

Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №1 с.п. Барсуки им. И.Б. Зязикова»

«Согласовано»  
Заместитель руководителя по ВР  
ГБОУ «СОШ «1 с.п.Барсуки»  
\_\_\_\_\_ Куриева Э.Ш.  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г.

«Утверждаю»  
Директор ГБОУ «СОШ №1 с.п.Барсуки»  
\_\_\_\_\_ Куриева М.К.  
«\_\_» \_\_\_\_\_ 2023г

**Рабочая программа**  
**внеурочной деятельности**  
**«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**Учитель: Эстоева М.М.**

**2023-2024 уч.г.**

## Пояснительная записка

Рабочая программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» составлено на основе программы для общеобразовательных учреждений: Основы безопасности жизнедеятельности: 1-11 классы/ А.Т. Смирнов, Л.П. Анастасов, Б.О. Хренников и др.; Под общ. ред. А.Т. Смирнова. М.: Просвещение, 2011 – 112 с. и в соответствии с учебником для общеобразовательных учреждений «Основы безопасности жизнедеятельности», Смирнов А.Т., Хренников Б.О. М.: Просвещение, 2016 год из расчёта 1 час в неделю, 35 часов в год.

Программа полностью реализует требования образовательного стандарта «Безопасность жизнедеятельности», который обеспечивает овладение учащимися минимума знаний в чрезвычайных ситуациях. Программа конкретизирует содержание предметных тем федерального компонента государственного стандарта основного общего образования с учетом межпредметных и внутрипредметных связей, логики учебного процесса и возрастных особенностей школьников.

Рабочая программа обеспечена соответствующим программе учебно-методическим комплексом:

Для учителя:

1. Смирнов А. Т., Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для общеобразовательных учреждений /под общ. ред. Смирнова А. Т. – М.: Просвещение, 2016

Для ученика:

1. Смирнов А. Т., Хренников Б. О. Основы безопасности жизнедеятельности. Учебник для общеобразовательных учреждений /под общ. ред. Смирнова А. Т. – М.: Просвещение, 2016

Дополнительная литература:

1. Пожарная безопасность: конспекты занятий и классных часов в 5-11 классах (игры, тесты, практикумы, анализ ситуаций, «круглый стол») /авт.-сост. О.В.Павлова, Г.П.Попова. - Изд.2-е — Волгоград: Учитель, 2010
2. Правила дорожного движения Российской Федерации. – М.: ООО ИДТР, 2011
3. ОБЖ. Библиотека электронных наглядных пособий 5-11 классы. Компакт-диск
4. Основы безопасности жизнедеятельности. Методические рекомендации. 5-11классы /А.Т.Смирнов, Б.О.Хренников, Р.А.Дурнев, В.А.Васнев, М.В.Маслов; под общей редакцией А.Т.Смирнова; Рос.акад.наук. -М.: Просвещение,2010 — (Академический школьный учебник)
5. Основы безопасности жизнедеятельности. 5-8 классы. Школьный курс в тестах, играх, кроссвордах, заданиях с картинками / авт.-сост. Г.П.Попова. - Волгоград: Учитель, 2006

Рабочая программа по курсу «Основы безопасности жизнедеятельности» составлена на основе следующих нормативно-правовых документов:

1. Федеральный компонент государственного стандарта (начального общего образования, основного общего образования, среднего (полного) общего образования), утвержден приказом Минобробразования России от 5.03.2004 г. № 1089.
2. Федеральный государственный стандарт основного общего образования, утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897.
3. Закон Российской Федерации «Об образовании» (статья 7).
4. Региональный учебный план для образовательных учреждений Иркутской области, реализующих программы начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования (далее РУП) на 2010-2011, 2011-2012 учебные годы (распоряжение Министерства образования Иркутской области от 20.04.2010 г. № 164-мр (в ред. от 30.12.2010 г. № 1235-мр)
5. Учебный план МАОУ «СШ «Земля родная» на 2017/2018 учебный год.

**Рабочая программа учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» для 5-7 классов представляет собой целостный документ, включающий следующие структурные элементы:**

- пояснительную записку;
- содержание рабочей программы;
- учебно-тематический план;
- требования к уровню подготовки обучающихся;
- литературу и средства обучения;
- календарно-тематический план (приложение к рабочей программе).

**Цели учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности»**

- 🎬 безопасное поведение учащихся в чрезвычайных ситуациях (ЧС) природного, техногенного и социального характера;
- 🎬 понимание каждым учащимся важности сбережения и защиты личного здоровья как индивидуальной и общественной ценности;
- 🎬 принятие учащимися ценностей гражданского общества: прав человека, правового государства, ценностей семьи, справедливости судов и ответственности власти;
- 🎬 антиэкстремистское мышление и атитеррористическое поведение учащихся, в том числе нетерпимость к действиям и влияниям, представляющим угрозу для жизни человека;
- 🎬 профилактика асоциального поведения учащихся;
- 🎬 отрицательного отношения учащихся к приему психохимических веществ, в том числе наркотиков;
- 🎬 готовность и способность учащихся к нравственному самосовершенствованию.

**Достижение этих целей обеспечивается решением таких учебных задач, как:**

- 🎬 формирование у учащихся современного уровня культуры безопасности жизнедеятельности
- 🎬 формирование у учащихся модели безопасного поведения в повседневной жизни, в транспортной среде и в ЧС природного, техногенного и социального характера;

■ формирование потребности в соблюдении требований, предъявляемых к гражданину Российской Федерации в области безопасности жизнедеятельности;

■ формирование индивидуальной системы здорового образа жизни;

■ выработка у учащихся антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции и отрицательного отношения к психоактивным веществам и асоциальному поведению.

### **Предполагаемые результаты освоения примерной программы**

В результате изучения основ безопасности жизнедеятельности ученик должен *знать*:

- потенциальные опасности природного, техногенного и социального характера, наиболее часто возникающие в повседневной жизни, их возможные последствия и правила личной безопасности;
- основные виды активного отдыха в природных условиях и правила личной безопасности при активном отдыхе в природных условиях;
- систему взглядов, принятых в Российской Федерации, по обеспечению безопасности личности, общества и государства от внешних и внутренних угроз;
- наиболее часто возникающие чрезвычайные ситуации природного, техногенного и социального характера, их последствия и классификацию;
- основные виды террористических актов, их цели и способы осуществления;
- законодательную и нормативно-правовую базу Российской Федерации по организации борьбы с терроризмом;
- правила поведения при угрозе террористического акта;
- государственную политику противодействия наркотизму;
- основные меры по профилактике наркомании.

Ученик должен *уметь*.

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

Кроме того, учащиеся должны обладать компетенциями по использованию полученных знаний и умений в практической деятельности и в повседневной жизни для:

- обеспечения личной безопасности в различных опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- подготовки и участия в различных видах активного отдыха в природных условиях;
- оказания первой медицинской помощи пострадавшим;

- выработки убеждений и потребности в соблюдении норм здорового образа жизни.

### **Средства контроля и оценки результатов обучения:**

#### **Все тестовые задания оцениваются:**

- - правильный ответ – 1 балл;
- - отсутствие ответа или неправильный ответ – 0 баллов
- Критерии оценивания:
- «2» - менее 25% правильных ответов.
- «3» - от 25% до 50% правильных ответов.
- «4» - от 50% до 75% правильных ответов.
- «5» - от 75% и более правильных ответов.

#### **Оценка устных ответов обучающегося:**

***Ответ оценивается отметкой «5», если обучающийся:***

- полно раскрыл содержание материала в объеме, предусмотренном программой и учебником;
- изложил материал грамотным языком в определенной логической последовательности, точно используя терминологию;
- показал умение иллюстрировать теоретические положения конкретными примерами, применять их в новой ситуации при выполнении практического задания;
- продемонстрировал усвоение ранее изученных сопутствующих вопросов, сформированность и устойчивость используемых при ответе умений и навыков;
- отвечал самостоятельно без наводящих вопросов учителя.
- Возможны одна – две неточности при освещении второстепенных вопросов или выкладках, которые обучающийся легко исправил по замечанию учителя.

***Ответ оценивается отметкой «4», если: он удовлетворяет в основном требованиям на отметку «5», но при этом имеет один из недостатков:***

- в изложении допущены небольшие пробелы, не исказившие общего содержания ответа;
- допущены один или два недочета при освещении содержания ответа, исправленные по замечанию учителя;
- допущена ошибка или более двух недочетов при освещении второстепенных вопросов, легко исправленные по замечанию учителя.

***Отметка «3» ставится в следующих случаях:***

- неполно или непоследовательно раскрыто содержание материала, но показано общее понимание вопроса и продемонстрированы умения, достаточные для дальнейшего усвоения программного материала (определенные «Требованиям к математической подготовки обучающегося»);
- имелись затруднения или допущены ошибки в определении понятий, исправленные после нескольких вопросов;

***Отметка «2» ставится в следующих случаях:***


- не раскрыто основное содержание учебного материала;


- обнаружено незнание или непонимание обучающимся большей или наибольшей части материала;

**При оформлении рабочей программы использованы следующие условные обозначения:**


- урок открытия новых знаний, УОНЗ 1 час
- урок обретения умений и навыков; УОУН 1 час
- урок систематизации знаний (общеметодологической направленности); УСЗ 1 час
- урок развивающего контроля; УРК 1 час
- урок рефлексии. УР 1 час


**Обоснование выбора авторской программы.**

 Обоснованностью выбора авторской программы под общей редакцией А.Т. Смирнова является модульный принцип построения содержания курса «Основы безопасности жизнедеятельности», который позволяет:

-  последовательно и логически взаимосвязано структурировать тематику курса;
- повысить эффективность процесса формирования у обучающихся современного уровня культуры безопасности с учётом особенностей обстановки в регионе в области безопасности;
- эффективнее использовать межпредметные связи: элементы содержания курса «Основы безопасности жизнедеятельности» могут быть использованы в других предметах, что способствует формированию у обучающихся целостной картины окружающего мира;
- обеспечить непрерывность образования и более тесную преемственность процессов обучения и формирования современного уровня культуры безопасности у обучающихся, получающих основное общее и среднее (полное) образование.


**Информация о внесенных изменениях в авторскую программу.**

 Региональная примерная программа учебного предмета «Основы безопасности жизнедеятельности и культура здорового образа жизни» для 5-9 классов помогла внести корректировку с учётом специфики ЯНАО.

 С учётом регионального компонента в разработанную программу внесено изучение Правил дорожного движения (основные положения, права, обязанности и ответственность участников дорожного движения).

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСА**

Курс предназначен для:

 формирования у учащихся основных понятий об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека;

- выработка у них сознательного и ответственного отношения к личной безопасности, безопасности окружающих;
- приобретения учащимися способности сохранить жизнь и здоровье в неблагоприятных и угрожающих жизни условиях и умения адекватно реагировать на различные опасные ситуации с учетом своих возможностей;
- формирование у учащихся представлений безопасного поведения не только в урочной, но и во внеурочной деятельности;
- формирование у учащихся антиэкстремистского и антитеррористического поведения, отрицательного отношения к приему психоактивных веществ в том числе наркотиков.

**Структура курса «Основы безопасности жизнедеятельности» при модульном построении содержания основного общего образования включают в себя два учебных модуля и пять разделов.**

**Модуль № 1. Основы безопасности личности, общества и государства.**

*Раздел № 1. Основы комплексной безопасности.*

*Раздел № 2. Защита населения Российской Федерации от чрезвычайных ситуаций.*

*Раздел № 3. Основы противодействия терроризму и экстремизму в Российской Федерации.*

**Модуль № 2. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни.**

*Раздел № 4. Основы здорового образа жизни.*

*Раздел № 5. Основы медицинских знаний и оказание первой помощи.*

Особое место в структуре программы занимает раздел 3 модуля 1 «Основы противодействия терроризму и экстремизму в РФ». Основу содержания данного раздела составляет критика экстремизма и терроризма, формирования у учащихся анти террористического поведения, навыков безопасного поведения при угрозе совершения террористического акта.

В программе реализованы требования Федеральных законов:

- «О защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера»;
- «Об охране окружающей природной среды» ,
- «О безопасности дорожного движения»
- «О пожарной безопасности»;
- «О гражданской обороне»;
- требований к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте общего образования;
- Стратегии национальной безопасности РФ до 2020 г. (утверждена Указом Президента РФ от 12 мая 2009 г. № 537);
- Стратегии государственной антинаркотической политики РФ до 2020 г. (утверждена Указом Президента РФ от 9 июня 2010 г. № 690).

Содержание программы выстроено по двум линиям:

- основы медицинских знаний и здорового образа жизни;
- обеспечение личной безопасности и сохранение здоровья

**ОБЖ**- область знаний, в которой изучаются опасности, угрожающие человеку, закономерности их проявлений и способы защиты от них. Главная задача курса ОБЖ видится не в подготовке учащихся к экстремальным ситуациям, а в укреплении их духовного, физического и психического здоровья, на основе чего и должна складываться безопасная жизнедеятельность. Фондом «НИМБ» был предложена концепция формирования личности гражданина, личности безопасного типа, активность которой была бы направлена на безопасные способы самореализации индивидуальных возможностей существования. Дальнейшее развитие курса ОБЖ связано с переносом главной цели курса с изучения опасностей и методов защиты от опасностей на воспитание культуры безопасности человека, раскрывающейся в особенностях познания и воспроизводства отношений безопасного бытия. Культура безопасности как компонент общей культуры представляет собой способы жизнедеятельности человека в области обеспечения безопасности, результаты этой жизнедеятельности и степень развитости личности и общества в этой сфере. Реализация указанных целей обеспечивается содержанием программы, которая систематизирует знания в области безопасности жизнедеятельности, полученные учащимися в основной общеобразовательной школе и способствует формированию у них цельного представления в области безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства.

**Освоение знаний** о здоровом образе жизни; об опасных чрезвычайных ситуациях и основах безопасного поведения при их возникновении.

**Овладение умениями** предвидеть потенциальные опасности и правильно действовать в случае их наступления, использовать средства индивидуальной и коллективной защиты, оказывать первую медицинскую помощь;

**Развитие** качеств личности, необходимых для ведения здорового образа жизни, обеспечения безопасного поведения в опасных и чрезвычайных ситуациях.

**Воспитание** чувства ответственности за личную безопасность, ценностного отношения к своему здоровью и жизни;

**Срок реализации программы** – 5 лет

### **МЕСТО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

Соответственно действующему в МАОУ «СШ «Земля родная» учебному плану рабочая программа предусматривает следующий вариант организации процесса обучения: изучение предмета в 5-9 классах из расчета 1 час в неделю (всего 175 ч).

Рабочая программа предусматривает разные варианты дидактико-технологического обеспечения учебного процесса. Дидактико-технологическое оснащение включает: плакаты, карточки (практические задания), аудио- и видеотехнику, тренажёр “Максим”.

Для информационно-компьютерной поддержки учебного процесса предполагается использование следующих программно-педагогических



средств, реализуемых помощью компьютера: слайд-лекций, программ обучения, игровых программ.

Курс начинается с изучения источников и видов опасностей, а завершается определением роли личности в обеспечении безопасности в условиях деятельности и отдыха человека.

**Формы занятий**, используемые при обучении ОБЖ следующие:

- учебные и учебно-тренировочные занятия с элементами моделирования опасных и экстремальных ситуаций;
- семинары и круглые столы;
- индивидуальные консультации;
- внеклассная и внешкольная работа (участие в мероприятиях и соревнованиях в рамках детско-юношеского движения «Школа безопасности», проведение Дня защиты детей, различные эстафеты и викторины по ОБЖ, встречи с ветеранами войны и труда, работниками военкоматов и правоохранительных органов, органов ГОЧС, ГИБДД, медицины; тематические выставки и выставки творческих работ учащихся и др.

**Методы обучения:**

1. *Словесные* (рассказ, беседа, лекция с элементами беседы);
2. *Наглядные* (демонстрация плакатов, учебных видео роликов, электронных презентаций. материальной базы);
3. *Эвристические* – (саморазвитие учащихся, активная познавательная деятельность);
4. *Практические* (отрабатывание нормативов, решение теоретических и практических задач).

**Межпредметные и внутрипредметные связи**

Практически вся тематика учебного курса «Основы безопасности жизнедеятельности» базируется на знаниях, полученных обучающимися при изучении других общеобразовательных предметов.

В разделе I рабочей программы межпредметные связи реализуются за счёт применения опорных знаний обучающихся по природоведению, географии, биологии, математике, технологии.

Разделы IV и V прослеживают тесную межпредметную связь с уроками биологии, экологии, физической культуры, обществознания.

### **Результаты освоения учебного курса**

**Личностные результаты:**

- усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных и экстремальных ситуациях, а также правил поведения на дорогах и на транспорте;
- формирование понимания ценности здорового, разумного и безопасного образа жизни;

- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества, воспитание патриотизма, чувства ответственности и долга перед родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору профессии и построению индивидуальной траектории дальнейшего образования;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общества, учитывающего социальное, культурное, языковое и духовное многообразие современного мира;
- формирование готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил и форм поведения в различных группах и сообществах;
- развитие правового мышления и компетентности при решении моральных проблем, формирование моральных качеств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебной, исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование экологической культуры на основе признания ценности жизни во всех ее проявлениях и необходимости ответственного и бережного отношения к окружающей среде;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- формирование антиэкстремистского и антитеррористического мышления и поведения, потребностей соблюдать нормы здорового и разумного образа жизни, осознанно выполнять правила безопасности жизнедеятельности.

#### **Метапредметные результаты:**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, формулировать и ставить перед собой новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы в этих видах деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения поставленных целей и осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение согласовывать свои действия в опасных и чрезвычайных ситуациях с прогнозируемыми результатами, определять их способы, контролировать и корректировать их в соответствии с изменениями обстановки;
- умение оценивать собственные возможности при выполнении учебных задач в области безопасности жизнедеятельности и правильность их решения;

- овладение навыками принятия решений, осознанного выбора путей их выполнения, основами самоконтроля и самооценки в учебной и познавательной деятельности;
- умение формулировать понятия в области безопасности жизнедеятельности, анализировать и выявлять причинно-следственные связи внешних и внутренних опасностей среды обитания и их влияние на деятельность человека;
- умение воспринимать и перерабатывать информацию, моделировать индивидуальные подходы к обеспечению личной безопасности в повседневной жизни, опасных и чрезвычайных ситуациях;
- освоение приемов действий и способов применения средств защиты в опасных и чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера;
- умение разработать индивидуально и в группе, организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками, формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение, находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов;
- умение правильно применять речевые средства для выражения своих чувств, мыслей и потребностей при решении различных учебных и познавательных задач;
- формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий для решения задач обеспечения безопасности;
- формирование и развитие мышления безопасной жизнедеятельности, умение применять его в познавательной, коммуникативной и социальной практике, для профессиональной ориентации.

**Предметные результаты:**

- формирование современной культуры безопасности жизнедеятельности на основе осознания и понимания необходимости защиты личности, общества и государства от чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера;
- формирование убеждения в необходимости безопасного здорового и разумного образа жизни;
- понимание значимости современной культуры безопасности жизнедеятельности для личности и общества;
- понимание роли государства и действующего законодательства в обеспечении национальной безопасности и защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, в том числе от экстремизма и терроризма;
- понимание необходимости подготовки граждан к военной службе;
- формирование установки на здоровый и разумный образ жизни, исключающий употребление алкоголя, наркотиков, табакокурение и нанесение иного вреда здоровью;
- формирование антиэкстремистской и антитеррористической личностной позиции;

- понимание необходимости сохранения природы и окружающей среды для полноценной жизни человека;
- знание основных опасных и чрезвычайных ситуаций природного, техногенного и социального характера, включая экстремизм и терроризм, их последствий для личности, общества и государства;
- знание безопасного поведения в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций, умение применять их на практике;
- умение оказать первую самопомощь и первую помощь пострадавшим;
- умение предвидеть возникновение опасных ситуаций по их характерным признакам, а также на основе информации из различных источников;
- умение принимать обоснованные решения в конкретной опасной ситуации с учетом реально складывающейся обстановки и индивидуальных возможностей;
- овладение основами экологического проектирования безопасной жизнедеятельности с учетом природных, техногенных и социальных рисков на территории проживания.

Курс предназначен для формирования у учащихся основных понятий об опасных и чрезвычайных ситуациях в повседневной жизни, об их последствиях для здоровья и жизни человека; выработки у них сознательного и ответственного отношения к личной безопасности.

## **Содержание учебной программы «Основы безопасности жизнедеятельности»**

**5 класс**

**Раздел I.**

### **БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ОПАСНЫХ СИТУАЦИЯХ (16 часов)**

#### **Тема 1. Человек, среда его обитания, безопасность человека. (4 часов)**

Роль городов в развитии человеческого общества. Особенности современных городов, их деление в зависимости от количества жителей. Система жизнеобеспечения современных городов. Наиболее характерные опасные ситуации для человека, которые могут возникнуть в городе.

Система обеспечения жилища человека водой, теплом, электроэнергией, газом. Бытовые приборы, используемые человеком в повседневной жизни. Возможные опасные и аварийные ситуации, которые могут возникнуть в жилище; меры по их профилактике. Природные и антропогенные факторы, формирующие микроклимат города. Особенности природной среды в городе. Обеспечение безопасности жизнедеятельности человека в городе с учетом окружающей среды..

Общие понятия об опасных и чрезвычайных ситуациях. Организация обеспечения безопасности жизнедеятельности человека в городе. Основные

службы города, предназначенные для защиты населения от опасных и чрезвычайных ситуаций.

### **Тема 2. Опасные ситуации техногенного характера. (6 часов)**

Дорога и ее предназначение. Участники дорожного движения.

Регулирование дорожного движения; дорожная разметка; дорожные знаки; светофоры и регулировщики. Обеспечение безопасности дорожного движения. Пешеход - участник дорожного движения. Общие обязанности пешехода. Меры безопасного поведения пешехода на дороге. Пассажир, общие обязанности пассажира. Меры безопасного поведения пассажира при следовании в различных видах городского транспорта. Меры безопасности при поездке железнодорожным транспортом. Особенности перевозки пассажиров грузовым транспортом.

Пожар в жилище и причина его возникновения. Пожарная безопасность, основные правила пожарной безопасности в жилище; личная безопасность при пожаре.

### **Тема 3. Опасные ситуации природного характера. (4 часа)**

Погода и ее основные показатели. Опасные природные явления (гроза, гололед, снежный занос, метель) и правила безопасного поведения в предвидении 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.

### **Тема 4. Опасные ситуации социального характера. (2 часа)**

Криминогенные ситуации в городе, причины их возникновения. Меры личной безопасности при общении с незнакомыми людьми и профилактика возникновения криминогенной ситуации. Некоторые общие правила безопасного поведения дома для профилактики криминогенных ситуаций. Безопасность у телефона. Воры в квартире. Нападение в лифте. Нападение в подъезде дома.

Безопасность на улице. Знание своего города и его особенностей. Умение предвидеть события и избегать опасных ситуаций. Умение выбрать безопасный маршрут движения по городу, знания расположения безопасных зон в городе (отделение милиции, посты ГИБДД и др.). Умение соблюдать правила безопасности в общественном месте, в толпе. Взрывное устройство на улице.

## **РАЗДЕЛ II.**

### **ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ (6 часов)**

#### **Тема 5. Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера. (6 часов)**

Чрезвычайные ситуации природного характера: землетрясения, наводнения, ураганы, бури, смерчи, сели, оползни, обвалы. Краткая характеристика чрезвычайных ситуаций природного характера, их последствия. Обеспечение личной безопасности в условиях чрезвычайной ситуации природного характера.

Чрезвычайные ситуации техногенного характера: аварии на радиационноопасных объектах; аварии на пожаро-взрывоопасных объектах;

аварии на химических объектах. Обеспечение личной безопасности в чрезвычайных ситуациях техногенного характера.

Организация защиты населения от чрезвычайных ситуаций. Единая государственная система предупреждения и ликвидации чрезвычайных ситуаций (РСЧС). Действия населения при оповещении об угрозе возникновения чрезвычайной ситуации. Организация эвакуации населения.

Правила безопасного поведения при проживании на радиоактивно загрязненной местности.

### **РАЗДЕЛ III.**

#### **ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ (6 часов)**

##### **Тема 6. Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни. (2 часа)**

Здоровый образ жизни как система повседневного поведения человека, обеспечивающая совершенствование его физических и духовных качеств. Основные составляющие здорового образа жизни. Режим дня и умение рационально распределять свое время как основное составляющее здорового образа жизни. Значение двигательной активности и физической культуры для совершенствования физических и духовных качеств человека. Систематические занятия физической культурой - обязательные условия для укрепления и сохранения здоровья.

Основные понятия о рациональном питании. Роль питания в сохранении и укреплении здоровья. Необходимые организму вещества: углеводы, жиры, белки, витамины, минеральные вещества, вода. Гигиена питания.

##### **Тема 7. Вредные привычки и их влияние на здоровье человека. (4 часа)**

Потенциальные возможности человека, значение образа жизни и привычек для их реализации по совершенствованию духовных и физических качеств. Вредные привычки, их отрицательное влияние на развитие способностей человека и на его здоровье.

Табачный дым и его составляющие. Влияние табачного дыма на организм курящего и на окружающих. Возможные последствия для здоровья человека от постоянного курения. Как уберечь себя от курения.

Алкоголь - наркотический яд. Влияние алкоголя на организм человека. Возможные последствия употребления алкоголя. Алкоголь и преступность. Отношение человека, ведущего здоровый образ жизни, к употреблению спиртных напитков.

#### **Раздел IV. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ (6 часов)**

##### **Тема 8. Первая медицинская помощь и правила ее оказания. (6 часов)**

Первая медицинская помощь, общее положение по оказанию первой медицинской помощи.

Ситуации, при которых следует немедленно вызывать скорую медицинскую помощь, правила ее вызова.

Содержание аптечки первой помощи, которую желательно иметь дома.

Последовательно отрабатываются навыки в оказании первой медицинской помощи: при ушибах; при ссадинах; при носовом кровотечении.

Отравления, пути попадания токсических веществ в организм человека. Общие правила оказания первой медицинской помощи при отравлениях.

По выбору преподавателя отрабатываются навыки по оказанию первой медицинской помощи при отравлении:

☑ Медикаменами, препаратами бытовой химии; кислотами; щелочами; никотином; угарным газом.

### УЧЕБНЫЙ ПЛАН для 5 класса

№ п/п	Наименование раздела и тем	Количество часов	
		Раздел	Тема
	Раздел I. БЕЗОПАСНОСТЬ И ЗАЩИТА ЧЕЛОВЕКА В ОПАСНЫХ СИТУАЦИЯХ	16	
1.	Человек, среда его обитания, безопасность человека		4
2.	Опасные ситуации техногенного характера		6
3.	Опасные ситуации природного характера		4
4.	Опасные ситуации социального характера.		2
	Раздел II. ЧРЕЗВЫЧАЙНЫЕ СИТУАЦИИ	6	
5.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера		6
	Раздел III. ОСНОВЫ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ	6	
6	Возрастные особенности развития человека и здоровый образ жизни		2
7	Вредные привычки и их влияние на здоровье человека		4
	Раздел IV. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ОКАЗАНИЯ ПЕРВОЙ МЕДИЦИНСКОЙ ПОМОЩИ	6	
8	Первая медицинская помощь и правила ее оказания		6
9	повторение	1	
	Всего часов:	35	35

### Содержание учебной программы «Основы безопасности жизнедеятельности»

6 класс

*Раздел I. Безопасность человека в*

*природных условиях – 24*

*Глава 1. Подготовка к активному отдыху на природе - 6*

Природа и человек. Общение с живой природой – естественная потребность человека для развития своих духовных и физических качеств. Активный отдых на природе и необходимость подготовки к нему. Ориентирование на местности. Способы определения сторон горизонта. Определение своего местонахождения и направления движения на местности. Подготовка к выходу на природу. Порядок движения по маршруту. Определение места для бивака. Разведение костра. Определение необходимого снаряжения для похода.

### ***Глава 2. Активный отдых на природе и безопасность - 5***

Общие правила безопасности при активном отдыхе на природе. Обеспечение безопасности в пеших и горных походах. Порядок движения походных групп. Выбор линии движения в пешем путешествии. Режим и порядок дня похода. Преодоление водных препятствий.

Подготовка и проведение лыжных походов, одежда и обувь туриста-лыжника, подбор и подготовка лыж. Организация движения, организация ночлегов. Меры безопасности в лыжном походе. Водные походы. Подготовка к водному путешествию. Возможные аварийные ситуации в водном походе. Обеспечение безопасности на воде. Велосипедные походы, Особенности организации велосипедных походов. Обеспечение безопасности туристов в велосипедных походах.

### ***Глава 3. Дальний (внутренний) и выездной туризм. Меры безопасности - 6***

Факторы, оказывающие влияние на безопасность человека в дальнем и выездном туризме. Акклиматизация человека в различных климатических условиях. Акклиматизация к холодному климату. Акклиматизация к жаркому климату. Акклиматизация в горной местности.

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха наземным видам транспорта (автомобильным, железнодорожным).

Обеспечение личной безопасности при следовании к местам отдыха водным или воздушным видами транспорта.

### ***Глава 4. Обеспечение безопасности при автономном существовании человека в природной среде - 4***

Автономное пребывание человека в природе. Добровольная и вынужденная автономия. Обеспечение жизнедеятельности человека в природной среде при автономном существовании. Сооружение временного укрытия из подручных средств. Добывание огня, обеспечение водой и пищей. Подача сигналов бедствия.

### ***Глава 5. Опасные ситуации в природных условиях - 4***

Опасные погодные условия и способы защиты от них. Обеспечение безопасности при встрече с дикими животными в природных условиях.

Укусы насекомых и защита от них. Клещевой энцефалит и его профилактика.

## ***Раздел II. Основы медицинских знаний и здорового образа жизни – 11***

### ***Глава 6. Основы медицинских знаний и оказание первой медицинской помощи - 4***



Вопросы личной гигиены и оказание первой медицинской помощи в природных условиях. Походная аптечка. Лекарственные растения.

Оказание первой медицинской помощи при ссадинах и потертостях. Первая медицинская помощь при ушибах, вывихах, растяжениях связок. Оказание первой медицинской помощи при тепловом и солнечном ударах и отморожении. Первая медицинская помощь при ожогах.

Оказание первой медицинской помощи при укусах ядовитых змей. Первая медицинская помощь при укусах насекомых.

### ***Глава 7. Здоровье человека и факторы, на него влияющие - 7***

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.

Влияние наркотиков и психоактивных веществ на здоровье человека.

Профилактика употребления наркотиков и психоактивных веществ. Стадии развития наркомании. Правила четырех «НЕТ!» наркотикам.

### **УЧЕБНЫЙ ПЛАН для 6 класса**

№ п/п	Наименование раздела и тем	Количество часов	
		Раздел	Тема
	<b>Раздел I. БЕЗОПАСНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА В ПРИРОДНЫХ УСЛОВИЯХ</b>	<b>26</b>	
1.	Подготовка к активному отдыху на природе		6
2.	Активный отдых на природе и безопасность		6
3.	Дальний (внутренний) и выездной туризм, меры безопасности		6
4.	Обеспечение безопасности при автономном пребывании человека в природной среде		4
5.	Опасные ситуации в природных условиях		4
	<b>Раздел II. ОСНОВЫ МЕДИЦИНСКИХ ЗНАНИЙ И ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ</b>	<b>8</b>	
6.	Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи		4
7.	Здоровье человека и факторы, на него влияющие		4
8.	<b>Итоговая контрольная работа (тестирование)</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	<b>Всего часов:</b>	<b>35</b>	<b>35</b>

**Содержание учебной программы  
«Основы безопасности жизнедеятельности»**

**Для 7 класса**

**Раздел I-II. Основы комплексной безопасности 24 часа**

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

Различные природные явления и причины их возникновения. Строение оболочки земли: литосфера, атмосфера, гидросфера и биосфера. Круговорот веществ и энергии в географической оболочке. Общая характеристика природных явлений. Природные явления геологического, метеорологического, гидрологического, биологического и космического происхождения, их характеристика, возникновение опасности для жизнедеятельности человека. Опасные и чрезвычайные ситуации. Общие понятия и определения. ЧС природного характера.

**Тема 2. Чрезвычайные ситуации геологического происхождения, их причины и последствия. (6 часов)**

Землетрясение. Причины возникновения землетрясения и его возможные последствия. Геологические процессы, происходящие в литосфере Земли, в результате которых возникают землетрясения. Правила безопасного поведения после землетрясения. Вулканы, извержение вулканов, расположение вулканов на Земле. Типы вулканов: действующие, дремлющие и потухшие, их характеристики, причины и предвестники их извержений.

**Тема 3. Чрезвычайные ситуации метеорологического происхождения, их причины и последствия. (3 часа)**

Ураганы и бури, причины их возникновения, возможные последствия. Циклоны - причина возникновения ураганов и бурь, их строение, скорость перемещения. Последствия ураганов и бурь. Характеристика разрушительной силы ураганов и бурь. Шкала Бофорта, определяющая силу ветра. Воздействие ветра на окружающую среду. Характеристики смерча, разрушительная сила смерча и его возможные последствия.

**Тема 4. Чрезвычайные ситуации гидрологического происхождения, их причины и последствия. (8 часов)**

Наводнения, виды наводнений и их причины. Природные явления гидрологического происхождения, вызывающие наводнения.

Возможные последствия наводнений. Основные мероприятия, проводимые по защите населения от последствий наводнений.

Сели и их характеристика, причины возникновения селей, их последствия. Защита населения от селевых потоков.

Цунами и их характеристика. Причины возникновения цунами, их возможные последствия. Организация защиты населения от последствий цунами. Подготовка населения к безопасному при угрозе возникновения цунами, во время цунами и после него.

**Тема 5. Чрезвычайные ситуации биологического происхождения, их причины и последствия. (4 часа)**

Лесные и торфяные пожары, виды пожаров, классификация и их характеристика. Последствия лесных и торфяных пожаров для населения и окружающей среды. Профилактика лесных и торфяных пожаров, защита населения от лесных пожаров. Общие рекомендации по безопасному поведению при нахождении вблизи очага пожара в лесу. Инфекционные болезни животных и растений. Причины их возникновения, краткая характеристика. Противоэпизоотические и противоэпифитотические мероприятия.

**Раздел III. Основы противодействия терроризму и экстремизму в России (2 часа)**

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

Терроризм. Политический терроризм. Терроризм, использующий религиозные мотивы. Криминальный терроризм. Националистический терроризм. Технологический терроризм. Ядерный терроризм. Кибертерроризм.

**Раздел IV. Основы медицинских знаний 7 часов.**

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

Психологическая уравновешенность, ее значение в формировании системы здорового образа жизни и обеспечения личной безопасности. Качества, необходимые для повышения уровня психологической уравновешенности. Психологическая уравновешенность и умение завести друзей.

**Тема 8. Первая медицинская помощь и правила ее оказания (практические занятия). (4 часа)**

Общие понятия и определения первой медицинской помощи, доврачебной помощи, первой врачебной помощи. Общий порядок действий при оказании первой медицинской помощи.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН для 7 класса

№ п/п	Наименование раздела и тем	Количество часов	
		Раздел	Тема
	<b>Раздел I-II. Основы комплексной безопасности</b>	<b>24</b>	
1.	Общие понятия о ЧС		3
2.	ЧС геологического характера		6
3.	ЧС метеорологического характера		3
4.	ЧС гидрологического характера		8
5.	Природные пожары и инфекции		4
	<b>Раздел III. Основы противодействия терроризму и экстремизму в России</b>	<b>2</b>	
6	Духовно-нравственные основы борьбы с терроризмом		2
	<b>Раздел IV. Основы медицинских знаний</b>	<b>7</b>	
7.	Основы здорового образа жизни		3

8.	Основы медицинских знаний и оказания первой медицинской помощи		4
	<b>Итоговая контрольная работа (тестирование)</b>	<b>1</b>	<b>1</b>
	<b>Повторение</b>	<b>1</b>	<b>1</b>