозирование чрезвычайных ситуаций.	1	Знать: Основные мероприятия, проводимые в Российской Федерации, по защите населения от чрезвычайных ситуаций мирного и военного времени. Систему мониторинга и прогнозирования чрезвычайных ситуаций и её основные мероприятия. Рациональное размещение объектов экономики и поселений людей по территории страны с точки зрения обеспечения их безопасности от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера.
13	Инженерная защита населения и территорий от чрезвычайных ситуаций	1	
14	Оповещение и эвакуация населения в условиях чрезвычайных ситуаций	1	
15	Аварийно-спасательные и другие неотложные работы в очагах поражения	1	Уметь: Умение анализировать и делать выводы
Тема 3 Противодействие терроризму и экстремизму в Российской Федерации		9	

16	Международный терроризм – угроза национальной безопасности России	1	Знать: международный терроризм как серьёзную угрозу национальной безопасности России. Виды террористических актов, их цели и способы осуществления. Уметь: Формулировать собственную позицию неприятия терроризма в любых его проявлениях.
17	Виды террористической деятельности и террористических акций, их цели и способы осуществления.	1	
18	Основные нормативно-правовые акты по противодействию терроризму и экстремизму.	1	Знать: Основные нормативно-правовые акты противодействия экстремизму, терроризму и наркотизму. Основные направления по формированию антитеррористического поведения. Выводы записывают в дневник безопасности. Уметь: С помощью Интернета и средств массовой информации составляют сообщения на заданную тему.
19	Общегосударственное противодействие терроризму	1	
20	Нормативно-правовая база противодействия наркотизму	1	
21	Организационные основы противодействия терроризму в Российской Федерации	1	Знать: организационные основы системы противодействия терроризму и наркотизму в Российской Федерации. Примеры деятельности Национального антитеррористического комитета по обеспечению своевременной и надёжной защиты населения от терроризма. Уметь: С помощью Интернета и средств массовой информации составляют сообщения.
22	Организационные основы противодействия наркотизму в Российской Федерации	1	
23	Правила поведения при угрозе террористического акта	1	Знать: рекомендации специалистов по безопасному поведению при угрозе теракта. Выработывают отрицательное отношение к приёму наркотиков. Уметь: С помощью Интернета и средств массовой информации составляют сообщения.
24	Профилактика наркозависимости.	1	
Тема 4 Основы здорового образа жизни		8	
25	Здоровье человека как индивидуальная, так и общественная ценность	1	Знать: Понятие здоровья как полного физического, духовного и социального благополучия. Взаимосвязь индивидуального и общественного здоровья. Влияние репродуктивного здоровья на национальную безопасность России Уметь: Умение анализировать и делать выводы
26	Здоровый образ жизни и его составляющие.	1	
27	Репродуктивное здоровье населения и национальная безопасность России	1	Знать: основные факторы, разрушающие репродуктивное здоровье (ранние половые связи, инфекции, передаваемые половым путём, ВИЧ-инфекция), анализируют профилактику заражения ИППП.
28	Ранние половые связи и их последствия.	1	
29	Инфекции, передаваемые половым путем. Понятие о ВИЧ- инфекции и СПИДе	1	
30	Брак и семья	1	Знать: основы семейного права в Российской Федерации. Взаимосвязь семьи и здорового образа жизни в жизнедеятельности личности и общества. Особенности семейно-брачных отношений в Российской Федерации Уметь: Умение анализировать и делать выводы
31	Семья и здоровый образ жизни человека	1	
32	Основы семейного права в Российской Федерации.	1	
Тема 5 Основы медицинских знаний и оказание первой помощи		2	
33	Первая медицинская помощь при массовых поражениях	1	Знать: Приемы в оказании первой помощи при

34	Первая медицинская помощь при передозировке при приеме психоактивных веществ.	1	массовых поражениях населения и при передозировке в приеме психоактивных веществ, различные способы транспортировки пострадавших Уметь: оказать ПМП при отравлении психоактивными веществами.
----	---	---	---

7. Материально-техническое обеспечение образовательного процесса

1. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 5 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2012.
2. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 6 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2012.
3. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 7 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2012.
4. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 8 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2012.
5. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 9 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2012.
6. Смирнов А.Т. Основы безопасности жизнедеятельности: 5-9 кл.: поурочные разработки / А.Т. Смирнов, Б.О.Хренников; под ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2010.
7. Таблицы, схемы, опорные конспекты, инструктивные карты для работы на уроке.